Settimana meteo in Abruzzo: gelo pungente, poi svolta in vista

Gennaio 12, 2026



L’inverno continua a farsi sentire forte nel cuore dell’Italia. La settimana che inizia promette un brusco scossone climatico, con l’arrivo di aria fredda dai Balcani e temperature che torneranno a scendere sotto lo zero su gran parte dello Stivale. In Abruzzo, questo significa notti gelide, possibili fiocchi in quota e una netta differenza tra freddo intenso e una successiva fase più mite.

Gelo intenso all’inizio della settimana

Lunedì sarà il giorno più freddo di questa fase: un’ondata di aria molto fredda proveniente dai Balcani

si getterà sul Centro-Sud, proprio mentre il cielo tende a schiarirsi. Questa combinazione favorisce un forte irraggiamento notturno, che farà precipitare le temperature, in particolare nei centri interni dell'Abruzzo.

Nel dettaglio:

- Temperature sotto zero diffuse già dalla notte di lunedì.
- Minime attese molto rigide nelle aree interne della regione, con possibili valori ben inferiori a 0 °C.
- In alcune zone isolate e protette, soprattutto valli e conche interne, le temperature potrebbero avvicinarsi ai -10 °C o più fredde sugli altipiani appenninici.

Il freddo sarà accompagnato da venti sostenuti, accentuando la percezione termica di gelo.

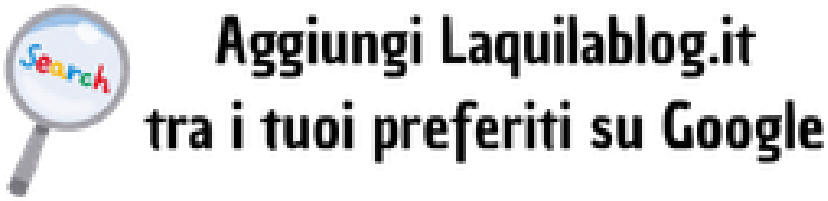
Sull'Appennino abruzzese, oltre alla sensazione di freddo, c'è la possibilità che qualche fiocco di neve si spinga fin oltre i 600 metri, soprattutto per l'effetto di umidità forzata sui rilievi (effetto stau). Tuttavia, si tratterà di neve poca, leggera e senza accumuli significativi al suolo, più scenografica che incisiva.

Dal ghiaccio alla calma: la svolta del tempo
Questa ondata di gelo, seppur intensa, sarà di breve durata. Già nella seconda parte della settimana le condizioni atmosferiche inizieranno a cambiare:

- Alta pressione in rinforzo spingerà le correnti fredde verso est, verso la Penisola Balcanica.
- Questo spostamento permetterà un consistente aumento delle temperature in molte zone d'Italia, Abruzzo compreso, soprattutto entro metà settimana.

Secondo i modelli meteorologici principali, la pressione subtropicale diventerà il principale attore atmosferico, rendendo l'aria più stabile e mitigando l'effetto del gelo artico.

In Abruzzo: dall'anticyclone alla possibile instabilità
I principali servizi di previsioni indicano che:



- All’inizio della settimana, l’Abruzzo vivrà ancora condizioni fredde, con venti freddi e cielo tendenzialmente sereno al mattino.
- Da metà settimana, l’alta pressione potrebbe favorire un lieve aumento delle temperature, con valori massimi che si avvicinano a 4–7 °C sulle coste e nelle zone più basse.
- Tendenza alle precipitazioni: secondo le prime indicazioni, le piogge e le nevicate più significative non sono attese nei primi giorni della settimana, ma potrebbero tornare verso fine settimana con l’arrivo di perturbazioni atlantiche (ancora in analisi).

Nei centri principali:

- L’Aquila e zone interne: gelate notturne persistenti, temperature minime ben sotto lo zero.
- Pescara e costa adriatica: freddo intenso al mattino, ma tendenza a temperature leggermente più miti nelle ore centrali della giornata.
- Chieti e Teramo: alternanza di nubi sparse e schiarite, con clima rigido.

Fenomeni estremi e considerazioni locali
È utile ricordare che l’Abruzzo può manifestare valori termici molto bassi a causa di inversioni termiche e correnti continentali. Alcuni recenti episodi hanno registrato temperature estremamente basse, con minime che hanno sfiorato i -20 °C in alcune località interne nei giorni precedenti l’inizio di questa settimana.

Queste condizioni sono tipiche del periodo invernale più freddo e riflettono la dinamicità del clima appenninico, dove le valli interne si raffreddano molto nelle notti serene e ventose.

Prepararsi significa vestirsi a strati, tenere sotto controllo le previsioni locali e restare aggiornati su

eventuali variazioni dei fenomeni meteorologici, soprattutto nelle zone interne più fredde.