



ISOLA DI CAPRERA

CONTATTI

- +39 0789 790211
- www.lamaddalenapark.it
- urp@lamaddalenapark.org
- facebook.com/lamaddalenapark
- instagram.com/lamaddalenapark
- Ente Parco
Via Giulio Cesare, 7
07024 La Maddalena (OT)

NUMERI UTILI

Pronto Soccorso +39 0789 791218
CTA / CFVA +39 0789 721083
Capitaneria 1530

LEGENDA

PUNTI DI INTERESSE

- C.E.A. Centro Educazione Ambientale
- Faro
- Punti Panoramici
- Maneggio
- Centro Velico
- Tomba Cavalla Marsala
- Fermata Bus
- Area Pic-nic
- Punto di Ristoro
- Albero Monumentale
- Parcheggio
- Musei
- Fortificazioni
- Spiagge
- Spiaggia per i Cani
- Pista Antincendio

VIABILITÀ Carrabile Sterrata Sentiero
Sentiero coincidente con carrabile
Pista antincendio coincidente con sentiero

I SENTIERI DI CAPRERA

SENTIERO	DURATA	DIFFICOLTÀ	VALENZA	DISLIVELLO	ACCESSIBILITÀ
01 Conigliera	hr 1.00	E	panoramico/naturalistico	0 m	** 1 accompagnatore
02 Poggio Baccà	hr 0.35	E	panoramico/naturalistico	60 m	** 2 accompagnatori
03 Poggio Rasu	hr 0.45	E-S	panoramico/naturalistico/storico	90 m	** 2 accompagnatori
04 Cala Portese	hr 1.15	E	panoramico/naturalistico	40 m	** 2 accompagnatori
05 Cala Brigantina	da percorrere accompagnati dalle guide *				** 2 accompagnatori
06 Poggio Zonza	hr 0.50	E	panoramico/naturalistico	65 m	** 2 accompagnatori
07 Monte Tejalone	hr 0.45	E	panoramico/naturalistico	112 m	** 2 accompagnatori
08 Fosso di Stefano	hr 1.20	E-S	panoramico/naturalistico/storico	106 m	** 2 accompagnatori
09 Poggio Stefano	hr 0.40	E	panoramico/naturalistico	103 m	** 2 accompagnatori
10 Cala Coticcio	da percorrere accompagnati dalle guide *				** 3 accompagnatori
11 Forticazione di Candeo	hr 1.15	E-S	panoramico/naturalistico/storico	100 m	** 3 accompagnatori
12 Punta Crucitta - Candeo	hr 1.35	E-S	panoramico/naturalistico/storico	100 m	** 3 accompagnatori
13 Punta Crucitta	hr 1.15	E	panoramico/naturalistico	100 m	** 3 accompagnatori
14 Cala Napoletana - Cala Crucitta	hr 1.15	E	panoramico/naturalistico	100 m	** 3 accompagnatori
15 Cala Caprarese	hr 1.00	E	panoramico/naturalistico	82 m	** 3 accompagnatori
16 Cala Serena	hr 1.00	E	panoramico/naturalistico	50 m	** 3 accompagnatori

* sentiero da percorrere accompagnati dalle guide del parco. Contatti / info. +39 0789 790211

** sentiero percorribile da disabili con sedia Joelette. Contatti / info. +39 0789 790211

SENTIERO ESCURSIONISTICO E = facile
Sentiero privo di difficoltà tecniche che corrisponde in gran parte a mulattiere realizzate per scopi militari. È il tipo di sentiero maggiormente presente sul territorio.

SENTIERO ESCURSIONISTICO S = itinerario storico
Itinerario escursionistico che ripercorre "antiche vie" con finalità di stimolo alla conoscenza e valorizzazione storica dei luoghi visitati.

Regole di buon comportamento

- Non abbandonate mai, lungo il percorso e nelle aree parcheggio, rifiuti di qualunque genere. Tenete con voi un normale sacchetto per raccogliervi e portarli via.
- Non accendete fuochi, in particolare nelle giornate aride e ventose: basta poco per provocare la diffusione di un incendio.
- Limitatevi a osservare con rispetto e discrezione tutti gli animali, marini e terrestri, dagli insetti ai mammiferi, senza catturarli, inseguirli o spaventarli.
- Non raccogliete fiori e piante e camminate lungo il sentiero,

- dove il terreno è stabile e duro: non distruggerete, così, anche con il semplice calpestio le specie vegetali più delicate.
- Rispettate gli alberi e le rocce e più in generale tutti gli elementi che appartengono al territorio.
 - Evitate di danneggiare o di calciare i funghi di qualunque specie. Quelli commestibili, se raccolti, devono essere tenuti in un cestino forato per facilitare la dispersione delle spore.
 - Non provocate rumori molesti o schiamazzi: vi impedirebbero di ascoltare i suoni della natura. È consigliabile portare un

- binocolo, una macchina fotografica, una guida naturalistica e una mappa per capire meglio l'ambiente intorno a voi.
- Lasciate puliti i luoghi utilizzati per fare lo spuntino. Portate via anche eventuali rifiuti lasciati da persone meno responsabili.
 - Non disturbate il bestiame al pascolo e aggirato tenendovi distanti. Se aprite un cancello o un passaggio chiuso, richiudetelo. Non fate cadere le pietre dei muretti a secco e se cadono risistematele.



MATERIALE INFORMATIVO GRATUITO



PARCO NAZIONALE dell'ARCIPELAGO di LA MADDALENA



Scarica gratuitamente la mappa in formato digitale con il QR Code oppure vai al link diretto
goo.gl/TMRuaN



Sede Ente Parco

Via Giulio Cesare, 7 - 07024 La Maddalena (OT)
Tel. +39 0789 790211 - Fax +39 0789 720049

www.lamaddalenapark.it





Nel borgo di Stagnali, nell'Isola di Caprera sorge il **C.E.A.** - Centro di educazione ambientale dove passato e presente, storia e natura, cultura e tradizioni dell'Arcipelago si mescolano in un'affascinante connubio. Il turista che vuole avvicinarsi ai temi della protezione della natura e del paesaggio di questi luoghi potrà raggiungere il borgo di Stagnali con la propria auto o con i mezzi pubblici in appena quindici minuti dal centro abitato di La Maddalena. Il **C.E.A.** è situato a poche centinaia di metri dal Compendio garibaldino. Ospita al suo interno diverse strutture espositive e

didattiche dove si svolgono le principali azioni di educazione ambientale del Parco: il Museo Geomineralogico e il Museo del mare e delle tradizioni marinaresche rappresentano i due principali riferimenti museali della struttura. Al loro interno si svolgono attività didattiche e di ricerca, di formazione ed educazione. Sono promosse attività di divulgazione della cultura ambientale legata all'Arcipelago grazie al prezioso supporto di diverse realtà associative locali che consentono di mantenere attive le iniziative del **C.E.A.** in tutti i periodi dell'anno.

COMPENDIO NAZIONALE GARIBALDINO
MEMORIALE GIUSEPPE GARIBALDI



Il Compendio Nazionale
Garibaldino

Il Compendio garibaldino di Caprera comprende l'insieme degli edifici, delle pertinenze e dei cimeli un tempo di proprietà di Giuseppe Garibaldi ed ora dello Stato italiano.

Il Generale si stabilì a Caprera nel 1857 in un periodo particolarmente difficile della propria vita dopo la morte di Anita, la caduta della Repubblica romana, l'abbandono dei figli, e trovò in quest'ambiente l'atmosfera ideale per ricostruire la propria vita. Il complesso è situato in un ambiente particolarmente suggestivo per la sua collocazione vicina al mare, con la roccia granitica affiorante e la tipica vegetazione Mediterranea. Qui Garibaldi, grazie alle sue conoscenze agronomiche e alla sua passione per la natura, stabilì una vera e propria azienda agricola con coltivazioni di frumento, vite, olive, ortaggi, frutta e allevamento di animali. Questa, sotto il nome di "Orti di Garibaldi" è oggi oggetto di un progetto di recupero e valorizzazione da parte dell'Ente Parco.

Memoriale
Giuseppe Garibaldi

Il Memoriale Garibaldi non è un Museo come gli altri perché non contiene solo opere d'arte e documenti: il visitatore è viaggiatore e non spettatore. Percorre, attraversando le 13 sale dei 4 edifici tutti i mondi di Garibaldi: il Sudamerica delle lotte per la libertà, l'Africa e la Cina dei viaggi commerciali, gli Stati Uniti dell'esilio e dell'attesa.

Un viaggio che si snoda attraverso giornali, riviste, racconti, libri illustrati, stampe, cimeli d'epoca cui si affiancano tavoli multi-touch e pannelli multimediali in un percorso che tra ricerca storica e narrazione romanzesca ricostruisce con esattezza e con emozione la vita e le azioni di Garibaldi eroe dell'Unità d'Italia ma soprattutto cittadino del mondo. Esempio sovranazionale e universale di un'unica coerente e disinteressata fede nella libertà dei popoli e dell'individuo.



Aperto tutti i giorni (escluso il lunedì)
Info e prenotazioni: +39 0789 727162 - 0789 726015
www.compendiogaribaldino.it

Aperto tutti i giorni
Info e prenotazioni: +39 0789 727162 - 0789 726015
www.memorialegaribaldi.it

MUSEI DEL CENTRO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE (C.E.A.)

MUSEO
GEO MINERALOGICO
NATURALISTICO

Il museo, realizzato per conservare il materiale raccolto dall'Associazione Giovanni Cesaraccio, è stato inaugurato nel marzo del 2002. Nelle due grandi sale sono esposti campioni di rocce, minerali, fossili, sabbie, conchiglie, flora e fauna marina, provenienti in prevalenza dal territorio del Parco Nazionale. Tra i campioni degni di nota sono presenti giganteschi gruppi di cristalli di quarzo affumicato (sino a 150 kg e 65 cm di lunghezza) descritti su alcune riviste italiane e straniere, provenienti dal settore nord orientale dell'Isola di Caprera che prende il nome di Punta Crucitta. Uno spaccato di cava di granito con attrezzi da lavoro, binario, carrello, forgia, foto, documenti storici e cimeli, ricorda la vita degli scalpellini che hanno lavorato a Cala Francese. Nella struttura è presente una piccola saletta attrezzata per le video proiezioni



e didattica per le scuole, oltre ad un piccolo laboratorio con microscopi e l'occorrente per l'identificazione e la preparazione dei campioni che andranno esposti.

Per informazioni ed orari:
+ 39 0789 790211
+39 329 6221680
+39 338 5940560

MUSEO DEL MARE
E DELLE TRADIZIONI
MARINARESCHES

Il Museo del mare e delle tradizioni marinaresche, nato nel 2006 da un'idea della sezione locale di Italia Nostra è uno spazio espositivo che descrive con cura i caratteri principali della storia e della cultura di La Maddalena: dalla presenza preistorica all'età romana, dalle tecniche di navigazione alla vita nei fari, dalle tradizioni della pesca alla storia militare. Al suo interno sono raccolte fotografie, documenti e oggetti capaci di raccontare i



tratti più significativi della cultura isolana e il suo indissolubile legame con il mare. Molti privati cittadini e istituzioni hanno contribuito ad arricchire la collezione del museo a partire dalla Marina Militare con materiale proveniente dall'Arsenale Militare, per finire con i pescatori locali e tutti coloro che per lavoro o semplice passione hanno legato al mondo delle tradizioni marinaresche. All'interno dello spazio museale, attraverso un percorso cronologico, si cerca di ricostruire in modo semplice e diretto la storia della comunità maddalenina e dell'Arcipelago a partire dal neolitico fino ai giorni nostri. Il museo è organizzato per sezioni in ciascuna delle quali sono presenti oggetti che confortano il racconto della guida.

Per informazioni ed orari:
+ 39 0789 790211
+39 340 6909913

MUSEO
DIOCESANO



In prossimità del porto, in pieno centro storico e comunicante con la Chiesa di S. M. Maddalena, ma raggiungibile anche da via Baron Manno, si trova il Museo Diocesano "La Maddalena". Parte di un importante progetto di valorizzazione del territorio, il Museo ha come scopo fondamentale la salvaguardia del patrimonio dei beni culturali ecclesiastici consentendone l'esposizione nel contesto d'origine. In primo piano il nascere e svilupparsi della comunità religiosa, riccamente testimoniata, anche, dal "Tesoro di Santa Maria Maddalena": preziosa raccolta di gioielli e coralli offerti come ex voto nel corso di circa due secoli e mezzo. Notevole attrattiva è il corredo d'altare (due candelieri e un crocifisso d'argento in stile neoclassico) donato dal celebre Ammiraglio Nelson, che accompagnò il dono con una sua lettera autografa, anch'essa qui custodita. Nel Museo si possono, inoltre, ammirare statue lignee policrome datate dalla fine del 1600, antiche documentazioni delle offerte, arredi sacri, una pregevolissima "Dormitio Virginis" con il corredo degli abiti che accompagnano lo svolgersi dell'anno liturgico, stampe e incisioni originali costituenti una copiosa sezione rivolta all'iconografia della Santa Patrona.

Il Museo è aperto dalle 9:30 alle 13:30 dal lunedì al venerdì; su appuntamento anche pomeriggio e fine settimana
Info e prenotazioni: +39 349 1534391

I SENTIERI DI CAPRERA

Gli itinerari proposti dal Parco Nazionale dell'Arcipelago di La Maddalena si snodano interamente sull'isola di Caprera e nella quasi totalità, su sentieri battuti e segnalati, collegabili tra loro percorrendo piccoli tratti su strada asfaltata. Sono per lo più costituiti da percorsi brevi con dislivelli minimi, percorribili senza nessun allenamento particolare, che collegati tra loro offrono escursioni più impegnative, con dislivelli apprezzabili, adatti per i camminatori più esigenti. I tempi di percorrenza sono stati calcolati riferendosi a un passo medio e non tengono conto delle eventuali soste per riposare o per uno spuntino al sacco: sono quindi chiaramente indicativi e possono registrare delle variazioni in ragione dell'allenamento e della voglia di camminare.



Per uniformare la segnaletica dei sentieri del Parco a quella presente sul territorio sardo, corso e nazionale, è stata utilizzata quella proposta dal C.A.I., con i relativi tratti di colore rosso-bianco-rosso, che prevede:

- all'imbocco di ogni sentiero c'è una tabella che riporta il nome, il numero, la durata totale del percorso (espressa in ore), il grado di difficoltà, la valenza del sentiero (storico, panoramico, naturalistico);
- lungo lo sviluppo di ogni sentiero ci sono delle tabelle segnava con coda rossa-bianco-rossa e punta rossa che indicano la direzione delle località di destinazione, il numero del sentiero e il tempo indicativo per raggiungerle (espresso in ore), collocate alla partenza del percorso e in prossimità degli incroci più importanti;
- nei punti più significativi del percorso, delle

tabelle di località che indicano il luogo in cui ci si trova, riscontrabile sulla cartografia di riferimento;

- lungo lo sviluppo di ogni sentiero ci sono delle tabelle che indicano "rispetta la natura, segui il sentiero" per invitare gli escursionisti a camminare entro il percorso, evitando di danneggiare il tracciato stesso e il terreno circostante;



- lungo lo sviluppo di ogni sentiero, per indicare la continuità dell'itinerario, ci sono degli ometti

di pietra realizzati con poche pietre accatastate, posti nelle immediate vicinanze dei bivi e ogni 5 - 10 minuti di cammino.

Periodo consigliato

I sentieri di Caprera possono essere percorsi durante l'intero arco dell'anno. Le stagioni migliori per affrontare queste passeggiate sono l'autunno e sicuramente la primavera, quando la maggior parte delle piante è in fiore, il clima è mite e lo scarso affollamento permette di "assaporare il risveglio della natura" da una posizione privilegiata. Le prime ore delle giornate estive e le belle giornate invernali offrono tuttavia la possibilità di trascorrere piacevolmente alcune ore immersi in ambienti naturali di incomparabile bellezza.

Equipaggiamento
consigliato

Per percorrere i sentieri di Caprera non è richiesto un equipaggiamento particolare: un paio di scarpe comode (da escursionismo o sportive), una borraccia con dell'acqua, un binocolo e una macchina fotografica. Non dimenticate, a seconda della stagione, di portare una giacca antivento o un costume da bagno!