



# Vivere il Parco

**CAPRAIA**

**Info-Calendario 2023**



**Green List**  
Protected | Conserved Areas



**EUROPARC**  
Turismo Sostenibile  
nelle Aree Protette

ISOLE di TOSCANA



# Il Parco Nazionale Arcipelago Toscano

L'Area Protetta si estende per circa 177 kmq a terra e abbraccia un ampio tratto di mare (circa 615 kmq) includendo tutte le isole dell'Arcipelago. In particolare, viene tutelata metà della superficie dell'Elba e del Giglio, a Capraia è esclusa dall'area Parco solo la ridotta estensione dell'abitato. Montecristo, Pianosa e Gorgona sono rigorosamente protette in quanto l'accesso è regolamentato secondo criteri di sostenibilità. Infine l'accesso è libero a Giannutri pur essendo necessario, in gran parte dell'isola, essere accompagnati da guide. Isole diverse per la natura geologica delle terre, per i paesaggi e per i gioielli di biodiversità che vi sono custoditi, così come per la storia e le vicende umane che hanno animato il passato di questi luoghi. Ci sono angoli dove immergersi in acque turchine, spazi aperti aspersi dalla luce dorata dei tramonti, scenari verdi delle boscaglie di leccio intercalati da geometrici terrazzamenti coltivati, infine estese macchie di fiori coloratissimi che si protendono verso il mare. Oltre quel limite, si apre il regno delle piante pioniere che si coricano sulle rocce per raggiungere le falesie a picco sul mare o gli scogli che custodiscono piccole cale di sabbia dolcemente invase dal rincorrersi delle onde. Muovendosi lungo i sentieri dell'entroterra si incontrano piccoli abitati, ancora ben conservati, con antichi baluardi fortificati che ricordano vicende tumultuose delle passate dominazioni.

---

## Le sette isole protette

**L'ELBA** è la terza isola italiana per estensione (224 kmq), con sviluppo massimo est-ovest di 27 km; nord-sud di 18 km. Dista 10 km dalla costa toscana. È suddivisa in sette comuni: Campo nell'Elba, Capoliveri, Marciana, Marciana Marina, Porto Azzurro, Portoferraio, Rio. Il territorio è prevalentemente montuoso e collinare: il massiccio granitico occidentale culmina nel Monte Capanne (1.019 m), vetta più alta dell'Arcipelago. L'isola, nota da sempre per i giacimenti di minerali del ferro, è caratterizzata da una eccezionale varietà di rocce e minerali, testimonianza di una serie di complessi eventi geologici che hanno portato alla sua formazione.

**GIGLIO** è la seconda in ordine di grandezza nell'Arcipelago (23,8 kmq). Si trova a 15 km ad ovest dell'Argentario. Percorsa da una catena di rilievi che culmina con il Poggio della Pagana (496 m) è prevalentemente granitica, ma presenta sul versante occidentale un frammento di antiche rocce sedimentarie e metamorfiche con filoni di minerali feriferi sfruttati fino agli anni '60 con le miniere situate nel borgo di Campese.

**CAPRAIA**, con una superficie di 19,3 kmq, è la terza isola dell'Arcipelago. Si trova a 54 km ad ovest della costa continentale e a 28 km dalla Corsica. Isola di origine vulcanica, è prevalentemente montuosa, con una dorsale di rilievi che l'attraversa tutta culminando con Monte Castello (445 m).

**MONTECRISTO** è la quarta isola per grandezza (10,4 kmq) e la più lontana dalla costa continentale (circa 63 km). Frequentata già in epoca romana, accolse nel V secolo San Mamiliano che fondò sull'isola una comunità monastica attiva fino al XVI secolo. È Riserva Naturale Integrale dal 1971 e Riserva Naturale Biogenetica dal 1988. L'unico approdo si trova a Cala Maestra dove sorge la Villa Reale.

**PIANOSA** con i suoi 10,2 kmq è per estensione la quinta isola dell'Arcipelago. È situata a 14 km a sud-sud ovest dalle coste dell'isola d'Elba, a circa 27 km a sud-sud est da Montecristo e a circa 40 km ad est della Corsica. Frequentata dall'uomo preistorico e dai più antichi navigatori presenta testimonianze del neolitico, dell'eneolitico e dell'età del bronzo. Sede di strutture residenziali marittime di epoca romana, nel periodo imperiale vi fu esiliato Agrippa, nipote di Augusto. Fino al 1998 è rimasta chiusa al turismo perché sede di un penitenziario.

**GIANNUTRI** (2,6 kmq), con 11 chilometri di costa rocciosa, è la più meridionale delle isole toscane. Gli unici punti di approdo, Cala Spalmatoio e Cala Maestra, presentano esigue spiagge di ghiaia. Tutt'attorno splendidi fondali ricchissimi di biodiversità. Il sito archeologico della Villa Romana dei Domizi è visitabile accompagnati da guide specializzate.

**GORGONA** è la più piccola (2,2 kmq) e la più settentrionale isola dell'Arcipelago. Dista 36 km dalla costa, è sede di una colonia penale agricola ed ha uno sviluppo costiero di poco superiore a 5 km. Il territorio montuoso, nel versante occidentale, culmina con Punta Gorgona (225 m). Il versante orientale è solcato da tre piccole vallate, la più settentrionale delle quali scende fino al mare presso la piccola spiaggia ed il villaggio-approdo di Cala dello Scalo.

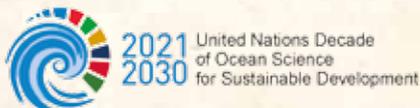


## Il Santuario per i Mammiferi Marini Pelagos

Il Parco Nazionale Arcipelago Toscano è totalmente inserito nel Santuario Internazionale per la Protezione dei Mammiferi Marini Pelagos che è un'area marina protetta di circa 87.500 kmq tra Italia, Francia e Principato di Monaco. Si estende nel bacino corso-ligure-provenzale da Punta Escampobarou (nei pressi di Tolone) a Capo Falcone e Capo Ferro (Sardegna), fino al confine tra Toscana e Lazio. È un'area caratterizzata da un'elevata biodiversità che comprende, oltre a balenottere, capodogli e delfini, circa 8.500 specie di animali marini.

## 2021 – 2030 Decennio delle Scienze Oceaniche

L'Oceano copre il 71% della superficie terrestre, la sua salute è fondamentale per la vita sulla Terra e per il benessere umano. La vita marina è in sofferenza a causa del riscaldamento globale, dell'inquinamento, della pesca intensiva di alcune specie di pesci. Per questi motivi l'ONU ha deciso di dedicargli il "Decennio del mare", a partire dal gennaio 2021. L'iniziativa - il cui titolo ufficiale è "Decade of Ocean Science for Sustainable Development" (Decennio delle Scienze del Mare per lo Sviluppo Sostenibile) - punta a sensibilizzare e mobilitare su questo tema e a far progredire la conoscenza sugli oceani per elaborare soluzioni collettive. Tra gli scopi c'è anche quello di favorire la cooperazione internazionale nel campo delle scienze oceaniche e coordinare programmi di ricerca.



## Un impegno per il turismo sostenibile

L'Ente Parco ha aderito alla Carta Europea del Turismo Sostenibile (CETS) promossa da Europarc Federation, uno strumento metodologico ed una certificazione che permette di migliorare la gestione del turismo nelle aree protette. L'elemento centrale della Carta è la collaborazione tra tutte le parti interessate a sviluppare una strategia comune ed un piano d'azione per lo sviluppo turistico, nel comune obiettivo della tutela del patrimonio naturale e culturale e il continuo miglioramento della gestione del turismo a favore dell'ambiente, della popolazione locale, delle imprese e dei visitatori. Attualmente il Parco è soggetto capofila di un Piano d'Azione quinquennale (2021-2025) condiviso con le parti sociali partner e consultabile da link e qr: [CETS](#)



## 10 PRINCIPI CETS DA SEGUIRE

- 1) Proteggere il paesaggio, la biodiversità e il patrimonio culturale
- 2) Supportare la conservazione attraverso il turismo
- 3) Ridurre l'impronta ecologica, l'inquinamento e lo spreco
- 4) Offrire ai visitatori accessi sicuri per tutte le abilità
- 5) Comunicare efficacemente l'unicità dell'area
- 6) Garantire la coesione sociale
- 7) Rafforzare l'economia locale
- 8) Offrire formazione per le competenze agli operatori
- 9) Controllare le performance ed i risultati del turismo
- 10) Comunicare le azioni e coinvolgere nella Carta

## 4 ASSI STRATEGICI INDIVIDUATI PER IL TERRITORIO DEL PARCO

### UN TERRITORIO DA GESTIRE

- Sostenere le attività di tutela e monitoraggio del capitale naturale, della geodiversità, del patrimonio storico-culturale e del territorio più in generale, anche attraverso azioni di controllo delle specie aliene e la gestione ottimale delle spiagge e della fascia costiera, compresa l'eventuale individuazione di aree di protezione a mare.
- Garantire la manutenzione della rete sentieristica e il recupero delle strutture funzionali alla fruizione sostenibile dell'Arcipelago Toscano.

### UN'OFFERTA DA DIFFERENZIARE

- Destagionalizzare il turismo attraverso la varietà delle esperienze (turismo naturalistico, geoturismo, turismo culturale ed eno-gastronomico, outdoor, ecc.) e delle attività educative proposte dal territorio nei confronti del turista consapevole.
- Immaginare un brand per l'Arcipelago Toscano da veicolare attraverso una comunicazione coordinata e finalizzata a promuovere una destinazione sostenibile "non solo mare".

### UN'IMPRONTA DA RIDURRE

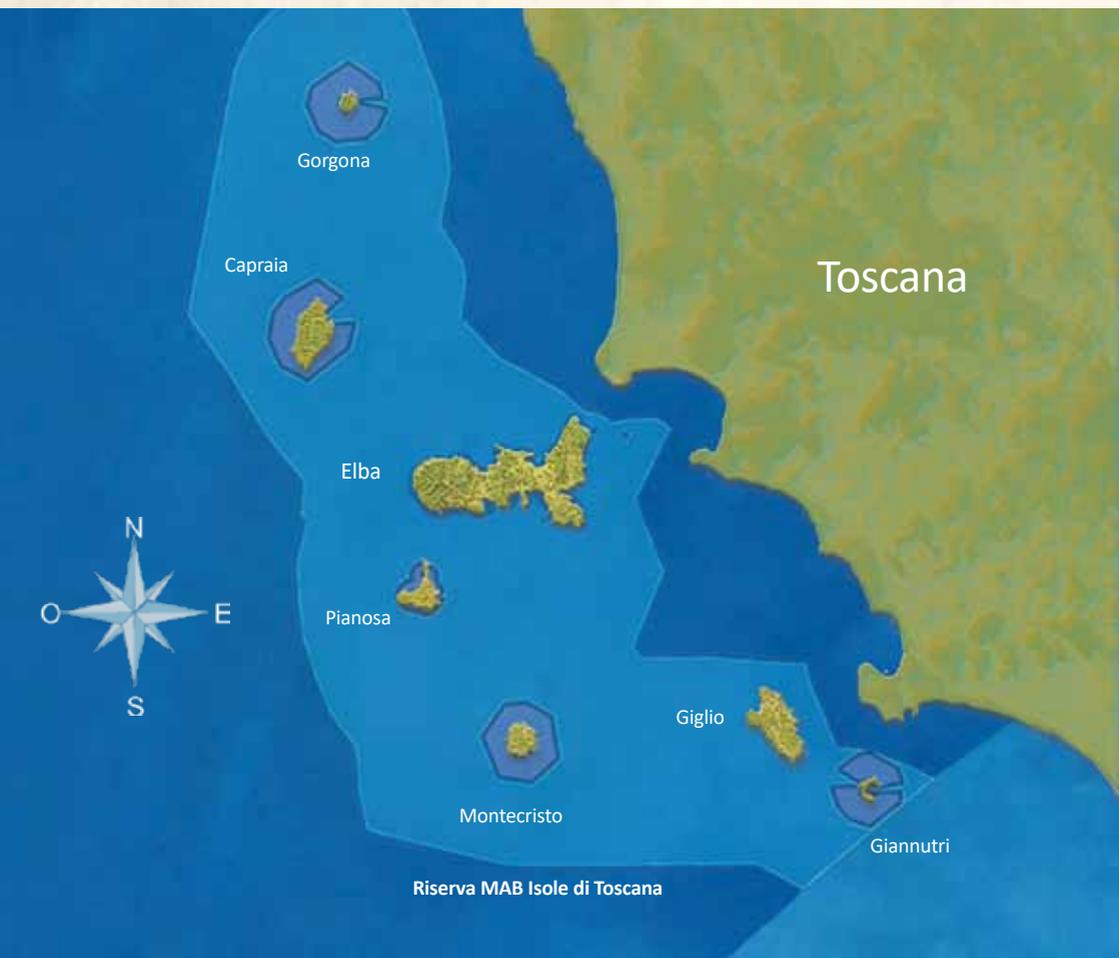
- Ridurre gli impatti ambientali operando nella direzione di un territorio "carbon free" e "plastic free" (energie alternative, ciclo delle acque, sprechi alimentari, economia circolare, gestione dei rifiuti, ...) e agire contro gli effetti dei cambiamenti climatici.
- Ripensare la mobilità interna e le connessioni nell'ambito dell'Arcipelago Toscano per far crescere le realtà locali e migliorare l'offerta turistica delle isole.

### UNA COMUNITÀ DA FAR CRESCERE

- Consolidare il ruolo e la "presenza" del Parco sul territorio, attraverso l'ascolto, la collaborazione e la condivisione degli obiettivi gestionali con gli attori locali per renderli sempre più consapevoli delle potenzialità del turismo sostenibile.
- Favorire l'imprenditorialità giovanile ed una economia complementare al turismo estivo (agricoltura di qualità, pesca sostenibile, filiera corta, servizi innovativi e per l'outdoor).

# La Riserva della Biosfera MAB UNESCO

La Riserva MAB UNESCO Isole di Toscana – riconosciuta dal 2003 – è composta dalle sette isole dell'Arcipelago, alcune isolette tra la costa toscana e la Corsica e dal mare che le circonda; ambienti che racchiudono una grande diversità geologica e biologica rappresentativa della regione mediterranea. Il programma MAB (Man and the Biosphere) UNESCO sviluppa le basi all'interno delle scienze naturali e sociali per l'uso razionale e sostenibile e la conservazione delle risorse della biosfera e per il miglioramento della relazione generale tra le persone e il loro ambiente. In coerenza con tali obiettivi la Riserva della Biosfera Isole di Toscana promuove progetti e iniziative finalizzate a tutelare le risorse naturali e a incentivare uno sviluppo economico sostenibile a vantaggio delle comunità locali. Quest'anno il Parco Nazionale festeggia il ventennale del prestigioso riconoscimento.



# L'Agenda ONU 2030

Il 25 settembre 2015 l'Assemblea Generale dell'ONU ha adottato l'Agenda 2030 per lo Sviluppo Sostenibile individuando 17 obiettivi per lo Sviluppo Sostenibile, cruciali per la sopravvivenza dell'umanità: educazione, salute, protezione sociale, lavoro, cambiamento climatico, protezione ambientale. Il Parco Nazionale Arcipelago Toscano - impegnato nella quotidiana azione di tutela di ciò che è fragile, prezioso e minacciato - propone nel suo catalogo dei servizi 2023 attività, esperienze, laboratori ed eventi mirati a promuovere comportamenti e stili di vita che possano contribuire al raggiungimento di questi ambiziosi traguardi. Fra i 17 obiettivi individuati dall'ONU il PNAT sta concentrando la propria attenzione su alcuni di essi, più organici alla propria missione, nella convinzione che grandi mutamenti a livello globale possano essere generati dall'insieme di piccoli gesti individuali e che scelte quotidiane consapevoli possano contribuire alla costruzione di "una vita sulla terra sostenibile, pacifica, prospera ed equa per tutti".

**Obiettivo 4.** Fornire educazione di qualità, equa ed inclusiva, e opportunità di apprendimento per tutti

**Obiettivo 6.** Garantire a tutti disponibilità e gestione sostenibile dell'acqua e delle strutture igienico-sanitarie

**Obiettivo 7.** Garantire energia pulita e accessibile

**Obiettivo 12.** Garantire modelli sostenibili di produzione e di consumo

**Obiettivo 13.** Promuovere azioni, a tutti i livelli, per combattere il cambiamento climatico

**Obiettivo 14.** Conservare e utilizzare in modo durevole gli oceani, i mari e le risorse marine per uno sviluppo sostenibile

**Obiettivo 15.** Proteggere, ripristinare e favorire un uso sostenibile dell'ecosistema terrestre

**Obiettivo 17.** Rafforzare i mezzi di attuazione e rinnovare il partenariato per lo sviluppo sostenibile



## Il PNAT nella prestigiosa Green List della IUCN

Qualcuno lo ha definito il premio Nobel per la natura, altri lo considerano il gotha mondiale delle aree naturali protette, nella sostanza si tratta di una lista all'interno della quale vengono inseriti e certificati i parchi e le riserve naturali che risultano essere i migliori a livello globale in termini di tutela delle risorse naturali e di gestione sostenibile del territorio. Stiamo parlando della "Green List" promossa e garantita dalla IUCN, l'Unione Internazionale per la Conservazione della Natura (International Union for the Conservation of Nature), il massimo organismo mondiale in materia di aree protette. Dal 2021 anche il Parco Nazionale Arcipelago Toscano è stato inserito in questa prestigiosa e ristretta cerchia di super-Parchi. Attualmente la Green List della IUCN conta 61 aree protette in 16 paesi in tutto il mondo.



Solamente tre sono i Parchi italiani che hanno conseguito questo riconoscimento che certifica il raggiungimento di elevati standard gestionali per quelle aree protette che hanno dimostrato un costante impegno nei quattro piloni strategici definiti dalla governance, dalla programmazione, dal management e dai risultati di conservazione. Gli esperti mondiali che sono stati inviati dalla IUCN per la verifica sul campo hanno apprezzato lo straordinario capitale naturale che caratterizza l'Arcipelago Toscano, ma hanno anche registrato e valutato positivamente le tante azioni e i diversi progetti che l'ente gestore ha condotto in questi anni per conservare i formidabili valori ambientali nel rispetto delle comunità locali e in coerenza con gli obiettivi per uno sviluppo durevole promossi dall'ONU nell'ambito della Agenda 2030. I Parchi rappresentano le punte di diamante del sistema mondiale delle aree protette e, di conseguenza, un fondamentale riferimento tecnico e di governance per il mantenimento delle risorse naturali fondamentali per la salute e per l'economia di tutti i cittadini.



Green List  
Protected | Conserved Areas

# Consigli e regole

Durante la visita si invita a seguire principi di buona educazione e buon senso per vivere il Parco ascoltando in silenzio il vento, i suoni della natura e seguirne i ritmi, scoprendolo con l'aiuto delle Guide Parco che permetteranno di rendere l'esperienza unica. Per godere della natura si richiede di seguire queste semplici regole:

- riporta a casa i tuoi rifiuti;
- rispetta fiori e piante, non raccogliarli;
- quando avvisti animali, tieniti a distanza: rischi di spaventarli;
- non raccogliere minerali e fossili, sono la nostra storia;
- non accendere fuochi, se ne avvisti uno segnalalo alle autorità competenti;
- non campeggiare, rischi di danneggiare equilibri fragili.

## Orientarsi tra i simboli



Informazioni sul Parco Nazionale  
e sul territorio



Casa dell'Agronomo  
Info Park Pianosa



Attività nei musei



Attività di educazione  
ambientale



Attività con tematiche  
naturalistiche



Attività con tematiche geologiche  
o mineralogiche



Attività nei centri storici



Attività trekking o con  
lunghi spostamenti a piedi



Attività di cicloturismo o  
con spostamenti in bici



Attività di kayak in mare



Attività di snorkeling o  
didattiche in mare



Visite alle catacombe  
di Pianosa



Attività con tematiche  
paleontologiche



Attività con tematiche  
archeologiche



Attività in siti storici: torri,  
fortezze, eremi



Attività con tematiche  
geologiche sull'isola di Pianosa



Attività con tematiche  
enogastronomiche



Attività di osservazione  
della natura o panoramiche



Visite guidate con  
spostamenti in bus



Visite guidate con  
spostamenti in carrozza



Attività all'alba o al  
tramonto

A scenic view of a rugged coastline. In the foreground, a hiker wearing a backpack and a hat stands on a rocky outcrop, looking out over a vast, green, and rocky landscape. The terrain is steep and covered in dense vegetation. In the background, the coastline curves along the sea, with a prominent cliff face and a small rock formation in the water. The sky is clear and blue.

# Capraia

**Calendario 2023**



Centro Educazione Ambientale

CAPRAIA



Musei Arcipelago  
SISTEMA ISOLE E IT  
DELL'ARCIPELAGO TOSCANO



## **CENTRO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE "LA SALATA"**

**Punto Informativo dell'Osservatorio Toscano per la Biodiversità**

La struttura divulgativa situata nel porto turistico fornisce tutte le informazioni per godere della bellezza dell'isola. Al suo interno è attivo un infopoint turistico - gestito in collaborazione tra il Parco Nazionale, il Comune di Capraia Isola e la Pro Loco - che è anche un Centro di Educazione Ambientale dedicato alla conoscenza dell'isola. Allestimenti multimediali in realtà virtuale e applicazioni interattive consentono di rivivere la formazione geologica dell'Arcipelago Toscano ed in particolare dell'apparato vulcanico dal quale si è formata l'isola di Capraia, ma anche di scoprire le opportunità di fruizione attraverso la rete sentieristica. Uno specifico allestimento è dedicato al Santuario Internazionale dei Mammiferi Marini "Pelagos" con immagini dei suoi straordinari abitanti, approfondimenti relativi alla fauna marina e informazioni sull'Osservatorio Toscano per la Biodiversità. Il cortile infine ospita splendidi modelli a grandezza reale di tursiope, di delfino comune, stenella e Foca monaca. Qui si prenotano le escursioni con Guida Parco per andare alla scoperta dei sentieri, dei tesori geologici ed archeologici e della straordinaria area marina protetta dell'isola. Ingresso gratuito. Tel. 320 9606560 - 347 7714601.

**Aperto dal 1 aprile al 1 novembre in base al calendario:**

[parcoarcipelago.info/capraia](http://parcoarcipelago.info/capraia)



## PALMENTI

Il Comune di Capraia, con la supervisione scientifica della Soprintendenza Archeologia, Belle Arti e Paesaggio per le province di Pisa e Livorno e grazie ai finanziamenti provenienti dal progetto INTERREG ISOS – Isole Sostenibili realizzato dal Parco Nazionale, ha attivato un percorso culturale che riscopre le antiche tradizioni agricole dell'isola. Sono ora visitabili gli antichi palmenti: vasche scavate nella roccia destinate alla produzione del vino, nelle quali si pigiavano i grappoli per ricavarne il succo, utilizzate almeno a partire dal XVI secolo. Ai tre siti già visitabili – Forte San Giorgio, San Leonardo e Segalaio – se ne sono aggiunti, in virtù di scavi recenti, altri situati in località Il Piano, la cui fruibilità è stata potenziata attraverso la predisposizione di un sentiero dedicato corredato di pannelli esplicativi.



## LA FOCA MONACA

Attorno a Capraia, inclusa nel Santuario Internazionale per i Mammiferi Marini “Pelagos”, sono frequenti avvistamenti di mammiferi marini come delfini, balenottere, capodogli. Dopo decenni di assenza è stata accertata lungo le coste dell'isola anche la presenza della foca monaca, specie endemica del Mediterraneo e delle contigue acque atlantiche, dove sopravvive in nuclei riproduttivi di poche centinaia di individui concentrati nelle aree più meridionali del Mare Nostrum e lungo le coste del Sahara Atlantico e dell'isola di Madeira. Il Parco Nazionale Arcipelago Toscano organizza speciali escursioni in barca lungo le coste dell'isola alla scoperta della fauna marina di Capraia. Se ti muovi con la tua imbarcazione, fai attenzione ad alcune semplici regole per non disturbare la foca monaca o altri animali e consulta la cartina al link sotto riportato o tramite il codice QR per sapere in quali zone puoi navigare liberamente.

[Capraia-avviso-natanti](#)



## MOSTRA ARCHEOLOGICA

All'interno della Chiesa di Sant'Antonio è allestita la mostra archeologica che espone una serie di importanti reperti archeologici ritrovati sull'isola e nelle acque che la circondano. Fra questi, i più suggestivi provengono dalla cosiddetta Tomba 13, scoperta a ridosso del lato orientale della Chiesa di Santa Maria Assunta durante la campagna di scavo del 1983, nel corso della quale, oltre ad una serie di sepolture di età medievale e moderna, fu rinvenuta una tomba di età tardo antica, databile al V sec. d.C. I resti dello scheletro ed il corredo permettono di attribuire la sepoltura ad un militare di origine probabilmente non autoctona, forse un Franco dell'esercito imperiale di Avito, morto durante la battaglia della Corsica del 456 d.C. La mostra si inserisce in un più ampio contesto di interventi che hanno lo scopo di valorizzare il patrimonio storico-archeologico dell'isola di Capraia, posti in essere dal Comune di Capraia, in collaborazione con il Parco Nazionale Arcipelago Toscano, con la supervisione scientifica della Soprintendenza Archeologia, Belle arti e Paesaggio per le Province di Pisa e Livorno.

## PERCORSO BOTANICO

Istituzioni, imprese e cittadini cooperano in questo progetto di valorizzazione: le aziende agricole Arura e San Rocco, dando seguito ad un impegno assunto nell'ambito della certificazione CETS (Carta Europea Turismo Sostenibile), hanno realizzato il Percorso Botanico in via sperimentale per poi completarlo grazie al sostegno e al finanziamento del Parco Nazionale. L'obiettivo centrale è "conoscere per riconoscere" piante, fiori, frutti di piante spontanee di macchia e non solo, creando un luogo permanente di formazione ed esperienza che consenta, a coloro che lo attraversano, di inoltrarsi nell'isola con una maggiore consapevolezza data dal riconoscimento delle principali specie botaniche presenti.

Il percorso, lungo circa 300 metri, si estende lungo l'antica Strada Romana che dal Porto conduce al Paese, passando davanti alla sorgente e attraversando il ponte sul Vado del Porto. Si raggiunge dal Porto a partire dalla Chiesa di Santa Maria Assunta, seguendo la strada per il villaggio "Le Sughere" o dal paese partendo dalla Chiesa di San Nicola, percorrendo via San Leonardo e proseguendo in direzione del Porto costeggiando il Palmento di San Leonardo. Il percorso botanico è di libera fruizione e aperto a tutti, 24 ore al giorno e 365 giorni l'anno. La primavera è il momento ideale per visitarlo.



## IL MIGLIO BLU

Nuoto, snorkeling, swimtrekking in una straordinaria piscina naturale. Il Miglio Blu di Capraia è un corridoio riservato alla balneazione in sicurezza, liberamente accessibile, all'interno del quale non si può navigare, né ancorare, né ormeggiare. Si estende lungo una fascia di costa che si sviluppa davanti all'abitato di Capraia - dalla Grotta sotto la Torre del Porto alla Torretta al Bagno. Il corridoio lungo 1100 m delimitato da 22 boe, se percorso in andata e ritorno, consente di nuotare per oltre un miglio nautico.

## PRO LOCO ISOLA DI CAPRAIA EVENTI 2023



**Capraia Rock Trail.** Nella suggestiva cornice dell'isola, fra panorami mozzafiato, una competizione trail adatta a corridori esperti.

**Minigiraglia.** Veleggiata fra Capraia e Corsica.

**Inaugurazione del Percorso Botanico.**

**Tango Experience Capraia isola.** Milonghe e lezioni con i maestri per tutti i livelli.

**Capraia Smart Island.** Un evento di tre giorni per presentare le principali esperienze disponibili sul mercato per aumentare la sostenibilità delle filiere: energia, rifiuti, ciclo dell'acqua, efficienza energetica negli edifici, gestione del porto e mobilità sostenibile terrestre e marina.

**Sagra dei Sapori delle Terre di Mare.** Con preparazione e degustazione di piatti e prodotti tipici.

**Capraia Sail Rally.** Veleggiata competitiva organizzata dall'Associazione Vele Storiche Viareggio.

**Premio Letterario Internazionale del Mare "Piero Ottone",** dedicato alle opere di narrativa italiane e straniere a tema 'mare, isole, navigazione'.

**Capraia Musica Festival.** XVIII edizione. Un appuntamento con l'eccellenza della musica in luoghi caratteristici dell'isola.

**Festival "Muovasi la Capraia" fra mare e sogno.** Serate di teatro, cinema e letteratura.

**Cinema sotto le stelle.** Nelle serate di luglio e agosto, cinema all'aperto presso il Chiostro della chiesa di Sant'Antonio.

**Biblioteca della Torre del Porto.** Apertura della Biblioteca per il servizio di prestito e calendario di eventi.

**Capraia Yogathon.** Maratona di yoga per fare insieme pratica, beneficiando di tutta l'energia dell'isola vulcanica.

**Festa per la Madonna dell'Assunta.** Tradizionale festa religiosa con processione in mare, fuochi d'artificio, Palio Marinario isolano.

**Con-centriamoci a Capraia,** evento conclusivo di un progetto artistico relazionale promosso da un gruppo di donne dell'isola.

**Festa della birra**

**Sagra del Totano.** Evento consolidato che ogni anno attrae migliaia di turisti, comprende due eventi principali: la Gara di Pesca del Totano e la sagra vera e propria con gli stand dei ristoranti dell'isola.

Per informazioni:

[prolococapraiaisola.it](http://prolococapraiaisola.it)

# Isola di Capraia

A photograph showing two hikers from behind as they ascend a rocky, rugged trail on a hillside. The hiker on the left is wearing a light blue t-shirt and dark shorts. The hiker on the right is wearing an orange t-shirt, dark shorts, a hat, and a backpack. The landscape is rocky with sparse green and yellow vegetation. In the background, the sea is visible under a clear sky.

## Primavera nel Parco

**LUNEDÌ 24 APRILE**

**Anello dello Zenobito: itinerario Geoturistico dell'isola di Capraia**

L'escursione guidata permetterà di scoprire la storia geomorfologica dell'isola di Capraia attraverso la lettura dell'ambiente. Partendo dalla piazza principale del paese e raggiunto il Monte Arpagna, splendido punto di osservazione per un panorama a 360° dove sarà effettuata la sosta per il pranzo al sacco, scenderemo alla piana dello Zenobito: un ambiente indescrivibile, impressionante per la bellezza selvaggia, da cui rientreremo in paese percorrendo il magnifico Sentiero perduto dello Zenobito. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua (2,5 l a persona), pranzo al sacco. Ritrovo: ore 9 Piazza Milano (paese) – Durata: 7 ore – Difficoltà: molto impegnativo. Su prenotazione, € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

# WALKING FESTIVAL

### SABATO 6 MAGGIO

#### **Il Vado del Porto, il 'Percorso Botanico' e il Sentiero del Reganico**

Capraia è l'unica isola vulcanica dell'Arcipelago Toscano e uno scrigno di biodiversità. L'itinerario ad anello costeggia l'incantevole Vado del Porto, lungo il quale si sviluppa il Percorso Botanico dell'isola di Capraia - realizzato dalle aziende agricole Arura e San Rocco nell'ambito delle azioni locali per la Carta Europea del Turismo Sostenibile attraverso un finanziamento dell'Ente Parco - che valorizza, in una sorta di vivaio a cielo aperto, le specie di interesse floristico dell'isola. Raggiunta la Vecchia cava, antico sito di estrazione della roccia lavica naturale, effettueremo la sosta per il pranzo al sacco ammirando il panorama della dorsale dell'isola. Il percorso proseguirà insinuandosi nella valle percorsa dal Sentiero del Reganico: le soste ci permetteranno di scoprire i sorprendenti habitat e la diversità naturalistica dell'isola e riconoscere le specie floristiche precedentemente osservate. Raggiunta la splendida Cala dello Zurletto, potremo ammirare lo spettacolo delle pieghe, delle intrusioni, degli effetti dell'erosione marina che caratterizzano l'isola. Ritrovo: ore 11:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 4 ore – Difficoltà: medio-facile – su prenotazione, gratuito.

### DOMENICA 21 MAGGIO

#### **Escursione ai palmenti delle Tigghielle: eccezionalità dell'isola di Capraia**

Una bella escursione guidata verso il cuore dell'isola di Capraia ci permetterà di visitare l'area archeologica delle Tigghielle, dove osserveremo un meraviglioso nucleo di palmenti, le vasche per la pigiatura dei grappoli nella produzione vitivinicola. Pur presenti anche nelle altre isole dell'Arcipelago Toscano, scopriremo le eccezionalità di quelli capraiesi e osservando i bei vigneti della località Il Piano, potremo immaginare la vita di un tempo, le attività produttive del passato e apprezzare ancor di più i sapori di oggi!

Ritrovo: ore 09:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2,5 ore – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione, € 8 e riduzioni.

### DOMENICA 28 MAGGIO

#### **La Ex Colonia Penale Agricola e il Monte Castello: Itinerario geoturistico - Settimana Europea dei Parchi.**

Il bellissimo percorso, che attraversa la zona della Ex Colonia Penale e sale fino al Monte Castello, la vetta più alta dell'isola, ci permetterà di scoprire la meravigliosa storia geologica di Capraia. Attraverso l'osservazione diretta di siti e paesaggi geologici, col supporto della Carta Geoturistica realizzata nel 2022 dall'Istituto di Geologia Ambientale e Geoingegneria del CNR in collaborazione con il Parco Nazionale Arcipelago Toscano, 'leggeremo' l'ambiente che ci circonda per capire come le eruzioni vulcaniche di Capraia abbiano dato origine, attraverso la profondità del tempo geologico, all'isola che oggi conosciamo.

Ritrovo: ore 11:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 4 ore  
Difficoltà: impegnativo – Evento su prenotazione, gratuito.





Isola di Capraia

*E... State nel Parco*

**E... STATE NEL PARCO PER TUTTI**

Famiglie, ragazzi e bambini alla scoperta della natura e della storia delle isole del Parco Nazionale Arcipelago Toscano, escursioni, visite guidate, laboratori didattici, conferenze e citizen science per conoscere e vivere intensamente la natura e la cultura dell'Area protetta.

**E... STATE NEL PARCO JUNIOR**

Per bambini da 6 a 11 anni, educazione ambientale, giochi didattici e laboratori; attività legate all'ecosistema marino e agli ambienti più significativi del Parco: specie animali e vegetali, storia naturale, conservazione, sostenibilità.

### Ogni lunedì, in estate, il Parco propone l'esperienza del seawatching e laboratori per bambini

#### **Seawatching. Giro dell'isola in barca con osservazione della fauna marina**

Le piccole imbarcazioni dell'isola sono il mezzo ideale per scoprire, con un po' di fortuna, le specie faunistiche che frequentano il suo mare: il salto di un tonno o di un delfino, il volo di un falco o di un gabbiano, il tuffo di un marangone o il planare a pelo d'acqua di una berta, con la possibilità di avvistare alcune specie eccezionali, come il Falco pescatore o la rara Foca monaca del Mediterraneo riapparsa dopo decenni di assenza nelle acque dell'Arcipelago Toscano. Scrutando con i binocoli forniti dal Parco Nazionale le meravigliose coste dell'isola e il mare attorno ad essa, il tour guidato ci permetterà di scoprire i suoi sorprendenti protagonisti e non mancherà un tuffo nelle sue acque cristalline.

Ritrovo: ore 17:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Evento su prenotazione, € 30 intero; € 20 ridotto (5-12 anni); € 10 (0-4 anni).

#### **Per bambini: laboratorio serale presso il Centro di Educazione Ambientale La Salata**

**Dal Falco pescatore alla Foca monaca:** super-eroi nella natura. Attività serale per bambini dedicata ad alcune delle specie faunistiche che frequentano l'isola di Capraia, rendendola speciale! Scopriremo i loro 'super-poteri', le loro 'imprese' e il valore della loro presenza.

Ritrovo: 21:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 1 ora e 30' – Evento su prenotazione, gratuito.

---

### Il martedì il Parco propone anche vari eventi per esplorare l'isola in tutte le sue sfumature. Per date e orari rivolgersi al CEA La Salata

#### **Trekking in notturna alla Pieve di Santo Stefano Protomartire**

#### **20 GIUGNO**

Una facile escursione guidata ci permetterà di raggiungere la piccola chiesa romanica di Santo Stefano Protomartire, situata presso la località 'Il Piano'. Nel silenzio della notte, camminando sotto un cielo di stelle meraviglioso per lo scarso inquinamento luminoso, ascolteremo il richiamo degli uccelli notturni, respireremo i profumi riconoscendo le diverse specie botaniche che li producono, scopriremo la storia della comunità insulare, lasciandoci incantare dalla bellezza dell'isola.

Ritrovo: ore 21:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 1 ora e 30' – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

### Trekking in notturna nella Ex Colonia Penale

**18 LUGLIO**

Una facile escursione guidata con partenza dal CEA 'La Salata' ci farà conoscere, col fascino della notte, la Ex Colonia Penale Agricola. Percorrendo la strada sterrata che collega le diramazioni in cui era organizzata la colonia, sotto il cielo stellato e osservando il bellissimo panorama verso il porto, scopriremo la storia delle colonie penali dell'Arcipelago Toscano e le curiosità legate a quella capraiese. Ritrovo: ore 21:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 1 ora e 30' – Difficoltà: facile – Su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

### Cooperativa Maricoltura e Ricerca : la 'Fattoria del mare' di Capraia

**1 AGOSTO**

La Cooperativa Maricoltura e Ricerca è uno straordinario esempio di eccellenza nella produzione ittica in Italia. Impegnata da sempre nel raggiungere l'obiettivo di un prodotto di alta qualità, nel rispetto del benessere animale, è indicata dalla Commissione Europea come modello di acquacoltura sostenibile. La serata, in compagnia dei fondatori della cooperativa, sarà un incontro aperto a domande e curiosità, dedicato alla storia, ai risultati raggiunti, agli obiettivi futuri, all'insegna dell'economia della sostenibilità e di una grande passione: il mare. Ritrovo: ore 22 CEA La Salata – Durata: 1 ora e 30' - Ingresso libero.

I MARTEDI' DEL PARCO



### E infine uscimmo...a misurare il buio!

**11 LUGLIO E 22 AGOSTO**

Volgendo lo sguardo al cielo notturno, lo spettacolo di stelle ha sempre suscitato grande curiosità e impressione nell'uomo. Ma come si valuta la qualità del cielo notturno e quindi l'impatto dell'inquinamento luminoso? Una breve escursione in compagnia del Dott. Luciano Massetti, ricercatore del CNR-IBE, ci permetterà di scoprire cosa è l'inquinamento luminoso, misurarne l'impatto con strumenti specifici ed emozionarci nella magia della notte capraiese. Ritrovo: ore 21:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Difficoltà: facile – Su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

### Alba in barca

#### 27 GIUGNO E 15 AGOSTO

Una esperienza emozionante, dedicata al passaggio dalla notte al giorno, vissuta da un punto d'osservazione speciale, il mare. Salpando sotto un cielo di stelle sosteneremo presso la bellissima Cala della Mortola, raggiungibile solo in barca, per ammirare l'aurora e fare un bagno al sorgere del sole. Ripresa la navigazione faremo un tour guidato attorno all'isola alla scoperta del suo patrimonio naturalistico, paesaggistico e geologico. Ritrovo: CEA La Salata, orario variabile in base al sorgere del sole – Durata: 2 ore e 30' – Servizio guida € 10 – Servizio barca (si paga a bordo) € 30. Numero partecipanti: 8. Su prenotazione.

### Tramonto in barca

#### 4 LUGLIO E 29 AGOSTO

Una circumnavigazione emozionante, sul far della sera, dedicata al magico momento del tramontare del sole. Salperemo nel tardo pomeriggio e effettueremo un tour guidato attorno all'isola di Capraia, osservando le coste e il mare per cogliere l'emozione dei colori, delle forme, conoscerne l'origine, scoprirne i frequentatori alati o gli straordinari mammiferi marini. Raggiunta la punta della Teglia, sosteneremo in attesa del tramontare del sole, che saluteremo con un tuffo nel mare dell'isola, per rientrare al porto sul far della notte. Ritrovo: CEA La Salata, orario variabile in base al tramontare del sole - Durata: 2 ore e 30' – Servizio guida € 10 – Servizio barca (pagamento a bordo) € 30. Numero massimo di partecipanti: 8. Evento su prenotazione.

### Mostra mercato delle aziende agricole di Capraia: saperi e sapori dell'isola

#### 25 LUGLIO E 8 AGOSTO

I prodotti dell'isola di Capraia esprimono il rapporto tra l'uomo e il territorio. Vino, miele, formaggi, birra, marmellate, confetture, liquori, sono espressione della meravigliosa isola vulcanica e il risultato del lavoro sapiente dei produttori, svolto con attenzione alla tradizione e con continua ricerca e innovazione, nel rispetto di un territorio parte del Parco Nazionale Arcipelago Toscano e della Riserva della Biosfera MAB Unesco. La mostra mercato a Km0 sarà l'occasione per conoscere le aziende agricole locali e scoprire i saperi e i sapori di Capraia. Ritrovo: ore 22 CEA La Salata – Durata: 1 ora e 30' – Ingresso libero.

### Lo sguardo oltre le stelle nei cieli di Capraia

#### 5 SETTEMBRE

Gli astronomi dell'Osservatorio di Arcetri (Istituto Nazionale di Astrofisica) saranno a Capraia per ammirare la bellezza del suo cielo notturno e incontrare la gente dell'Isola sotto le stelle. Oltre ad offrire una visione al telescopio di alcuni oggetti presenti in cielo, dai pianeti del nostro sistema solare agli ammassi stellari, dalle nebulose della Via Lattea alla galassia di Andromeda, Edvige Corbelli e Daniele Galli risponderanno alle curiosità del pubblico. Racconteranno di antiche e recenti scoperte sull'Universo, svelando i segreti di ciò che potremo ammirare e immaginare con il naso all'insù. Ritrovo: ore 22, CEA La Salata – Difficoltà: facile – Su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

### Il Cielo di Capraia: uno scrigno pieno di stelle

#### 12 SETTEMBRE

Il gruppo Astronomia del Museo di Storia Naturale di Rosignano Marittimo animerà una serata di osservazioni astronomiche sotto l'incomparabile cielo dell'isola di Capraia.

Un incontro introduttivo presso il CEA 'La Salata' permetterà di apprendere alcune nozioni di base relative ai movimenti della volta celeste, alle principali Costellazioni del periodo ed all'approccio alla osservazione con i telescopi. Tramite una passeggiata guidata, i partecipanti raggiungeranno quindi il luogo dove saranno effettuate le osservazioni con i telescopi che ci sveleranno stelle doppie, ammassi stellari, nebulose e galassie.

Ritrovo: ore 22, CEA La Salata – Difficoltà: facile – Su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

---

### Le proposte dei mercoledì del Parco sono varie, dal giro in barca a tema geologico o naturalistico ai trekking presso i produttori locali

**Geowatching: giro in barca dell'isola di Capraia dedicato agli aspetti geo-morfologici**

#### 28 GIUGNO, 12 E 26 LUGLIO, 9 E 23 AGOSTO, 6 SETTEMBRE

Capraia è l'unica isola di origine vulcanica dell'Arcipelago Toscano. Facendo un tour guidato in barca attorno all'isola, attraverso l'osservazione diretta e avvalendoci della Carta Geoturistica realizzata nel 2022 attraverso il progetto di collaborazione tra l'Istituto di Geologia Ambientale e Geoingegneria del Consiglio Nazionale delle Ricerche e Parco Nazionale Arcipelago Toscano, scopriremo la sua storia geologica. Leggendo l'ambiente, potremo comprendere le sue forme, conoscere il suo patrimonio geologico, ammirare i siti di maggiore interesse, godere di un tuffo lungo le sue coste selvagge.

Ritrovo: ore 09:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Su prenotazione, € 30 intero; € 20 ridotto (5-12 anni); € 10 (0-4 anni).

**Seawatching: giro dell'isola in barca con osservazione della fauna marina**

#### 21 GIUGNO, 5 E 19 LUGLIO, 2, 16 E 30 AGOSTO, 13 SETTEMBRE

Ritrovo: ore 09:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Evento su prenotazione, € 30 intero; € 20 ridotto (5-12 anni); € 10 (0-4 anni). [Descrizione a pag. 85](#)

**Trekking del km0**

**La laboriosa vita delle api e la produzione mellifera: Azienda Agricola San Rocco**

#### 12 LUGLIO, 9 E 23 AGOSTO

Una escursione guidata lungo il meraviglioso Sentiero del Reganico, tra la gariga e la macchia mediterranea, ci permetterà di conoscere le piante pollinifere e nettariifere appetite dalle api e le loro caratteristiche. Raggiunto l'apiario della Azienda Agricola San Rocco, scopriremo con la fondatrice Roberta Bonomo l'affascinante macroorganismo alveare e la vita delle api. Una visita al laboratorio di estrazione dell'azienda ci permetterà di conoscere gli strumenti e le fasi di lavorazione dei dolci prodotti risultato della sua

passione. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua.

Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

### **Trekking del km0**

**Dagli ortaggi al grenache, la tradizione agricola capraiese: Azienda Agricola La Mursa**

**28 GIUGNO, 26 LUGLIO, 16 AGOSTO**

Una bella escursione guidata ci permetterà di attraversare la Ex Colonia Penale Agricola e osservare le strutture e le aree che testimoniano silenziosamente le attività agricole di un tempo. Raggiunta l'Azienda Agricola La Mursa, in posizione meravigliosamente panoramica sui terrazzamenti che salgono verso la vetta del Monte Castello, il fondatore Francesco Cerri ci farà conoscere la produzione orticola dell'azienda e scoprire la sua produzione vitivinicola di grenache, vitigno anticamente coltivato sull'isola, di cui potremo apprezzare il sapore con un assaggio in vigna. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua, maglioncino/giacca.

Ritrovo: ore 17:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

**Formaggi di capra a Capraia: Azienda Agricola il Saracello**

**5 LUGLIO, 2 AGOSTO, 30 AGOSTO**

Lungo le strade della Ex Colonia Penale Agricola dell'isola di Capraia. Raggiunta l'Azienda Agricola il Saracello, che nel 2016 ha fatto rinascere sull'isola l'attività tradizionale della pastorizia, accompagneremo al pascolo all'aperto le simpatiche capre camosciate alpine, scopriremo le caratteristiche di questa razza particolare e la produzione di alta qualità dei formaggi capraiesi, che potremo assaporare ritrovando tutti i sentori della macchia mediterranea. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua.

Ritrovo: ore 17 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione, € 15; € 8 ridotto (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

**I sapori dell'orto: Agriturismo Valle di Portovecchio**

**21 GIUGNO, 19 LUGLIO, 6 SETTEMBRE**

Una splendida e agevole escursione guidata attraverso la Ex Colonia Penale Agricola ci permetterà di raggiungere la diramazione Portovecchio, per conoscere l'Agriturismo Valle di Portovecchio. Rossana Chierichetti e Massimo Schiavelli ci faranno scoprire l'azienda storica dell'isola di Capraia, organizzata secondo il principio della multifunzionalità, biologica, strettamente connessa ad una scelta di vita di qualità legata al territorio... tutta da degustare attraverso una proposta di assaggi dal loro orto. Attrezzatura: scarpe con suola scolpita, scorta di acqua, maglioncino/giacca, torcia.

Ritrovo: ore 18 CEA La Salata (porto) – Durata: 4 ore – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione, € 33 e riduzioni.

### Il Parco ha scelto i giovedì capraiesi per vivere l'alba e per far conoscere Rete Natura 2000

#### Escursione all'alba con bagno nelle acque cristalline

Un trekking dedicato al magico passaggio dalla notte al giorno: camminando sotto la volta stellata, nel silenzio della natura, raggiungeremo il punto di osservazione speciale da cui godere del suo 'risveglio', dello spettacolo dell'aurora e del sorgere del sole. Una esperienza indimenticabile, di meravigliosa immersione nell'ambiente straordinario dell'isola di Capraia. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua, colazione al sacco, maglione/giacca, torcia. Ritrovo: orario variabile in base al sorgere del sole Piazza Milano (paese) – Durata: 5 ore – Difficoltà: da medio-impegnativo a facile, secondo l'itinerario – Evento su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

#### Snorkeling per adulti: sorprendenti habitat e organismi marini lungo la costa di Capraia, immersi in un sito di Rete Natura 2000

Bastano pinne, maschera e boccaglio per scoprire la straordinaria bellezza dei fondali dell'isola di Capraia: tra le scure rocce vulcaniche e sui fondali sabbiosi osserveremo le innumerevoli specie e gli habitat riconosciuti a livello nazionale ed internazionale che caratterizzano la sorprendente biodiversità del suo mare.

Ecco l'occasione per vivere una esperienza indimenticabile!

Attrezzatura obbligatoria: maschera, pinne, boccaglio.

Ritrovo: 17 CEA La Salata (porto) – Durata: 1 ora e 30'

Difficoltà: facile – Su prenotazione, gratuito.



### I venerdì alla scoperta dei prodotti dell'isola, con un occhio alla storia, la sera è riservata all'osservazione del cielo notturno

L'isola dei palmenti: escursione guidata e visita all'area archeologica delle Tigghielle

#### 30 GIUGNO, 7-14-28 LUGLIO, 1-8-15 SETTEMBRE

Capraia potrebbe essere definita l'isola dei palmenti! Ma cosa sono i palmenti, come sono fatti, dove si trovano? Una facile escursione lungo un'agevole mulattiera e un brevissimo sentiero immerso nella macchia mediterranea ci permetterà di raggiungere la località Le Tigghielle, dove esploreremo la piccola sorprendente area archeologica per scoprire un affascinante nucleo di palmenti e comprendere il significato di tali manufatti nel contesto ambientale dell'isola, dell'arcipelago e del Mediterraneo. Nell'area archeologica potremo immaginare la Capraia di un tempo, la sua comunità al lavoro, e con questa suggestione andremo a visitare la località Il Piano, antico sito di colonizzazione dell'isola, dove ammireremo il magnifico panorama sullo splendido paesaggio a vigneto.

Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

### Trekking del km0

**Le proprietà delle piante della macchia mediterranea e dei loro usi nella tradizione capraiese: Arura Azienda Agricola**

**23 GIUGNO, 21 LUGLIO, 25 AGOSTO**

Un'escursione guidata dal paese al porto e lungo il nuovo Percorso Botanico di Capraia ci permetterà di osservare e conoscere la flora dell'isola, dalle specie più caratteristiche a quelle più rare. Al termine della escursione, Susanna Casini, fondatrice della Arura Azienda Agricola, ci farà scoprire, con appassionata esperienza, la tradizione degli usi popolari del patrimonio floristico capraiese, valorizzando le proprietà aromatiche, alimurgiche, officinali e tintorie dello straordinario tesoro della macchia mediterranea. Attrezzatura: scarponcini trekking, scorta di acqua. Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – Su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.



**Green heroes a Capraia: Azienda Biologica La Piana**

**4, 11 E 18 AGOSTO**

Una bella e agevole escursione ci permetterà di scoprire la meravigliosa località Il Piano, sito di antica frequentazione e produzione agricola dell'isola. Qui, all'interno del Parco Nazionale, nella Riserva MAB Unesco Isole di Toscana, è il vigneto storico dell'Azienda Biologica La Piana. Alice Bollani ci accompagnerà in una passeggiata tra i filari, ci presenterà l'azienda vitivinicola, riconosciuta tra i 'Green Heroes' della economia della sostenibilità e ci guiderà in un assaggio dei suoi vini, espressione di passione, ricerca, sostenibilità e lavoro per il futuro. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua. Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: facile – Evento su prenotazione. € 15; € 8 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

**Per bambini e famiglie: ogni venerdì le stelle raccontano**

Osservare il cielo notturno è come leggere un grande libro di racconti: stelle, costellazioni e pianeti sono protagonisti di storie affascinanti, antichi miti e leggende lontane. Facendo pochi passi fuori dal paese scopriremo il 'buio' a Capraia e con gli occhi all'insù ammireremo la meraviglia del cielo notturno, impareremo a riconoscere le stelle principali, le costellazioni, i pianeti visibili e conosceremo miti, storie e leggende della volta celeste. Attrezzatura: telo per sdraiarsi a terra. Ritrovo: ore 21:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 1 ora e 30' – Difficoltà: Facile – Su prenotazione, gratuito.

### **Il sabato si va alla scoperta delle creature marine e si visita il borgo di Capraia**

**Seawatching: giro dell'isola in barca con osservazione della fauna marina**

**Descrizione a pag. 85**

Ritrovo: ore 08:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Evento su prenotazione, € 30 intero; € 20 ridotto (5-12 anni); € 10 (0-4 anni).

**Tour del borgo di Capraia con aperitivo**

Il piccolo borgo di Capraia ha molto da raccontare: la sua localizzazione e la datazione dei suoi edifici sono di per sé indizi di una storia che in parte è 'altrove' e ancora misteriosa. Passeggiando per le suggestive strade lastricate, dalla Piazza della Chiesa al Forte San Giorgio, alla Torre del Porto, conosceremo le vicende più affascinanti e recenti della storia dell'isola, mentre una visita alla piccola e splendida mostra archeologica ci permetterà di scoprire alcune pagine di storia più antiche e sorprendenti, testimonianze di un passato che ha ancora molto da rivelare. Sarà piacevole concludere l'appuntamento 'mondano' con un piccolo aperitivo facoltativo dal sapore capraiese.

Ritrovo: ore 17:30 Piazza Milano (paese) – Durata: 2 ore e 30' – Difficoltà: Facile - Su prenotazione, € 4; gratuito 0-4 anni + ticket ingresso alla mostra da pagare in loco. Aperitivo facoltativo da segnalare al momento della prenotazione e da pagare in loco.

---

### **Nelle domeniche capraiesi, un tramonto a picco sul mare**

**Trekking dedicato al tramonto: escursione guidata nella Ex Colonia Penale fino al Dattero**

Un trekking guidato perfetto per emozionarsi scoprendo l'isola di Capraia. Attraversando la Ex Colonia Penale Agricola, osservando le strutture e l'ambiente, conosceremo una pagina di storia poco nota ma di grande rilevanza: quella della presenza delle colonie penali agricole nell'Arcipelago Toscano.

Raggiunta la località Il Dattero, magnifico affaccio naturale, alto sulla costa occidentale, ammireremo l'incantevole tramontare del sole. Dal meraviglioso punto di osservazione ripercorreremo a ritroso il percorso, godendo dello spettacolo del cielo notturno, illuminato dalla Via Lattea e dalle innumerevoli stelle visibili nel buio capraiese. Attrezzatura: scarponcini da trekking, scorta di acqua, cena al sacco, maglione/giacca, torcia.

Ritrovo: orario variabile in base al sorgere del sole CEA La Salata (porto) – Durata: 5 ore – Difficoltà: medio-facile – Evento su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

Isola di Capraia

*Autunno nel Parco*



### **SABATO 30 SETTEMBRE**

#### **Escursione alla Punta della Teja**

Il percorso, caratterizzato da strada sterrata e sentiero molto panoramico, con bellissime viste sul porto, la costa e il mare, permette di godere della bellezza dell'isola e di scoprire e conoscere aspetti naturalistici e storici di grande valore. Partendo dal CEA La Salata al porto e attraversando la Ex Colonia Penale Agricola, raggiungeremo la Diramazione Portovecchio, da cui prenderemo il sentiero che, alto sulla costa, seguendo la morfologia del terreno e sfruttando i meravigliosi terrazzamenti dell'isola, raggiunge la Punta settentrionale di Capraia, dominata dalla Torre delle Barbici a picco sul mare. Il rientro sarà effettuato sullo stesso itinerario. Ritrovo: ore 12 CEA La Salata (porto) – Durata: 5 ore – Difficoltà: medio-impegnativo. Evento su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

### **DOMENICA 15 OTTOBRE**

#### **Escursione al Patello e alla Cala del Ceppo**

L'escursione guidata permetterà di scoprire l'incantevole Vado del Porto, il sorprendente Percorso Botanico, la storica mulattiera che attraversa l'isola e la località Il Piano, dove visiteremo l'antica pieve di Santo Stefano Protomartire. Da qui imbrocceremo il bellissimo Sentiero perduto dello Zenobito fino a raggiungere il meraviglioso promontorio del Patello, da cui godremo di uno spettacolare panorama verso la punta meridionale dell'isola e sul mare, dalla costa Toscana, all'Elba, a Montecristo e Pianosa, fino alla Corsica. Percorrendo il sentiero che scende lungo il ripido pendio del Monte Macinaiole, raggiungeremo quindi l'incantevole Cala del Ceppo, ampia insenatura rocciosa chiusa dalla maestosa Punta della Civitata e dal Patello, un tempo sito di approdo utile per i capraiesi insediati al Piano.

Ritrovo: ore 11:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 5 ore – Difficoltà: media. Evento su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

## WALKING FESTIVAL

### **SABATO 29 OTTOBRE**

#### **La roccia alleata dell'uomo: escursione dedicata ai muretti a secco dell'isola di Capraia**

Innumerevoli muretti a secco, dalla costa alle zone interne, caratterizzano i pendii scoscesi dell'isola di Capraia. La roccia è da sempre alleata dell'uomo, che l'ha impiegata fin dall'antichità nell'arte dei muretti a secco, consentendogli di praticare l'agricoltura, proteggere le colture, individuare le proprietà, realizzare abitazioni e strutture di difesa.

Patrimonio Immateriale UNESCO dal 2018, i muretti a secco sono oggetto di un progetto di ricerca promosso dal Parco Nazionale Arcipelago Toscano. Li scopriremo grazie all'escursione guidata lungo l'antica mulattiera di collegamento tra il porto e la vecchia cava, nei pressi della località San Rocco e percorrendo il Sentiero del Reganico. Ritrovo: ore 12 CEA La Salata (porto) – Durata: 4 ore – Difficoltà: medio-facile. Evento gratuito su prenotazione.

# Isola di Capraia

---

## SABATO 4 NOVEMBRE

### Trekking alla Sella dell'Acciatore

Costeggiando il Vado del Porto e percorrendo il percorso l'antica mulattiera che attraversa l'isola, immersa nella macchia mediterranea, arriveremo alla località Il Piano, una bellissima conca naturale occupata da vigneti circondati dai rilievi coperti di macchia mediterranea. Proseguendo lungo la mulattiera, che da qui comincia a salire tagliando i pendii terrazzati del Monte Pontica e prendendo il sentiero diretto verso Lo Stagnone, raggiungeremo la incantevole Sella dell'Acciatore, dove un fantastico affaccio naturale alto sulla costa occidentale ci permetterà di ammirare il panorama fino ai rilievi della Corsica.

Ritrovo: ore 9 CEA La Salata (porto) – Durata: 4 ore – Difficoltà: medio-impegnativo. Evento su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

## DOMENICA 5 NOVEMBRE

### Il Percorso Botanico: il bello ed il buono delle piante dell'Isola di Capraia

Le aziende agricole Arura e San Rocco, dando seguito ad un impegno assunto nell'ambito della certificazione CETS (Carta Europea Turismo Sostenibile), hanno realizzato il Percorso Botanico in via sperimentale per poi completarlo grazie al sostegno e al finanziamento del Parco Nazionale. L'escursione guidata costituirà una occasione speciale per scoprire le specie più note della macchia mediterranea e della flora isolana, osservare e conoscerne le caratteristiche per comprendere con consapevolezza maggiore il valore della natura, contribuendo a proteggerla.

Ritrovo: ore 14:30 CEA La Salata (porto) – Durata: 2 ore – Difficoltà: Facile. Evento su prenotazione. € 8; € 4 (5-12 anni), gratuito 0-4 anni.

---

Le escursioni si prenotano on line su [parcoarcipelago.info/Capraia](http://parcoarcipelago.info/Capraia)

---

## Arrivare all'isola di Capraia

L'isola di Capraia è raggiungibile tutto l'anno con circa 2 ore e 45' di navigazione partendo dal porto di Livorno. Per visitare l'isola non è necessario traghettare l'auto poiché l'unica strada carrabile di 800 metri è servita da collegamenti in autobus e vi sono limitazioni nei periodi di maggiore affluenza turistica. La compagnia di navigazione per Capraia è la Toremar tel. 0586 896113.



AVENZA MAPS

Scaricando l'applicazione gratuita, sulla piattaforma di Avenza Maps, è disponibile la carta ufficiale dei sentieri di [Capraia](#)







# Aiutaci a prevenire gli INCENDI BOSCHIVI !

In caso di incendio boschivo chiama

**800 425 425**

Numero verde antincendi boschivi  
Regione Toscana



Consultate il Bollettino  
Rischio Incendi Boschivi  
con il QR code

**Nel periodo di rischio  
incendi boschivi  
tra giugno e agosto**

## **È IMPORTANTE:**

- Tenere puliti i terreni e le aree verdi intorno alla propria abitazione
- Non gettare mai mozziconi di sigaretta o fiammiferi ancora accesi
- Non parcheggiare mai l'auto sopra erba o foglie secche
- Non abbandonare mai rifiuti nel bosco e/o fuori dai contenitori dedicati
- Evitare in prossimità di vegetazione l'uso di strumenti di lavoro meccanici che possano generare scintille

**È VIETATO  
QUALSIASI TIPO  
DI  
ABBRUCIAMENTO  
DI RESIDUI  
VEGETALI SU  
TUTTO IL TERRITORIO**

**«Intervenire su un  
incendio boschivo  
tempestivamente  
è la mossa vincente  
abbiamo bisogno di te!»**



Sostieni *la* nostra straordinaria natura



ph. R. Ruffi



con il tuo  
**5xMILLE**

il codice fiscale del Parco per sostenerlo nel suo impegno per la conservazione della natura

9 1 0 0 7 4 4 0 4 9 7

Nella dichiarazione dei redditi si può donare il proprio 5 per 1000 agli "Enti Gestori delle aree protette" oppure al "Finanziamento della ricerca scientifica e della università" sostenendo così anche un'area protetta.



Parco Nazionale Arcipelago Toscano

[islepark.it](http://islepark.it)

Informazioni e prenotazioni  
Tel. 0565 908231

[parcoarcipelago.info](http://parcoarcipelago.info)



Foto: Giorgio Romano; Gipodesigner; Fabio Guidi; Mariella Ugolini; Roberto Ridi per il PNAT;

