

Il segreto? Il paesaggio, la montagna, il bosco, l'aria, la gente e il cibo

Matteo Di Rienzo

Anche in questa stagione estiva 2012 Capracotta ha registrato il tutto esaurito. Si è ripetuto il pienone degli anni precedenti e i villeggianti forestieri sono stati davvero tanti. Il bel tempo, certo, ha favorito l'arrivo dei vacanzieri nel nostro paese, ma i fattori di tanto successo, indubbiamente, sono da ascrivere alle risorse intrinseche del nostro territorio. Per saperne di più o per avere conferme sulle qualità del nostro paese ho pensato di riferire quanto raccolto nel corso delle tante interviste fatte ai forestieri arrivati in paese per passare giorni di vacanza e/o per partecipare ad eventi culturali e sportivi organizzati a Capracotta. Le interviste, tutte positive, non sono state limitate al solo periodo estivo ma estese a tutti i periodi dell'anno. Non volendo, anche in questo articolo, la temporalità ha ricalcato l'impostazione del mio Diario di Capracotta, quindi, per primo ho riportato le interviste del periodo estivo, a seguire quelle del periodo autunnale e invernale e chiudere con le interviste raccolte in tarda Primavera. Nel trimestre invernale ho arricchito lo scenario letterale con racconti di Durante Antonarelli, medico a Capracotta dal 1952 al 1957 e fine cronista e opinionista di quanto accaduto in quegli anni in paese.

Tre vacanzieri ospiti dell'ex Hotel Monte Campo

Il primo blocco di interviste risale ad alcuni anni fa, agli albori della mia attività di cronista quando, impressionato dalla tanta e persistente presenza di vacanzieri forestieri in paese, mi venne la curiosità di capire meglio quello che spingeva i graditi ospiti a venire a Capracotta. Grazie alla disponibilità di Giovanni Sammarone, allora gestore dell'Hotel Monte Campo, una sera di Agosto mi recai presso il suo ristorante e tre ospiti del suo Albergo si resero disponibili a colloquiare con me. I tre vacanzieri, Angela Magistro di Roma, Andrea Di Lisio di Campobasso e Vittorio Giordano di San Severo, con dovizia di risposte mi riferirono su come erano arrivati a Capracotta, come passavano le giornate e da che cosa erano stati sedotti per tornare a passare le vacanze anche negli anni successivi alla prima esperienza a Capracotta. Ecco le risposte:

“Io- ha raccontato **Angela Magistro da Roma**- ho girato molto, in Italia e all'estero, ma non conoscevo il Molise. L'ho scoperto, l'otto Dicembre del 1997 a Roma, assistendo ad una manifestazione indetta da questa Regione in onore del Papa. Fui affascinata dai costumi, dalla musica e dai prodotti di questa terra. Al che mi dissi che forse senza andare troppo lontano potevo trovare in questa regione quello che andavo cercando altrove. Così decisi di venire nel Molise, scegliendo Capracotta e questo albergo perché consigliata da una collega originaria di questo posto. Fui subito rapito dalla bellezza del territorio ed ogni anno, questo è il quarto anno, con piacere torno a trascorrere le mie vacanze a Capracotta. Qui trascorro vacanze completamente diverse da quelle che mi propongono le agenzie e Capracotta è il posto ideale per soddisfare le mie aspettative”.

“Io, ha raccontato, **Andrea Di Lisio da Campobasso** ho conosciuto Capracotta da ragazzo attraverso i racconti di mio padre, geometra all'Ufficio Tecnico Erariale del capoluogo molisano, che, girando per lavoro, aveva avuto modo di conoscere tutti i paesi della Regione Molise. Di Capracotta mi parlava come di un paese mitico e mi suggeriva di venire a visitare questa località. Eravamo, però, negli anni cinquanta e per venire a Capracotta non era cosa facile. Siamo arrivati così a Capracotta, per la prima volta, negli anni ottanta del secolo scorso. Era passato tempo dai racconti di mio padre ma quello che trovai corrispondeva a questa immagine mitica che mi ero fatta. Sono contento della località, ci vengo con piacere e davvero mi rigenero”.

Vittorio Giordano l'altro assiduo frequentatore di questo paese ha riferito: “Ho scoperto Capracotta nel 1959 e da allora trascorro le mie vacanze a Capracotta, prima in appartamenti in affitto e da alcuni anni qui in Albergo. All'epoca avevo da risolvere il problema della terza figlia che andava svezzata ma che non accettava cibi solidi. “Venite a Capracotta- mi diceva Sebastiano Carugno, originario di Capracotta ma abitante a San Severo, la bambina imparerà a mangiare e le si svilupperà l'appetito”. Presi la mia Lancia Appia e assieme al mio amico Sebastiano e al suo papà

Costantino venni in avanguardia a Capracotta. Appena arrivato ho visto un mondo nuovo, ho respirato una aria stupenda. Anche se era una giornata piovosa, mi sono sentito investito da questa aria, ho sentito una leggerezza mai provata e mi si sviluppò un appetito formidabile.

Ritornammo in giornata a San Severo e, appena giunto a casa, dissi a mia moglie che all'indomani si sarebbe partiti in vacanza per questo meraviglioso paese. A Capracotta risolsi subito il problema di mia figlia, incominciò a mangiare tutto e tutti ci trovammo subito bene. Insomma qui ho cominciato a sognare subito e da quella data ci torno tutti gli anni”.

Ma quali i punti forti di Capracotta che attraggono tanti turisti in più di una stagione dell'anno?

“L'ambiente, la tranquillità del posto, la cucina tradizionale sono gli ingredienti vincenti che contribuiscono- ha precisato ancora **Angela Magistro**- a quel piacere della vita che altre località non riescono a darti. Tutto è naturale, il tempo scorre, anche se inesorabile, ad un ritmo diverso, i rumori della città sono un lontano ricordo. Passeggiando sui prati, nei boschi, l'unico rumore che ti prende è il *rumore della natura*, una musica fatta di fruscii di foglie mosse dal vento, di cinguettii di uccelli e anche di belare di greggi in lontananza. Io sono stata in Giappone dove c'è un gran rispetto per la natura. Ho scoperto la filosofia Zen, che spiega l'esistenza umana attraverso la natura. Ho approfondito questa filosofia e posso affermare che senza andare nel Tibet è possibile qui a Capracotta praticare i suoi insegnamenti perché appunto Capracotta è il posto ideale per godersi la natura. Qui passeggio molto, non ho preoccupazioni e vivo momenti di intenso piacere psichico e fisico”.

Andrea Di Lisio, dal canto suo, così ha espresso la sua soddisfazione: “A Capracotta la giornata è quella di chi vuol fare la cura del silenzio. Io e mia moglie veniamo qui per fare questo genere di vacanza. Lei lavora all'uncinetto, io leggo. Passeggiamo, una volta di qua, una volta di là fino a percorrere senza accorgercene circa cinque km. al giorno. E poi Capracotta è anche conversazione per due coniugi per parlare di quelle cose di cui tante volte non si riesce a parlare, cose che la vacanza frastuono non le consente. Insomma qui le vacanze te le organizzi e le vivi come vuoi tu. Si possono fare cose che nessun mercato offre. Ad esempio stare a guardare per un'ora il sole che tramonta nella vallata è meraviglioso”.

E **Vittorio Giordano** ha aggiunto: “Capracotta è un paese che si lascia vivere, rispettando le autonomie personali, i gusti e le esigenze di chiunque. Io, qui, mi trovo a mi agio. Apprezzo la squisitezza della gente e vivo un contatto umano sconosciuto al mio paese di origine. Trovo tutte le persone interessanti per quello che dicono, faccio delle scoperte umane indimenticabili. Ho stabilito rapporti d'amicizia veramente sostanziali che altrove è difficile impiantare. Qui la gente quello che fa, lo fa col cuore, con entusiasmo. Per questo, quindi, oltre che per la bellezza dell'ambiente, che, tra l'altro, mi ispira moltissimo nella composizione delle mie poesie, ritornerò ogni anno a Capracotta”.

Nel corso dell'intervista si fecero anche molti apprezzamenti alla cucina dell'Albergo infarcita di pietanze della tradizione culinaria di Capracotta e resa gustosa da primi piatti di pasta fatta a mano dall'infaticabile zia Almerina, suocera di Giovanni. Un ulteriore elemento di qualità, quindi, che elevò l'indice di gradimento su Capracotta.

Due coppie di turisti originari di Ischia e residenti a Napoli

Vediamo quello che mi raccontarono le due coppie napoletane approdate nel Ponte di Tutti i Santi a Capracotta su suggerimento di Piero Paglione medico di origini capracottesesi residente a Napoli.

“Abbiamo camminato molto. E' stato bello passeggiare per Via S. Maria di Loreto, sostare nella villa comunale, affacciarsi al Belvedere della Chiesa Madre. E' stato meraviglioso immergersi nei boschi e sentire il profumo e la frescura dei faggi, allietati dal cinguettio degli uccelli e dal belare, in lontananza, delle greggi. Un sapore di cose naturali che tanto aiutano a rigenerarsi. Prato Gentile ci ha indotti a scorribande sul suo manto ed a capriole sull'erba, riempiendoci le narici di quel penetrante odore di erba calpestata. Spettacolare l'escursione mattutina su Monte Campo. Dall'alto è stato meraviglioso dominare tutte le vallate e spingersi con lo sguardo fino al Mare Adriatico; ci è

sembrato di essere i padroni del mondo. Insomma, per un tuffo nella natura incontaminata, Capracotta è l'ideale. Ma Capracotta non è solo Natura, è gastronomia, è degustazione di squisiti prodotti locali, quali: formaggi, salumi e carne di agnello e prima di partire ne abbiamo fatto un pò di scorta.

Impareggiabile l'ospitalità dei capracottesesi, persone semplici, dignitose, gentili e disponibili. In conclusione possiamo affermare di aver passato quattro bellissime giornate e dopo aver goduto dei benefici del soggiorno siamo ripartiti con un po' di tristezza nel cuore. La promessa è di ritornarvi presto, probabilmente nel periodo invernale per godere il paesaggio invernale, con i suoi campi innevati e i suoi impianti sciistici".

Durante Antonarelli, medico a Capracotta 1952-1957

Non so se quei graditi turisti napoletani sono tornati nel periodo invernale a Capracotta ma, di certo, di racconti sul fascino e sulle difficoltà della Capracotta innevata ce ne sono tanti. Tra i più suggestivi quelli scritti dal dott. **Durante Antonarelli**, medico a Capracotta dal 1952 al 1957 e fine cronista della vita quotidiana del nostro paese. La neve, il dott. Antonarelli ce l'ha presentata in tutte le varianti, quella meno gradevole e quella gradevole. **Ecco cosa ha scritto sulla neve:**

“E quando quassù cade la neve e tira forte il vento che ogni cosa sconvolge, è la bufera. E' la bufera che acceca, è la bufera che arresta il respiro, è la bufera che ti fa fare mezzo passo avanti e due o tre passi indietro o di lato. Guai a cadere nella bufera sulla neve sconvolta. Eppure la vita quassù si svolge assai regolarmente con la neve e nella bufera. Di giorno e di notte. Sposano anche in quest'ira di Dio. Dicono che porti fortuna. Lo spartineve, il potente spartineve di Capracotta, che pure in queste condizioni quasi ogni giorno va al bivio di Staffoli, fa miracoli. E i miracoli glieli fa fare il buon Leo Conti che, impassibile all'ira che lo circonda, sembra un monumento quando sta alla guida di questo tritattuto. E con Leo, intorno allo spartineve, manovrano e operano alcuni uomini di carattere che hanno di acciaio i nervi e i muscoli. Costoro, quasi ogni giorno vivono un dramma. E lo vivono quasi sempre di notte. Noi, se ne avessimo il potere, daremmo a questi uomini un premio per il loro valore civile”. **E sullo spartineve ha scritto ancora il dott. Antonarelli:** “Quello che è successo nella notte dall'otto al nove del mese di Gennaio del 1954, merita l'onore della cronaca dettagliata. E' caduta più neve in quella notte di quanto non ne sia caduta dal Natale all'otto Gennaio. E la bufera ha imperversato ininterrottamente dal pomeriggio dell'otto Gennaio, per tutta la notte, per tutto il giorno nove, con tale inaudita violenza da essere paragonata a poche altre a ricordo degli anziani capracottesesi.

Punte di particolari intensità erano toccate proprio durante la notte dall'otto al nove Gennaio. Giù, a Staffoli nulla si sapeva di questa ira di Dio. Pertanto verso le cinque pomeridiane del giorno otto da Staffoli partiva per Capracotta il nostro potentissimo spartineve con quindici spalatori che aprivano la strada alla corriera che seguiva da vicino lo spartineve. Nella corriera erano circa dieci passeggeri: fra costoro due donne e due malati che tornavano da Isernia. Tanto andavano bene sino a Valle Sorda ove lo spartineve veniva arrestato dalla tremenda bufera e da un imponente banco di neve.

I tentativi di quel potente mostro furono condotti al massimo dal buon Leo. E gli urti si succedevano agli urti. E ogni volta i lamenti di quel grosso motore toccavano gli spasmi della disperata agonia. Macchè...le ali non riuscivano a tagliare e a scansare quell'immenso banco di neve alto più di sette metri. Lo scuoteva, lo faceva un po' tremare ma né lo tagliava né lo scansava. Durarono una buona mezz'ora questi tentativi dell'indignato motore secondato dalla volontà di un uomo pure indignato. Ma a nulla valsero. Scesero allora i quindici spalatori e scomparvero nella notte, nella tempesta e nella neve profonda. Attingendo la forza fisica e quella dello spirito a risposte e a insospettite energie, con lavoro paziente, continuo, inaudito riuscirono finalmente in tre ore a vincere, in quelle disagiatissime condizioni ambientali, quell'imponente banco di neve. Si decise di abbandonare sul posto la corriera che era di grave ostacolo allo spartineve. E ce ne volle per convincere Nicola, l'autista, della necessità di questa decisione. Nicola Jacovone, non voleva lasciare lì, a Valle Sorda,

il pullman affidato a lui. Ma necessità impose l'abbandono della corriera e i viaggiatori furono invitati a sistemarsi nello spartineve che riprese la via di Capracotta. Il trasbordo di quella gente dalla corriera allo spartineve fu emozionante. L'opera degli spalatori intanto continuava ad essere preziosa; ogni tanto questi eroici uomini, inzuppati fino alle ossa e tormentati dal freddo pungente, dovevano scendere e dare il loro aiuto con le pale. Sembrava che tutto dovesse andare liscio sino al paese, quando a due chilometri da Capracotta, contemporaneamente ai lamenti di un giovane spalatore colto da improvviso malore, lo spartineve si arrestava in una località molto esposta di fronte ad un altro banco di neve più imponente di quello precedente. Il giovane colpito da malore veniva soccorso dal farmacista Angiolino Musenga che faceva ritorno in sede dalla lunga vacanza, pur egli sorpreso da tanta ira di Dio. Altri inutili tentativi dello spartineve per rimuovere l'ostacolo; nulla da fare. Ancora all'opera gli esausti spalatori, ma non ce l'hanno fatta. Eppure Capracotta era lì a meno di due chilometri. Tre volenterosi decisero allora di andare a piedi in paese in cerca di soccorso. Stanno per avviarsi quando una luce incostante sempre più si avvicina li arresta. Sono sei coraggiosi che vengono da Capracotta in loro aiuto. Si sono mossi punti da grave preoccupazione. Sono: Giuseppe Jacovone, il maresciallo Raffaele Conti, Antonio De Renzis, Giuseppe Potena, figlio di Colombo. Erano intanto arrivati e l'incontro nella notte tormentata fu emozionante. Si diede il primo soccorso: caffè, cognac. E una relativa calma tornò fra gli esausti spalatori e gli assiderati.

S'erano creati per tutta la notte due punti di riferimento e di appoggio, la Madonnina e il Circolo Sannitico, col fuoco sempre acceso e con qualche cordiale pronto. I sei tornano indietro e nella notte drammatica si udirono i tristi rintocchi di tutte le nostre campane. A questi sinistri rintocchi una quarantina di uomini robusti lasciarono il caldo letto e corsero in aiuto dei bisognosi. Si organizzò una solida colonna che mosse verso lo spartineve. Della colonna facevano parte, oltre a Enrico Monaco, Enrico De Renzis, Antonio Monaco, Nino Conti, e altri, anche uomini responsabili della nostra pubblica Amministrazione quali Sebastiano Ianiro e Achille Conti. I più bisognosi di assistenza vennero condotti a spalla nel paese. All'alba mentre fuori ancora violenta imperversava la bufera, torna nel paese la calma”.

Ma la neve, ha scritto infine il dott. Antonarelli, merita rispetto: “Quando quassù cade la neve, è un'altra cosa. Bisogna starci, bisogna vedere. E' uno spettacolo interessante, è bello. Anche perché la neve di quassù è diversa...E' neve (con la N maiuscola). E' una neve superiore, una neve aristocratica: è la neve. Giù il cappello, amici lettori alla neve di Capracotta. Se poi, quando quassù cade la neve, si sente un pizzico di bufera, allora, compiaciuto Dante si muove col più bello del suo Inferno, col più bello del suo Purgatorio, col più bello del suo Paradiso messi insieme. E tutto trascende. E' fisico, è metafisico in ordinato disordine. In queste condizioni, in questo ambiente, a questo spettacolo se aggiungete un pizzico di sole (forse bastano dieci raggi) contemplate Iddio. Anche lo spirito volgare si avvicina a Dio e Lo contempla lassù quando cade la neve con un pizzico di bufera e dieci raggi di sole”.

Simonetta Tassinari, scrittrice di Campobasso

Ma la neve, come sottolineava Antonarelli non è solo bufera, spartineve, freddo ma è anche e, soprattutto, come ha riferito in altri scritti, pratica sportiva per lo sci di fondo e lo sci alpino sia a livello amatoriale sia a livello agnostico.

Simonetta Tassinari assidua frequentatrice di Capracotta nei periodi invernali così si esprime nel 2005, dopo aver partecipato e vinto a Capracotta una gara di sci di fondo nazionale riservata ai giornalisti. “Sono di Campobasso e pubblico articoli su diversi giornali e riviste. Ho pubblicato romanzi, saggi e racconti, quindi, appartengo alla carta stampata. Conosco Capracotta perché ci vengo spesso a fare fondo. E' uno sport che è quasi la mia passione durante l'Inverno. Certamente il mio giudizio su Capracotta è positivo e per vari motivi. Soprattutto perché ci sono delle piste che io considero pressoché uniche. Io ho sciato anche al Nord, lassù magari sono più lunghe, ma non sono

così belle dal punto di vista paesaggistico. Sciare in mezzo al bosco, significa farsi strada in mezzo alla natura in un paesaggio oserei dire addirittura fatato. Respirare un'aria meravigliosa e come dire sentirsi tuttuno con il mondo. Sensazioni meravigliose che è possibile provare solo con il fondo. Motivo per cui suggerisco a tutti di cimentarsi con questo sport. Non ha nessuna controindicazione, è aerobico, sviluppa la capacità polmonare e, poi, pensando alle donne tonifica le gambe e i glutei. Allora venite tutti a Capracotta, con questo sole, con questo cielo, con queste piste, con questa neve e con questa gente, è meraviglioso”.

Stefania Belmondo e Silvio Fauner, plurimedagliati internazionali di sci di fondo

E a proposito delle piste di Capracotta interessanti le dichiarazioni dei campioni del mondo Stefania Belmondo e di Silvio Fauner rilasciate in occasione dei Campionati Italiani Assoluti di Sci di Fondo svoltosi nel Febbraio 1997 a Capracotta, e che registrò la partecipazione dei migliori fondisti dello sci nazionale.

“Credo che tutti gli atleti presenti- dichiarò **Stefania Belmondo**- abbiano incontrato due tipi di difficoltà: quelle di natura tecnica per la natura del percorso e la durezza delle salite, e quelle di carattere respiratorio perché, non dimentichiamolo, abbiamo gareggiato a circa 1600 metri di altezza, cosa non abituale per noi normalmente impegnati su piste a circa cinquecento, seicento metro d'altezza”. **Problemi di fiato, quindi, e di gambe?** “Senz'altro, a queste altitudini l'acido lattico arriva prima e la fatica, quindi, si fa subito sentire. Ci sono stati dei momenti durante la competizione in cui mi sono sentita al limite ed al traguardo la stanchezza si è fatta davvero sentire”

Può Capracotta ospitare una gara di coppa del mondo? “Perché no? La pista è tecnicamente valida, lo staff organizzativo ha dimostrato di essere all'altezza della situazione. E poi credo che se tale progetto riuscisse ad andare in porto, noi fondisti italiani potremmo sfruttare il vantaggio di conoscere già bene le condizioni in cui si gareggia, mentre gli atleti stranieri potrebbero trovarsi molto in difficoltà”.

Invece **Silvio Fauner** disse: “Abbiamo gareggiato su una pista che non dà respiro ed in condizioni climatiche non facili con problemi legati all'adattamento all'altitudine per noi inedita. E' andato tutto bene, comunque, per il verso giusto, anche se nelle due gare valide per la combinata non ho potuto dare il meglio di me stesso”.

E dopo l'exkursus su Estate, Autunno Inverno giungiamo così all'ultima stagione, “La Primavera”. Naturalmente Capracotta è fascinosa e salutare anche in Primavera. Di solito, in questo periodo, è ancora lo sport a farla da padrona e, ovviamente, con gare di corsa. Gli eventi richiamano in paese atleti, dirigenti sportivi e pubblico da tutte le parti d'Italia e questo mi ha consentito ancora una volta di raccogliere impressioni sul nostro paese.

Raimondo Balicco, coordinatore tecnico nazionale FIDAL e Marco De Gasperi, pluricampione mondiale di corsa di montagna

Nel mese di Maggio del 2009 a Capracotta si è svolto il Campionato Italiano di Staffetta di Corsa di Montagna dove parteciparono i più forti atleti del mondo della disciplina sportiva.

Ecco cosa disse di Capracotta **Raimondo Balicco**, coordinatore tecnico nazionale: “Il paese è bello. Mi piace. Io sono della montagna. I vostri sono paesi più popolosi dei nostri. I nostri piccoli paesi hanno tre-quattrocento abitanti, qui, magari anche duemila, ma la montagna è uguale dappertutto, gente laboriosa, gente che ha voglia di fare, gente che vuole continuare a vivere in questi paesi della montagna, quindi la gara di domani si abbina molto bene allo sport di montagna che è uno sport ecologico”.

L'atleta Marco De Gasperi, pluricampione mondiale di corse di montagna e vincitore della gara di corsa di montagna svoltasi a Capracotta rilasciò la seguente dichiarazione: “Si è la prima volta che vengo a Capracotta e sono contento perché pensavo di trovare un percorso facile e, invece, complimenti agli organizzatori (ndr il percorso fu tracciato da Oreste d'Andrea) che sono stati

molto bravi e hanno saputo interpretare molto bene quello che Capracotta sapeva offrire cioè una montagna che non faceva sconti a nessuno. La salita è stata impressionante. La fatica con il caldo s'è fatta sentire. Un terreno bellissimo e poi un panorama spettacolare". **Sulle difficoltà del tracciato ha precisato:** "Io ho fatto altre esperienze al Sud. So benissimo che le montagne ci sono da noi ma non sono solo le Alpi le salite, quindi, speriamo che Capracotta sappia riproporsi ogni anno perché la corsa di Montagna deve venire al Sud e Capracotta è il posto giusto e sa fare bene il suo lavoro". **E su Capracotta conclude:** "E' molto simile alla mia località di provenienza. Io vengo da Bormio in provincia di Sondrio. E' un paese a 1300 metri. Lì c'è più turismo perché storicamente s'è sviluppato di più con lo sci, però Capracotta sa offrire tantissimo. E' valsa la pena il viaggio a Capracotta, perché Capracotta è un'ottima località di montagna e può ospitare tranquillamente anche degli incontri internazionali".

Dichiarazioni positive su Capracotta sono venute anche dal campo religioso, in occasione dei ritiri spirituali, e dal campo medico. Nella tredicesima giornata medica capracottese del 3 Novembre 2012, dedicata alla cardiologia, apprezzamenti positivi sulle potenzialità salutari dell'ambiente di Capracotta, circa la prevenzione e l'assistenza delle patologie cardiovascolari, sono stati fatti da tutti i relatori. **Il prof. Francesco Versaci** direttore dell'Unità Operativa Complessa di Campobasso e di Isernia ha evidenziato che: "Gli anziani invecchiano bene a Capracotta. L'età media di questo paese e di altri paesi del Molise è più alta della media nazionale. E questo è frutto di strategie che nascono da una sana alimentazione, da una vita senza troppi stress, insomma da uno stile di vita salutare per una vita più lunga e di qualità. Molto importante a questa longevità concorre anche la cultura locale delle famiglie che pongono al centro della loro attenzione il grande anziano anche in vecchiaia avanzata. E aggiungo che Capracotta rappresenterebbe anche il luogo ideale per riabilitare pazienti infartuati con escursioni in montagna e con grande passeggiate meglio se con guide specialistiche come un infermiere e/o un medico".

Molto più nel merito è entrato il **dott. Michele Notario**, medico di base di Capracotta e organizzatore del Convegno: "Perché nel nostro slogan affermiamo "Capracotta uno stile di vita"? Perché Capracotta ha tutte le caratteristiche per una espressione ottimale del genere. Tra queste: l'assoluta mancanza di inquinamento ambientale, una fascia altimetrica ottimale per un'attività sportiva amatoriale e per un'attività di preparazione agonistica, decine di sentieri tutti segnati per escursioni e grandi camminate tra i boschi e lungo le montagne, piste di sci di fondo e di discesa, una pista di mountain-bike. Inoltre, negli ultimi anni, sia a livello familiare che a livello di piccole aziende stiamo assistendo a un rilancio di coltivazioni di cereali e legumi come: le lenticchie, fagioli, cicerchie, ceci, reveglie e farro che concorrono a quella sana alimentazione contemplata nel corretto stile di vita di una persona. Con queste risorse Capracotta, quindi, dà a tutti la possibilità di praticare uno stile di vita ottimale per tenersi in forma fisica e psichica".

Detto questo, posso, tranquillamente, concludere dicendo che "Il paesaggio, la montagna, il bosco, l'aria, la gente e il cibo" fanno la differenza di Capracotta con altre località montane di pari natura e che, quindi, questi fattori calamitano sul nostro territorio tanti vacanzieri perché, qui, essi trovano le giuste condizioni per ritrovare quell'equilibrio psicofisico così salutare per una vita di qualità.

Di tutto questo non si può non dare merito anche all'operato di tutte le Amministrazioni Comunali che, governando bene, hanno saputo modernizzare il Paese nel rispetto della natura, dell'ambiente, della tradizione e della cultura della Comunità.