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

12 Gennaio 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

Sommario
1. Gelo intenso all’inizio della settimana
2. Dal ghiaccio alla calma: la svolta del tempo
3. In Abruzzo: dall’anticyclone alla possibile instabilità
4. Fenomeni estremi e considerazioni locali

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.