



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino settembre 2017

Gente da Trekking: Val Formazza 2017

diario di "bordo" di un viaggiatore

La Torre dei Saraceni

e le loro scorribande nella Valle del Tanaro

Terre Alte in preda a Lucifero!

l'importanza di un uso attento delle risorse idriche

Un anello in Val Troncea

dal monte Morefredo al monte Ruetas sul sentiero degli Alpini

I Quattro Denti di Chiomonte

e le Trou de la Thouille

UNIONE
ESCURSIONISTI
TORINO

125



segui su



Anno 5 – Numero 48/2017

Autorizzazione del Tribunale di Torino 18 del 12/07/2013



Rivista realizzata dalla Sotto Sezione CAI UET e distribuita gratuitamente a tutti i soci del CAI Sezione di Torino

L'attenzione all'ambiente come stile di vita dell'Escursionista



Sezione di Torino



UNIONE
ESCURSIONISTI
TORINO

125

La stagione estiva è terminata o quasi almeno secondo il calendario, ma il caldo persiste; un tempo si diceva che un temporale dopo la metà di Agosto portava temperature più fresche, in questi ultimi anni questo detto non trova più riscontro, il cambiamento climatico si fa sentire.

I giornali ripetono che i fiumi, i corsi d'acqua in genere, sono ridotti a rigagnoli ed anche il Po, il nostro fiume, risente di questa siccità e il suo livello è ai limiti minimi. I ghiacciai poi, si ritirano gradualmente e scompaiono cambiando la fisionomia della montagna e del paesaggio in genere. Il terreno, abbandonato dal ghiacciaio, diventa uno sfasciume instabile difficile da percorrere. Occorreranno molti anni prima che la natura colonizzi queste zone sia per l'altitudine piuttosto elevata che per la temperatura non ottimale per la vegetazione.

Anche le montagne importanti come il Monte Bianco ed il Cervino hanno grossi problemi in quanto il ghiaccio sciogliendosi rende meno stabili le rocce e dilata i crepacci rendendone più difficoltosa la salita.

Posti di fronte ai problemi accennati ognuno di noi è chiamato a dare il suo contributo affinché venga interrotta questa tendenza negativa al cambiamento climatico del nostro povero pianeta. Quanta acqua usiamo in un giorno? Io non ho mai pensato a quantificare il volume all'acqua che uso ma mi accorgo che quando lavo la frutta lascio scorrere senza interruzione l'acqua del rubinetto, mentre potrei risparmiare sul consumo dell'acqua ricorrendo ad altri accorgimenti.

Cosa dire poi dei rifiuti, il contenitore dei rifiuti non riciclabili è sempre colmo anche dopo aver separato la plastica, la carta e il vetro. E' sotto gli occhi di tutti quanti rifiuti vengono sparsi lungo le strade della città, nonostante siano a disposizione i contenitori. Lungo le strade della periferia è frequente trovare ammassi di rifiuti di tutti i generi: macerie, pneumatici, mobili, elettrodomestici e tanti sacchetti che, aperti dal vento e dagli animali, disperdono il contenuto nei campi e nei prati.

Queste cose si vedono anche quando andiamo in montagna; lungo i sentieri si trovano bottiglie di vetro e di plastica, lattine abbandonati nei cespugli e sacchetti nascosti fra i rododendri. Non è raro sentire un'escursionista arrivato ad un rifugio, che chiede al gestore dove può mettere i suoi rifiuti; questa persona certamente non sa che la nettezza urbana non passa da quelle parti ed i rifiuti sono portati a valle nello zaino del gestore o con l'elicottero che in quanto tale non è gratuito.

Noi escursionisti soci CAI abbiamo il dovere di comportarci in modo da non "offendere" la natura ed essere di esempio agli altri fruitori della montagna. E a questo proposito ricordo che l'UET, in passato, fece un'escursione per pulire dai rifiuti il sentiero che da Celle sale al Monte Civrari raccogliendo un bel mucchio di immondizia. Potremo rifare un'esperienza come quella?

Ora che siamo a Settembre, rientrati tutti o quasi dalle vacanze, riposati e pronti per riprendere le attività escursionistiche programmate alle quali seguiranno quelle invernali, riusciremo a ricordarci che l'attenzione all'ambiente dovrebbe rappresentare uno stile di vita per noi Escursionisti?

Buon rientro e ben ritrovati a tutti!

Domenica Biolatto
Presidente UET

Prima e quarta di copertina di questo mese: Al cospetto del Monte Corno durante il Trekking nelle Alpi Lepontine e vista sui ghiacciai dell'Arbola (foto by Beppe Previti)



SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 5 – Numero 48/2017
Autorizzazione del Tribunale
18 del 12/07/2013

Redazione, Amministrazione e Segreteria
Salita al CAI TORINO n. 12 - 10131 Torino tel.
011/660.03.02

Direttore Editoriale
Mauro Zanutto

Condirettore Editoriale
Laura Spagnolini

Direttore Responsabile
Roberto Mantovani

Relazioni con il CAI Torino
Francesco Bergamasco

Redazione UET Torino

Comitato di redazione : Laura Spagnolini,
Luisella Carrus, Domenica Biolatto, Luciano
Garrone, Ornella Isnardi, Giovanna Traversa,
Piero Marchello, Franco Griffone, Walter
Incerpi , Ettore Castaldo, Mauro Zanutto, Sara
Salmasi, Christian Casetta, Beppe Previti,
Emilio Cardellino, Luigi Sitia, Aldo Fogale

Collaboratori esterni : Beppe Sabadini,
Chiara Peyrani, don Valerio d'Amico,
Maria Teresa Andruetto Pasquero,
Giulia Gino, Sergio Vigna, Nicoletta Sveva
Pipitone Federico, Marco Giaccone,
Giovanni Cordola

Email : info@uetcaitorino.it
Sito Internet : www.uetcaitorino.it
Facebook : unione escursionisti torino
Facebook : l'Escursionista

Sommario Settembre 2017

Editoriale – Riflessioni della Presidente

L'attenzione all'ambiente come stile di vita
dell'Escursionista 02

Sul cappello un bel fior ! – La rubrica dell'Escursionismo Estivo

Gente da Trekking: Val Formazza 2017 03

Gli arditi dell'UET 14

Truppe scelte 15

Il Colle del Chiapous 17

Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

La Torre dei Saraceni 20

Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare

Martino (prima parte) 22

Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino

Terre Alte in preda a Lucifero! 28

Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweiss

Ce bielis maninis 33

Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare

La Cucina popolare della Campania 37

C'era una volta - Ricordi del nostro passato

Come si viveva una volta (parte terza) 42

la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna

I boschi di pietra di Donato Savin 48

Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli

Un anello in Val Troncea 52

Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute

Il Chaga 57

Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici

Strizzacervello 61

Prossimi passi - Calendario delle attività UET

A Settembre chi è esperto non viaggia mai
scoperto 68

UET 125 anni di storia 69

Prossimi passi - Altri Eventi

8° Corso di Alpinismo Giovanile 70

Color seppia - Cartoline dal nostro passato

I Quattro Denti di Chiomonte 71

I Consigli della Redazione - I posti in cui ci siamo trovati bene

I Consigli della Redazione 73

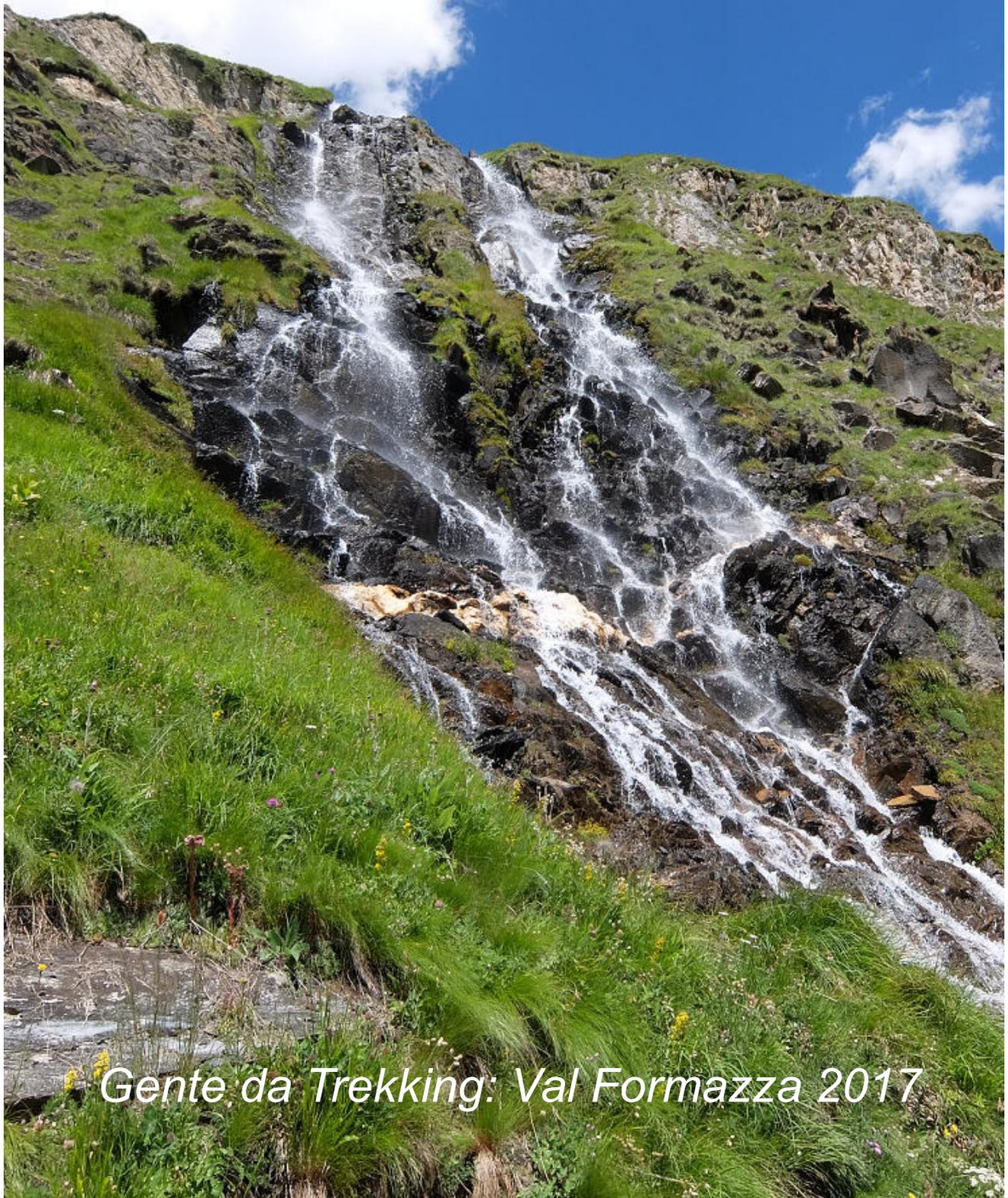


Per comunicare con la redazione della rivista
scrivici una email alla casella:

info@uetcaitorino.com



Sul cappello un bel fior
la rubrica dell'Escursionismo estivo



Gente da Trekking: Val Formazza 2017

DOMENICA 30 luglio 2017

Anche quest'anno ritrovo a Porta Susa per le ore 8,00.

Ringraziamo ancora una volta Gigi, che, con l'aiuto di Ornella, ha organizzato il trekking 2017; Valter, oltre ad aiutare Gigi nella definizione dei percorsi, ha provveduto a trovare e prenotare i pernottamenti; Marisa ha suggerito di utilizzare una compagnia che ci ha messo a disposizione un pulmino ad un costo molto interessante che ci ha consentito un notevole risparmio.

Partenza con pulmino da circa 30 posti; siamo infatti in 15: Bravin Gigi, Volpiano Enrico, Incerpi Valter, Biolatto Domenica, Basso Marisa, Gastaldi Rita, Piatasi Adriana, Lombardo Rosa, Cardellino Emilio, Ciarrocchi Paolo, Girola Francesco, Lusso Silvano, Venturini Giorgio e negli ultimi due giorni si aggiungerà anche Beppe Rovera.

Arriviamo a San Domenico di Varzo (m 1.412) verso le 11,30; siamo appena sopra a Varzo, dove abbiamo terminato il trekking di due anni fa.

Mettiamo scarponi, cianciamo.

Alle 12 si parte, dopo aver scelto l'itinerario, avendo come meta Alpe Veglia (m 1.763).

La giornata sembra promettere sole per tutto il giorno, per cui si sceglie il percorso più lungo che sale fino all'Alpe Ciamporina (m 1.930) e poi percorre un lungo traverso in quota, con numerosi saliscendi di 50 / 100 m, raggiunge quota circa 2.000 m e infine scende all'Alpe Veglia.

Ma, nel frattempo, mentre affrontiamo la salita al punto più alto, il cielo si oscura e, in un batter d'occhio, si scatena un temporale con vento a raffiche e pioggia copiosa.

Qualcuno incappucciato, qualcuno sotto l'ombrello, procediamo imperturbabili, perdendo quota fino al rifugio Albergò La Fonte (m 1.763).

Ricordiamo una giornata molto varia, non solo per le condizioni meteorologiche: la salita è stata su uno sterrato che, in inverno, è sicuramente una pista nera da sci, infatti è molto ripida ed esposta al sole; inoltre è appena stata rifatta e quindi ha tutto l'acciottolato in superficie: si cammina con molta fatica.

La traversata tra Alpe Ciamporina e Alpe Veglia si snoda su un percorso straordinariamente panoramico: siamo su una cengia con vista a strapiombo (qua e là è installata una catena) su San Domenico e sul fondo valle dove si vedono la strada e il sentiero, che avrebbero potuto costituire l'altro itinerario, alternati a forre rocciose; in faccia abbiamo sempre il monte Leone, imponente e arricchito del suo ghiacciaio laterale. Si cammina su rocce e su rare zone prative.

All'albergo vengono distribuite le stanze ed è concordato il menu-cena.

Sono disponibili alcune docce calde, che consentono un ristoro immediato in attesa della cena.

Dopo cena ne cantiamo quattro all'esterno del rifugio-albergo per non disturbare gli altri ospiti.

Ore 22: tutti a nanna.

LUNEDI' 31 luglio 2017

Qualcuno ha chiesto sveglia alle 6,30 con colazione alle 7,00, ma l'albergatore si è rifiutato.

Quindi colazione alle 7,30 e partenza alle 8,00, posticipata alle 8,30, in attesa di Pino che è rimasto addormentato e poi ha cercato, inutilmente a lungo, il berretto: pelato, sotto il sole, rischia di diventare un gambero; per fortuna riesce a rimediare un lungo foulard (abbandonato da chissà chi in albergo) che gli viene regalato e che si avvolge sulla testa a mo' di turbante.

Si va in direzione Alpe Devero, con salita al passo di Valtendra (m 2.431)

Inizialmente c'è il sole, ma, presto si mette a piovere; l'ascesa, inizialmente dolce, in mezzo ad un bosco di larici, diventa poi impervia su pietraia, con tornanti stretti e ripidi (spesso gradoni).

Ore 11,30 siamo al passo di Valtendra.

Proseguiamo, perdendo quota di circa 70 m, con un traverso in alcuni punti fortemente esposto.

Arriviamo alle 15,00 al passo di Scatta d'Orognà (m 2.460) accolti da un pittoresco gregge di capre a lana lunga e bicolore, che scatena i nostri obiettivi fotografici. Ingolosite



dal sale del sudore della nostra pelle, cercano di leccarci e riescono ad assaggiare un polpaccio di Marisa e la nuca di Gigi.

Riposati (si fa per dire) iniziamo la discesa in compagnia delle capre che non ci abbandonano per un lungo tratto.

Il paesaggio è mozzafiato, pieno di guglie e torrioni, verso l'alto, e con vista sul lago di Devero, in lontananza verso il basso.

Il dislivello tra il colle e il rifugio Castiglioni, all'Alpe Devero, è di circa 800 m su un percorso di circa 10 Km. La discesa dura fino alle 17,30, di cui una mezz'ora a girulare per Devero, fino al rifugio Castiglioni (m 1.640), che si trova al lato opposto di una grossa U, nella piana del villaggio.

Prendiamo posto nel camerone: qualcuno fa la doccia, cercando di riposarsi dalla giornata molto stancante.

Cena con menù molto più sobrio del giorno precedente, ma, comunque, buono e abbondante: sul buono la stanchezza gioca la

sua parte; sull'abbondante, per fortuna, non è una sola sensazione.

Qualche nota di colore: Pino, con il suo foulard a turbante ha scatenato l'ilarità del gruppo e gli obiettivi fotografici; il pranzo frugale è stato consumato a spizzichi e bocconi tra i due passi alpini; gli zaini sono pesanti e la schiena è a pezzi: purtroppo non abbiamo più cinquant'anni.

Ma il morale è sempre alto, anche per Emilio che, sulla dirittura d'arrivo pensa bene di scivolare su un masso del sentiero e di procurarsi escoriazioni varie e dolenzia al fondo schiena e ad un ginocchio; per fortuna il pronto intervento (di cure ed affetto) portato da Domenica e Beppe lo rimette in piedi per arrivare al fondo gita... e si crea qualche incertezza sul domani.

MARTEDI' 1 agosto 2017

Il gruppo si divide in due per consentire ai più deboli di riprendere le forze necessarie per affrontare il quarto giorno di trekking.

Mentre nove persone si attengono al programma previsto, in sei progettano una variante: salita e "circumnavigazione" del lago Devero.

Sono: Adriana, Domenica, Marisa, Emilio, Franco e Paolo.

I sei riescono comunque a fare una salita di circa 350 m con un percorso di alcuni Km.

Un lato del lago è costituito da pietraie successive su cui si sale e si scende con passaggi talora molto esposti.

All'altezza dell'immissario di monte, ci fermiamo per bagnare i piedi nel lago e, anche se non è ancora l'ora canonica (h 13,00), finiamo col mangiare il "pranzo al sacco".

Sempre lentamente e con successive soste per siesta e raccolta mirtilli, ridiscendiamo al rifugio Castiglioni.

Siamo riusciti a evitare la pioggia.

Il gruppo principale invece, con partenza alle ore 8,00, si incammina in direzione nord verso il passo della Rossa (m 2.474).

La salita è piuttosto ripida fin dall'inizio e dà tregua solo su un pianoro a quota 2.050 m.

Si svolta verso est e, con un traverso molto ripido, si raggiunge un secondo pianoro che finisce contro una bastionata da superare con scalini infissi nella roccia (circa 15 metri di dislivello su roccia).

Superato un laghetto alpino, si piega verso ovest in direzione del passo della Rossa, che viene raggiunto verso le 11,30, toccando il cippo di confine con la Svizzera, piantato nel 1923.

Verso la Svizzera il panorama mostra due laghi, il vallone che scende a Briga e la parte terminale del lungo ghiacciaio Aletschgletscher della Jungfrau.

Si continua verso il passo Crampiolo (m 2.553) dove si tocca un secondo cippo di confine e si fa pranzo (anche questo gruppo in anticipo sul solito orario: sono circa le ore 12.00)

Il pranzo al sacco viene consumato velocemente perché minaccia pioggia: nuvoloni neri si sono addensati sulla zona.

Alle 12,15 si riparte calando lentamente a

quattro zampe su un percorso di pietroni squadriati in modo irregolare che non riescono in nessun posto a determinare un sentiero, ma costituiscono un tracciato molto gradito a Rosa.

La discesa dura due ore e mezza con rarissimi tratti di sentiero erboso. Naturalmente i bastoncini sono archiviati alla belle-meglio: quelli di Rita escono dallo zaino come due antenne radio!

Nonostante la difficoltà spicca sempre la voce di Rita, col suo riso contagioso, che riesce a coinvolgere anche Silvano, normalmente taciturno e riservato.

Rosa dimostra continuo entusiasmo lungo tutto il percorso, particolarmente per il tratto di pietraia, dove i massi sono ben piantati e stabili; per dimostrare il proprio apprezzamento per la bellezza dell'escursione, che finalmente ha qualcosa di alpinistico, schiocca due bacioni al capo-gita (Gigi);

poi si schernisce definendo il gesto: un "usaccio".

Al fondo del percorso arrivano alla sponda destra del lago Devero e poi al lago delle Streghe (tutte le signore si sentono coinvolte). Alle 17,40 raggiungono il rifugio tra gli applausi dell'altro gruppo.

Peccato che a metà discesa uno scarpone di Pino sia invecchiato di colpo: una mezza suola si stacca; solo l'attenzione di Valter, che se ne accorge immediatamente, consente a Gigi di provvedere una riparazione sommaria con il filo elettrico per recinzione-mucche. Pino può continuare la discesa senza ulteriori intoppi. Al rifugio il gestore si commuove e accompagna Pino con il proprio fuoristrada fino a Baceno, consentendogli di acquistare un nuovo paio di scarponi.

MERCOLEDI' 2 agosto 2017

Partenza ore 7,45 con Pino fiammante nei suoi scarponi nuovi.

Saliamo a Crampiolo e poi alla Bocchetta di Valle (m 2.574),

Il percorso, inizialmente nel bosco, si sviluppa su prati montani; nella parte bassa godiamo di ampi scorci sul lago Devero, di un brillante azzurro; poi attraversiamo alpeggi profumati di

erbe alpine, con bestiame al pascolo.

Dopo l'Alpe Naga, a quota m 2.210, Enrico propone, con molta discrezione, a Emilio di alleggerirgli parzialmente lo zaino, distribuendo una parte del carico su alcuni altri componenti (se stesso, Gigi, Valter e Beppe): il fondo schiena di Emilio doveva infatti ad ogni scalino, di cui la salita è piena.

Le nuvole verso la Svizzera diradano e ci consentono di vedere, in lontananza, Eiger, Jungfrau e Monch.

Alla Bocchetta pranziamo; poi, intorno alle 14,00, nuvoloni densi salgono dal fondo valle e ci consigliano di partire rapidamente: sembra debba venire tempesta.

Dopo pochi metri di discesa, invece, una folata di vento dirada le nuvole e ci lascia scendere con tranquillità verso il lago Busin Superiore (m 2.438); poi risaliamo a quota m 2.485, con vista sul lago Busin Inferiore, e raggiungiamo il Passo Busin (m 2.493).

A quota m 2.485 veniamo accolti ancora una volta festosamente da un branco di capre, ma, questa volta, a pelo corto, del tipo nostrano.

Costeggiamo il lago Vannino, fino al rifugio

Margaroli (m 2.194).

Ceniamo abbondantemente, il gestore offre poi, per festeggiare i nostri canti, la grolla valdostana dell'amicizia.

Ciò nonostante, essendo tutti piuttosto stanchi, alle dieci siamo tutti a nanna.

GIOVEDÌ 3 agosto 2017

Qualcuno potrebbe pensare che si tratti solo di una giornata di trasferimento dal rifugio Margaroli al rifugio Città di Busto, base di partenza, il giorno successivo, per il Blinnehorn, e che quindi ci si muoverà in rilassatezza; sarà invece un percorso vario e con splendidi panorami e con molte ore di cammino.

Avremo infatti una gradita sorpresa: percorreremo splendidi prati montani e avremo scorci variopinti sui mille laghi (naturali e artificiali) di cui è costellato l'intero percorso.

La sorpresa più gradita sarà incontrare Beppe Rovera al lago di Morasco, appena sopra Riale: si affianca al gruppo per completare la



giornata e poi il trekking.

Dal rifugio Margaroli (m 2.194) saliamo alla diga del lago Sruer (m 2.330), ma sbagliamo strada e di conseguenza dobbiamo ridiscendere quasi al rifugio, perdendo circa 100 metri ; riprendiamo a salire verso il passo di Nefelgiù (m 2.583), poi una lunga discesa, prima su pietraia, poi su prato, poi ancora su carrareccia, ci porta al lago di Morasco (m 1.815), dove ci fermiamo per pranzo.

Qui ci raggiunge Beppe; insieme superiamo la diga e costeggiamo il lago dal lato nord-est, rifornendoci d'acqua ad un rivolo che scroscia dalla spalletta sulla strada sottostante; della purezza della "fonte" nessuno giura, ma l'esempio del "capo gita", Enrico, rassicura tutti: riempiamo tranquilli la borraccia; infatti le borracce sono tutte vuote perché la giornata è stata finalmente tutta buona, con sole in abbondanza, e abbiamo pure fatto pranzo al sacco; la presenza del piccolo paesino turistico di Riale, meta automobilistica di chi poi procede con gite estive e sci di fondo invernale, ha fatto nascere alcuni bar e, probabilmente, morire le fontane.

Dal fondo del lago saliamo all'Alpe Bettelmatt (m 2.112); sono possibili due percorsi: il sentiero oppure una carrareccia, vietata al traffico automobilistico; Enrico, per mantenere fede al "progetto trekking", sceglie il sentiero che sale piuttosto ripido, con stretti tornanti e gradoni, prima tra i prati e poi nel bosco.

Emilio, alla ricerca dello "sforzo minimo" sul fondo schiena, preferisce la strada poderale che si sviluppa dal lato opposto della valletta (sotto il sole rovente del pomeriggio) con una pendenza costante, adatta ad un uso automobilistico. Valter, fedele compagno di Emilio, conferma la bontà della scelta e si aggrega facendo l'andatura.

Il risultato finale darà ragione ai due, che arriveranno dieci minuti prima del gruppo, ma, soprattutto, molto più riposati.

Vale sempre la teoria del montanaro: un percorso più lungo, che ascende gradualmente, stanca molto meno di un sentiero ripido e consente anche un tempo inferiore di percorrenza.

Facciamo una breve sosta, facendo molta attenzione alle "frittelle" fresche delle mucche che dondolano i loro campanacci nel vicino alpeggio, in attesa della mungitura.

Saliamo l'ultimo strappo al rifugio Città di Busto (m 2.478) sul solito sentiero che, potendo procedere per lenti tornanti negli ampi spazi prativi, si inerpica, invece, piuttosto ripido consentendo a qualcuno un tempo di percorrenza forse veloce, ma sottraendo ad altri le ultime forze.

Enrico dimostra ancora una volta di essere uno splendido capo-gita e, dopo essere arrivato al rifugio, posa il proprio zaino (di gran lunga il più pesante di tutti, perché contiene anche attrezzi di sicurezza) e si precipita incontro ad Emilio, accompagnato sempre dal fedele amico Valter, e lo sgrava del peso dello zaino; l'allegria di Enrico, che ora può salire con un peso più umano, contagia e anche Emilio procede più spedito.

Emilio ha davvero incontrato degli amici straordinari!

Con il solito lavacro, togliamo la stanchezza e ci prepariamo per la cena.

Anche oggi la salita è stata di circa 1.000 metri e le brande più accoglienti di quelle del rifugio Margaroli chiamano tutti al riposo: domani sarà una giornata faticosa, anche se con zaino alleggerito perché si fa ritorno allo stesso rifugio; non per tutti: Emilio sceglie di non impegnarsi nella salita al Blinnenhorn (m 3.370) per risparmiare le poche energie rimanenti per l'ultimo giorno; e Paolo gli tiene compagnia.

VENERDI' 4 agosto 2017

Alle 6 un gran fracasso sveglia tutto il rifugio: gli escursionisti del Blinnenhorn si preparano con molto anticipo: la colazione sarà servita solo a partire dalle 7.

Viene consumata rapidamente e alle 7,15 la comitiva si mette in movimento; Emilio e Paolo salutano mestamente gli amici.

La giornata è radiosa, anche se con un forte vento teso; Enrico commenta: il vento forte farà cambiare le condizioni del tempo; sarà solo parzialmente vero, perché le nuvole arriveranno, ma non porteranno pioggia.

Il percorso iniziale è complicato un minimo dall'attraversamento a guado di un torrente troppo ricco d'acqua limacciosa; bisogna scendere fino a trovare un passaggio, poi si risale alla diga del lago Sabbione (m 2.466) e



poi ancora fino al rifugio Claudio e Bruno (m 2.710).

Dopo 10 minuti di sosta il gruppo riparte in direzione nord, su sfasciame consolidato con notevole pendenza; guarda un torrentello meno impetuoso del precedente.

Il vento è fresco e costante (durerà tutto il giorno) e rende la salita meno faticosa.

Superati i 2.800 metri, il sentiero diventa meno ripido e segue un andamento a mammelloni fino alla base del bastione del ghiacciaio del Griess. Superato, si costeggia il ghiacciaio fino a raggiungere la cima del Blinnenhorn (m 3.375).

Tutti arrivano senza problemi, anche se, qua e là, qualcuno ha ravanato alla ricerca del sentiero.

Ora d'arrivo: ore 11,45.

Dopo circa 10 minuti di sosta per le fotografie di rito, il gruppo ridiscende, anche perché le nuvole, purtroppo, sono salite e hanno tolto la vista di Eiger e Jungfrau.

La discesa continua fino a circa 200 metri sopra il rifugio Claudio e Bruno, dove una conca riparata dal vento consente una breve pausa per consumare il pasto; una sosta più lunga è richiesta dal rifugio, presto raggiunto, dove vengono ordinati plateaux di formaggi e salumi, conditi con abbondante birra.

Alle 16,45 il gruppo approda soddisfatto al rifugio Città di Busto.

L'intera gita è stata dedicata al nostro indimenticabile amico Piero Dosio.

I due pellegrini Paolo ed Emilio hanno cercato di raggiungere il rifugio Claudio e Bruno, ma, avendo imboccato il sentiero sbagliato, si sono fermati all'attraversamento del primo torrente, il cui guado, in quel punto, è troppo ricco d'acqua e pericoloso; un centinaio di metri più in basso si intravede il guado percorribile, ma, avendo previsto di faticare il meno possibile, il nuovo percorso che poi richiederebbe una risalita, viene giudicato inaccettabile.

Bigheionando, pian piano rientrano al rifugio

e procedono con determinazione nel programma di riposo.

Il fondo schiena di Emilio ne trae un gran giovamento.

SABATO 5 agosto 2017

Ed eccoci all'ultimo giorno!

per oggi non sono previsti grandi dislivelli, ma, ancora una volta, laghi e panorami, con scorci sui ghiacciai che, verso la Svizzera, essendo i versanti a nord, rimangono di dimensioni ragguardevoli e si spingono ad altitudini relativamente basse.

Sarebbe previsto un traverso dal rifugio Città di Busto al passo del Griess (m 2.412), superando zone scoscese prative e, più spesso, di pietrisco; in realtà si tratta di un saliscendi con dislivelli anche di alcune centinaia di metri.

Nel rifugio sconsigliano però l'itinerario perché le recenti piogge hanno reso scivoloso l'intero percorso; qualcuno, non del nostro gruppo, si avventura, ma il nostro capo-gita preferisce scendere a valle e risalire sul versante opposto, per raggiungere la stessa meta.

Questa scelta costituisce un'opportunità perché al termine della discesa si trova l'Alpe Bettelmatt dove poter lasciare lo zaino, inutilmente affardellato da ciò che serve solo nei pernottamenti

Scendiamo allegramente, anche se, più che di sentiero, si tratta di un passaggio di capre e mucche: la zona prativa consentirebbe un percorso con lenti tornanti, mentre invece si percorre un tracciato ripido e scivoloso.

All'Alpe Bettelmatt, Emilio e Valter si accordano per lasciare lo zaino di Emilio dal margaro; Valter svuota quanto di suo risulterà inutile nella giornata, caricandosi, al posto, di cibo, borraccia e Kway di Emilio.

Tutti gli altri mantengono lo zaino carico al solito, temendo chissà che dall'abbandono.

Risaliamo sul versante opposto, prima tra un centinaio di mucche che pascolano allegramente, poi, quando l'ascesa si fa più verticale, incontrando gruppi di spericolati che scendono in bicicletta (mountain bike superaccessoriate) sfidando i salti e i precipizi.

Al passo di Griess troviamo la

cappella/bivacco, costruita in memoria di 3 giovani boy-scout morti assiderati in una notte di bufera, come spesso arrivano improvvisamente in queste zone; non dovrà mai più succedere una simile tragedia: l'interno, sia pur minuscolo, è attrezzato per dormire in molti (con cuccette a scomparsa) e per alimentarsi con cibi di ogni genere (vino compreso).

Il sole picchia forte, anche se un po' di vento rinfresca piacevolmente.

Ammiriamo, ancora una volta, il panorama sui ghiacciai delle alpi svizzere: in lontananza il ghiacciaio Oberaargletscher della catena del gruppo Aargrat e, proprio sopra di noi, il ghiacciaio che scende dal Blinnenhorn.

Le pale di tre enormi generatori eolici girano stancamente in attesa di vento più teso.

Alle quattro abbiamo appuntamento con il pulmann che ci riporterà a Torino, per iò dobbiamo presto salutare, per l'ultima volta, l'incanto dell'alta quota.

Ridiscendiamo all'Alpe Bettelmatt, dei cui prodotti caseari abbiamo una cultura completa: la sera di venerdì, una guida molto competente ci ha intrattenuto per due ore su fauna, flora e prodotti della zona.

Il margaro restituisce lo zaino di Emilio e si dà disponibile a vendere i suoi formaggi: il Bettelmatt (diventato DOP), a 20 euro/Kg, ancora molto fresco, sembra quasi un taleggio; ma è prodotto con il latte delle mucche che hanno mangiato l'erba giusta, quella dei mesi di giugno e luglio; più stagionata e più gustosa è invece la toma da 12 euro/Kg, prodotta in precedenza e quindi non ancora secondo il protocollo che qualifica il marchio "Bettelmatt".

Chi ha fatto la deviazione all'alpeggio acquista con abbondanza: tanto ormai il trekking sta finendo e il peso maggiore è per pochi passi ancora e, in formaggeria, gli stessi prodotti costano fino al doppio.

Questa volta tutti scendono dalla strada sterrata fino al lago sottostante; anche Enrico può finalmente distrarsi dal ruolo di guida e soffermarsi a fotografare i fiori che, lungo il percorso, si incontrano singolarmente o a cuscini.

Qualcuno sfrutta l'auto di Beppe, parcheggiata sotto la diga del lago Morasco, per scendere fino a Riale dove ci attende il pulmann.

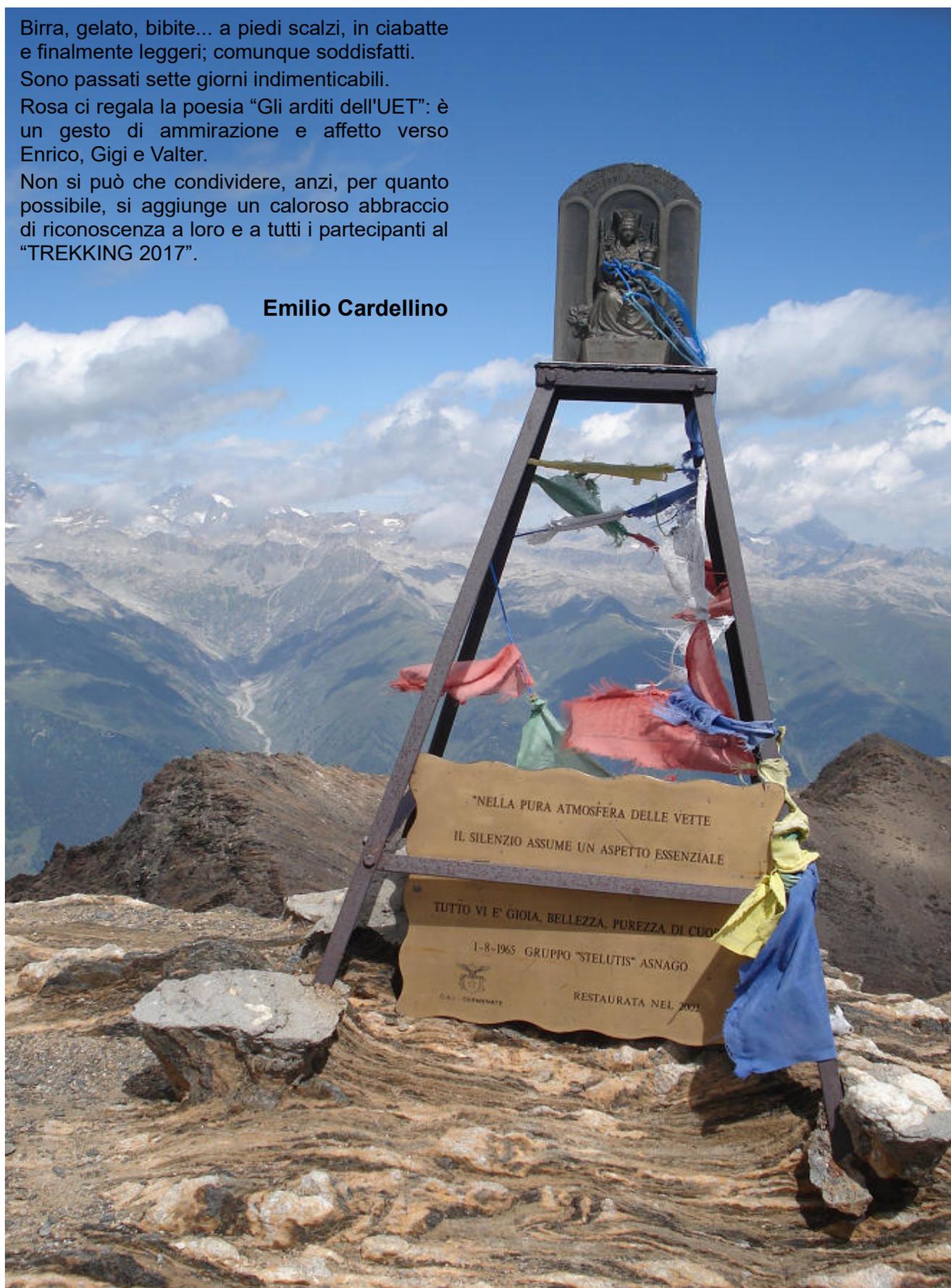
Birra, gelato, bibite... a piedi scalzi, in ciabatte e finalmente leggeri; comunque soddisfatti.

Sono passati sette giorni indimenticabili.

Rosa ci regala la poesia "Gli arditi dell'UET": è un gesto di ammirazione e affetto verso Enrico, Gigi e Valter.

Non si può che condividere, anzi, per quanto possibile, si aggiunge un caloroso abbraccio di riconoscenza a loro e a tutti i partecipanti al "TREKKING 2017".

Emilio Cardellino





Fin dagli inizi della storia alpina, le donne svolgono un ruolo importante dietro le quinte. Alcune hanno scalato vette per sfuggire alle convenzioni sociali. Per altre si trattava di una dichiarazione politica (Cordata alpina femminile attorno al 1910)

Doveroso è ora un elogio e un ringraziamento alle Signore che hanno allietato, con la loro presenza, l'intero trekking (in ordine alfabetico):

- *Adriana, con il suo cappellino da merendera e la sua figura poco atletica, poteva far immaginare una camminatrice di mezza collina; invece si è dimostrata pronta a tutti i percorsi, sia in salita che in discesa: con il suo sorriso modesto, ha sempre tenuto, passettin passettino, l'andatura di Enrico.*
- *Domenica, la nostra presidentessa, fino all'ultimo ha fatto temere una defezione, per solidarietà con il marito acciaccato; per fortuna è stata presente con la sua infermeria portatile, pronta all'intervento, con solidarietà, in ogni momento di bisogno.*
- *Marisa ha costruito la propria capacità di camminare in montagna fin dalle prime uscite stagionali dell'UET: si è così districata egregiamente in tutte le circostanze.*

- *Rita, in grado di sorridere chiassosamente anche nei momenti più faticosi o critici, ha portato varietà di argomenti (famiglia, orto, vacanze, cane ecc) su tutti i colli e le cime che sono stati visitati: nessuno, come lei, è in grado di unire i ricordi di casa con la presenza instancabile e attiva sui vari percorsi.*
- *Rosa proviene da Messina, che, per chi non lo sapesse, sta dalla parte opposta dell'Italia, sul mare e lontana più che mai dalle Alpi; ma, sorpresa, percorre i più aspri sentieri dell'Etna con disinvoltura e trasferisce sulle Alpi la stessa abilità: tanto più il percorso presenta difficoltà, tanto più lei si sente spronata e divertita; è anche una fine linguista, potremo quasi dire una poetessa.*

Seguono due lavoretti di Rosa, prodotti l'uno ("Gli arditi dell'UET") al rifugio Claudio e Bruno, il secondo ("Truppe scelte") a casa, con la dovuta calma e concentrazione poetica...



L'ANGOLO DEL MENESTRELLO

Gli arditi dell'UET

di Rosa Lombardo

*Gli arditi dell'UET son tanti,
ma qui si parla solo di tre
l'Enrico, il Valter e il Gigé.*

*Sono giovani ?
Non si può dire;
sono vecchi ?
Ma va là.
E allora ?*

“Diversamente giovani” è la giusta parola.

*Cominciamo con l'Enrico,
nostra guida e nostro faro.
Ingegner dell'elettrone,
ci dà sempre la direzione.
Si di qua e poi di là,
qualche volta non lo sa;
e allora allegramente
finisce la ciurma giù nel torrente.
Con un passo agile e svelto
raggiungerebbe in un amen un tetto,
ma la coda della fila non ci sta
e gli intima l'altolà.
Cosa mangia il baldo Enrico ?
Come Cip e Ciop nocciole e un fico
necessari alla concentrazione
per saltar sul rolling stone,
che lui ama immensamente
fosse pure inconsciamente.*

*Il secondo è il buon Valter
“the voice” dell'Edelweiss,
lui canta very very nice.
Frank Sinatra ma cu è ?
comm a iddu nun nci nn'è.
In tutte le melodie lui rimesta:
di montagna, di pianura e pure di mezzacosta.
Sempre paziente e con l'occhio vigile
in fondo alla coda non perderebbe neanche
un diversamente-abile.*

*E che dire del numero tre ?
Il grande ottimo Gigé ?
Sua moglie si chiama Ornella,
che nei trekk l'affida a questo e a quella,
con la raccomandazione, per altro posa,
di riportarlo sano e salvo a casa.
Lui nicchia sornione, poi sorride
e le manda un bacione.
Quando canta di secondo
il buon Valter è più giocondo.
Riconosce i minerali,
la sua scienza non ha eguali;
delle rocce sa la cottura, dei ghiacciai
l'andatura.
Grazie tante mister Gigé,
grazie tante a tutti e tre.*

Rosa Lombardo



L'ANGOLO DEL MENESTRELLO

Truppe scelte

di Rosa Lombardo

*Un trekking itinerante
È un impegno importante
Ci voglion truppe severamente scelte
Per raggiungere inclumi le vette
In tanti giorni di stretta convivenza
Si arriva a una certa reciproca conoscenza
Quando finisce, insieme alla malinconia
Di chi c'era si sente un po' la nostalgia
E allor vi parlo di queste truppe scelte
Che figure indimenticabili ne han certo molte*

*(a parte gli arditì
già ampiamente citati)
Il gruppone era composto
All'inizio*

*Da un poco amalgamato impasto
Che a forza di far per sentieri su e giù
Or ci si conosce sicuramente di più*

*Il buon Beppe, militare marconista in quasi
pensione,
Lui cura, competente, nella fila la trasmissione
Ora in testa, ora in fondo, ora a metà
Ti intima perentorio: il piede mettilo qua*

*Paolo, sobrio e impeccabile nella sua
maglietta verde
Sorridente nonchalante qualche gita se la
perde
Silenzioso e calmo a braccia conserte
Sale lieve dei sentieri le ripide erte*

*Franco, cucciolone da tutti benvoluto
Del cellulare ti spiega dove mettere il dito
Tra un giro di salame e un di cioccolato
Alleggerisce lo zaino e soddisfa il palato*

*Silvano canta nel cor dell'Edelweiss
Per le cime tormentate fatte di gneiss
Una sera stanco e senza voler la tresca
Si infila nel letto di una certa tedesca ...*

*Giorgio sa tutto in tutte le direzioni
Col GPS in mano non ha esitazioni
Però non sa decidersi e sospira ahimé
E' meglio comprar per casa un letto o un
canapé?*

*Emilio, esempio per tutti e viveur di lungo
corso
Gran signore d'altri tempi, non si piange mai
addosso
Tra un puntello e una spinta con ironico
buonumore
Da cavalier rivendica dell'età e degli acciacchi
l'onore*

*Domenica, signora di stile e guida della
sezione
Soccorre tutti noi con crocerossina dedizione
Se ti fai la bua ti vien solerte a medicare
Per il mal di schiena qualche polverina ti fa
ingoiare*

*Adriana, frutto misto dell'appennino piemonte-
emiliano,
Caracolla sui sentieri
Paga delle cose belle di oggi e di ieri
Però non sa decidere se all'inizio del mese
Convenga mangiare bagnacauda o sugo
bolognese*

*Rita, bella giunonica intrepida Rita
Vuol risolvere coi dislivelli i problemi di girovita
Lei volentieri nell'orto resterebbe, a coltivar
pomodorini
Il marito non apprezza e lascia in frigo pure i
cetriolini*

*E ora l'olimpico, ineffabile Pino
Anglo-calabrese dal cervello fino
Del tempo che scorre non ha percezione
E ordina serafico vitello tonnato anche a
colazione*

*Dulcis in fundo la vispa Teresa (pardon
Marisa)
Continua a parlare imperterrita e decisa
Anche se chi ascolta a volte non apprezza
Del suo argomentar la profonda leggerezza*

*Resterebbe la scrivente
Ma siccome parlar di sé non è molto elegante
Lasciamo agli altri un piacer così ingombrante*

Rosa Lombardo



Il Colle del Chiapous

Un balcone panoramico sulle vette maestose delle Alpi Marittime

Lo scorso 25 giugno si è svolta l'escursione al Colle del Chiapous, nel cuore delle Alpi Marittime. Siamo in 18 partecipanti tutti soci CAI, non solo Uettini ma anche di altre sezioni.

Il ritrovo è, come al solito, all' ex Ist. Maffei in corso Regina. Partiamo con le auto alla volta di Valdieri e alle 8.30 siamo al posteggio delle Terme. La giornata è soleggiata ma non fa trappo caldo. La pioggia, caduta nei giorni precedenti, ha mantenuto le temperature piacevoli.

Ci sono con noi anche Mario e Marisa, entrambi accompagnatori di sci di fondo che, questa volta, hanno deciso di vivere la montagna nella sua veste estiva, indossando scarponi e zaino e non scarpette leggere e stretti sci da fondo per scivolare sulle piste innevate. Anzi Marisa ha fatto di meglio è andata a godersi le terme.

Dal posteggio, zaini in spalla e, per chi li usa, bastoncini telescopici, risaliamo leggermente sulla strada e, sulla sinistra, imbocchiamo la bella mulattiera che attraversa il vallone di Lourousa.

Un tempo, l'attuale parco naturale delle Alpi Marittime era riserva reale di caccia dei Savoia, il re Vittorio Emanuele II negli anni dal 1857 in poi veniva qui per le sue battute di selvaggina.

Il tracciato è ben segnato e con comode serpentine iniziamo a salire. Il dislivello di 1250 m e le 4 ore di salita non smorzano l'entusiasmo del gruppo.

L'itinerario non presenta difficoltà e si sviluppa in parte attraverso un bosco di faggi e conifere, per lo più alberi maestosi di larici verdissimi, carichi di piccole pigne profumate, che mostrano le piante nel loro pieno splendore.

Dopo circa un ora di cammino, le ultime conifere ci svelano uno dei panorami più belle delle Alpi Marittime: la maestosa parete del corno Stella che si specchia nel lagarot di Lourousa, a circa metà della nostra gita.

I prati verdissimi e le piene fioriture sono una allegra sinfonia di colori che scandiscono il

tempo della piena estate, caso mai qualche sguardo distratto non sene fosse accorto.

Facciamo una breve sosta , cercando di catturare con lo sguardo la maestosità di questi ambienti ancora intatti.

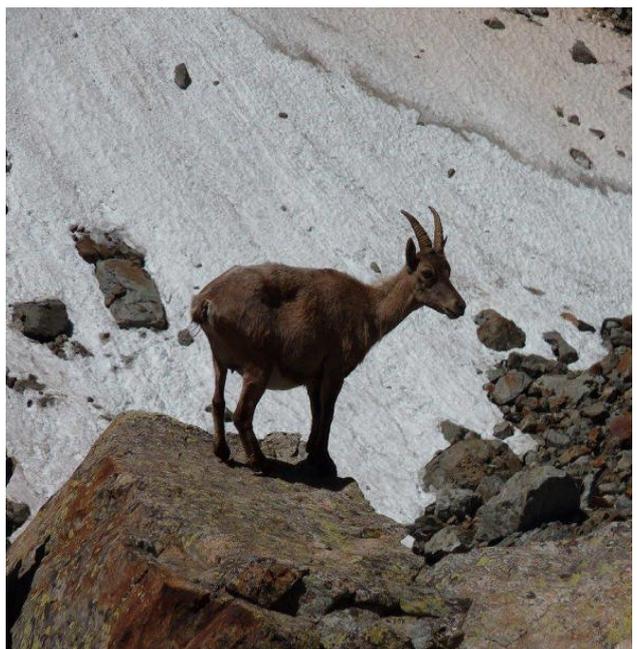
Davanti a noi anche l'imponente "canalino" anzi "canalone" di ghiaccio di Lourousa con un'altezza di circa 900 m, praticamente verticale! E' una fra le vie di ghiaccio più lunga delle Alpi sud occidentali.

René, accompagnatore della nostra Sottosezione, con notevoli trascorsi di scialpinista ci dice subito che si tratta di un grande itinerario di raid scialpinistico, di notevole difficoltà, che ha contribuito a formare la storia dell' alpinismo e scialpinismo nelle alpi occidentali.

La prima salita parziale è stata dell' americano Reverendo Coolidge il 18/8/1879 nella prima ascensione dell'Argentera, mentre la prima discesa scialpinistica è del 7/7/1973. Anche oggi continua ad essere una meta importate per gli alpinisti ma sicuramente non è alla portata di tutti.

Anche questa lingua di ghiaccio risente come tutti gli altri ghiacciai, dell'innalzamento delle temperature e nei mesi estivi è più corta rispetto ai decenni passati.

In mezzo a tanta maestosità incontriamo qualcuno che smanioso di caricarsi delle energie positive del luogo, assume posizioni yoga su dei grossi massi che circondano il



“lagarot” e respira profondamente ascoltando la musica dell’acqua e la brezza del fresco venticello.

Procediamo allegramente la nostra camminata, anche se qualcuno inizia accusare i prime segni di stanchezza.

Dopo un lungo tratto su un selciato pietroso a tratti in ripida salita giungiamo al rifugio Morelli Buzzi, rispettando nel complesso i tempi previsti. E’ una costruzione con 40 posti letto in camerate e c’è anche un locale invernale con 8 posti. Incontriamo alcuni i camosci del parco nei pressi del rifugio.

Qualcuno del gruppo decide di fermarsi e osservare da qui il Colle del Chiapous mentre la maggioranza del gruppo riparte dopo una breve sosta e s’incammina verso il colle. Lo raggiungiamo dopo circa 40 minuti di salita su pietraia.

Questa è agevole ma richiede attenzione, attraversiamo anche un breve tratto di nevaio e finalmente ci siamo.

Affaticati ma soddisfatti. La vista dal Colle (2526 m) spazia a tutto tondo.

Siamo sullo spartiacque di Lourousa. Lascia senza fiato il panorama sulle vette del gruppo del Gelas, sulla piramide del Clapier e sul dente della Malèdia.

Ci tratteniamo per una sosta e mangiamo qualcosa. C’è freddino e il vento aumenta. Decidiamo di scendere al rifugio e riunirci agli altri. Alcuni di noi arrivati al colle con più calma rispetto ai primi, scendono dopo ma ci ritroviamo comunque tutti insieme al Morelli.

Il tempo corre veloce e verso le 15.30 iniziamo la discesa lungo il percorso di salita. Ammiriamo ancora una volta queste montagne spettacolari e il lagarot di Lourosusa, che già da solo merita una gita. Verso le 18 arriviamo alle auto.

Siamo stanchi ma contenti e soddisfatti consapevoli di aver visto una delle zone più belle delle Alpi Occidentali.

Sicuramente da consigliare a tutti coloro che amano camminare sulle grandi montagne e vivere i grandi spazi.

Luisella Carrus



Il rifugio Toesca diventa una "Eccellenza Italiana"!




**PREMIO
ECCELLENZE**
La guida tra le Eccellenze italiane.

Vi aspettiamo!!!

La Torre dei Saraceni



Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

Uno dei temi ricorrenti nei racconti delle lunghe sere d'inverno dell'alta Valle Tanaro era quello delle scorribande dei Saraceni che in epoche diverse terrorizzarono la popolazione di queste terre.

Scarsi sono i documenti di queste vicende, ma l'orrore scorre nel solco di tutte le guerre fissandone i ricordi nella cultura del popolo, non perché questi invasori fossero, come vengono definiti, arabi, musulmani, turchi o mori, ma bensì perché la violenza è il frutto amaro che ogni popolo deve mandar giù quando si trova alla mercé di un esercito nemico.

La dominazione saracena, nella Valle Tanaro e nei territori vicini fu particolarmente intensa, facile quindi immaginare che la popolazione abbia pagato un pesante tributo.

Sono numerose le torri di avvistamento, che spesso vengono dette anche "torri saracene" - rimaste a testimonianza di quei tempi bui - che ancora si possono vedere lungo la via che porta verso il mare di Liguria.

In realtà queste torri avevano sì la funzione di avvistamento, ma spesso facevano parte di strutture fortificate liguri o romane e quindi precedenti alle invasioni saracene.

I Saraceni giunsero nel Cuneese da diverse vie, che si sviluppavano sia dalla costa francese che da quella ligure; qui i predoni sbarcavano e si incamminavano verso l'entroterra alla ricerca di paesi da occupare.

La Valle Tanaro era facilmente raggiungibile, sia dalla piana di Albenga che da Oneglia attraverso

il colle di Nava da cui la strada scende inoltrandosi, dopo un breve tratto, nel territorio del comune di Ormea.

Percorrendo la strada statale tra Garessio e Ormea, giunti all'altezza della frazione Barchi, sopra un ardito spuntone roccioso, si erge ancora oggi solinga un'antica costruzione cilindrica costruita con pietre e calce.

La tone viene fatta risalire alle invasioni saracene dei secoli IX e X e da quanto si racconta era abitata dagli stessi Saraceni che da qui partivano per saccheggiare i poveri villaggi locali, dove compivano ogni genere di angheria sulla popolazione inerme.

Una torre gemella, oggi diruta, esisteva anche sul territorio di Ormea, in località detta il Castelletto; anche questa era posizionata su una panoramica punta.

Quella di Garessio veniva detta anche Torre mozza in quanto appare come troncata nella parte superiore, probabilmente un tempo era molto più alta e una parte è rovinata col tempo o è stata abbattuta; oggi è conosciuta anche come Torre di Barchi, in onore del villaggio sottostante.

Più di una leggenda ha ispirato la torre che da molti secoli è là a testimoniare un scuro passato, ma una in particolare ha spaventato e rallegrato i giovani che la sentivano raccontare dagli anziani e molti sono ancora quelli che oggi la raccontano.

Una guarnigione di Saraceni si era insediata nell'ardito e sinistro torrione che dall'alto dominava i territori di Ormea e Garessio.

I predoni erano in pochi ma quasi ogni giorno uscivano dalla torre per compiere le loro razzie nei paesi vicini e lasciavano un solo soldato di guardia alla loro base; quando rientravano, giunti nei pressi della torre, lanciavano un segnale alla guardia che li attendeva e li aiutava ad entrare.

Per accedere alla fortificazione i soldati dovevano transitare dall'unico ingresso esistente che dava su uno spaventoso burrone e il passaggio era così stretto che dovevano avanzare uno alla volta addossandosi alla roccia per non cadere nel precipizio sottostante, giunti alla porta davano la mano a colui che stava dentro e ruotando attorno al muro entravano.

Quando erano tutti dentro chiudevano la porta e dormivano sonni tranquilli perché nessuno poteva in alcun modo raggiungerli per assalirli.

Un giorno i Saraceni scesero nel villaggio di Barchi per una delle loro solite violente scorribande e si accanirono sulla popolazione. Nel borgo viveva un bravo e forte giovane, di



una certa famiglia Zita, che non sopportava proprio che questi prepotenti compissero furti e violenze sulla povera gente e anche sulle ragazze della sua età.

Da quel momento il coraggioso giovane pensò che doveva escogitare qualcosa per mettere fine a quei soprusi. Iniziò a osservare i movimenti dei Saraceni nascosto dietro a una roccia che consentiva la visione sulla porta di ingresso alla torre e nella sua mente maturò un piano preciso quanto ardimentoso.

Tornò a Barchi e rassicurò i suoi compaesani dicendo loro che presto li avrebbe liberati dai quei malvagi predoni: tutti lo guardarono increduli, rassegnati a quello stato di cose.

Un mattino presto Zita salì di nascosto come al solito verso la torre ma si sentiva addosso una grande inquietudine, era venuto il momento di agire, di mettere in atto il suo piano.

Si nascose dietro la rupe e vide uscire tutti i saraceni, all'interno della torre come al solito rimase solo la guardia.

Lasciò passare diverse ore per non destare sospetti e poi si avvicinò alla torre e lanciò alla guardia il segnale convenzionale, avanzò addossato alla roccia e giunto alla porta si attaccò alla mano che la guardia gli porgeva e con un salto fu dentro; la sorpresa giocò a suo favore e dopo una breve colluttazione ebbe la meglio sulla guardia che precipitò inerme nel burrone.

Zita, attese trepidante il ritorno dei turchi e quando udì il segnale rispose come faceva la guardia.

I soldati avanzarono come sempre ad uno ad uno afferrando la mano protesa che doveva aiutarli a superare il burrone, ma quella mano uno alla volta li scaraventò nell'orrido sottostante.

Nulla si udì in quanto il rumore dell'acqua del Tanaro ricoprì le urla disperate dei Saraceni che precipitavano.

Il giovane un po' turbato ma consapevole che quello che aveva

fatto era stato a fin di bene, tornò a Barchi e raccontò euforico che aveva liberato il paese dai malvagi Saraceni, ma quella sera nessuno volle credergli, anzi gli diedero del matto.

Il giorno dopo però qualche curioso del villaggio volle avvicinarsi alla torre, vide che non vi erano più movimenti di soldati e comprese che quanto Zita aveva raccontato corrispondeva al vero, allora corse in paese ad avvertire tutti.

Il giovane Zita che da solo e con l'astuzia aveva sconfitto i Saraceni venne acclamato e abbracciato da tutti e in suo onore venne organizzata una grande festa.

I paesani pensarono poi che per evitare che altri Saraceni si insediassero nella torre bisognava demolirla, salirono sulla roccia armati di mazze e picconi e ne atterrarono la parte alta lasciandola scoperta agli agenti atmosferici in modo che non potesse più dare rifugio a nessuno.

E la torre è ancora così adesso, cupa e solitaria sull'ardito spuntone roccioso a, celare chissà quale segreto del passato e ad ispirare alla mente umana le storie più fantasiose.

Mauro Zanotto

Martino

“C’era una volta, in un paese lontano, lontano, una bellissima principessa protetta da un drago che...”



Penna e calamaio Racconti per chi sa ascoltare

“Martino, ora basta con il computer, è dalle nove che sei appiccicato al monitor, spegni subito e vieni a studiare. Lo sai che la maestra sarà qui nel primo pomeriggio”.

“Lasciami ancora un pochino mamma, ho appena inserito il cd con la fiaba che mi ha regalato papà”.

“Ma se non fai altro che guardare fiabe. Va bene che ti piacciono, ma non puoi passare tutto il tempo guardando un monitor, pensa ai poveri occhi!”

“Va bene, ora spengo, ma dopo la lezione, riattacco il computer”.

“Bravo, sai quanto ci tiene quella ragazza a farti fare bella figura all’esame”.

“Roberta è una lagna! Vuole insegnarmi anche quello che non c’è nel libro, e poi non sopporta le fiabe, dice che sono ormai grande per quelle fantasie”.

“Ha ragione - rispose la mamma alzando la voce per farsi sentire dalla cucina - alla tua età io leggevo Salgari dai libri e non da quello scatolone luminoso!”

Martino schiacciò il bottone sul totem e indietreggiò con la sedia a rotelle fino ad arrivare al comodino.

Già, Martino non cammina.

All’età di dieci anni cadde per la prima volta salendo le scale, la seconda pochi giorni dopo durante la ricreazione a scuola, ma quando perse l’equilibrio il mese seguente e si trovò sul pavimento in bagno, per Martino, mamma e papà cominciarono il via vai dagli ospedali.

Sclerosi.

La sentenza arrivò come una frana, travolgendo speranze, progetti, viaggi e tutto quanto una famiglia unita immagina per un futuro felice.

Martino è arrabbiato con la sedia a rotelle e la grave malattia che lo ha scelto.

Per allontanare la malinconia e lo sconforto, si è affidato alla lettura e alla visione di fiabe scaricate dal suo computer e dai cd. A lui non piace leggere i libri. Per Martino non esiste

che il Computer.

I genitori assunsero una giovane maestra per far sì che il loro bambino (così continuano a chiamarlo) seguisse le lezioni come fosse a scuola, confortati dalla disponibilità del preside che concesse la validità.

Non è vero che Roberta è una lagna. La giovane maestra ha preso così a ben volere il ragazzo che, come tutti quelli che amano, vorrebbe insegnare a Martino più del necessario, rasentando qualche volta l’eccesso. Arriva spesso con libri per ragazzi, insistendo sulla bellezza dei racconti e validità degli autori. Verne, London, Dumas e Dickens, sono i preferiti che Roberta ha portato al ragazzo, spiegandogli la trama dei loro racconti, ma lui continua a sognare fate, cavalieri, principi e draghi; soprattutto questi ultimi lo affascinano in modo particolare.

Per lui il drago è la forza, la potenza abbinata alla fantasia di un animale mai vissuto, ma che per lui è esistito in tempi antichi.

Quell’essere favoloso con la pelle di coccodrillo appare al ragazzo come una creatura intrepida e invincibile, ma ciò che lo eccita di più, oltre al fuoco che erutta, è la capacità di volare.

Per Martino le ali del drago sono quanto di più potente e magico l’animale possiede.

“Guarda” - disse Roberta appena entrò nella stanza del ragazzo - “oggi ti ho portato Viaggio al Centro della Terra di Verne, vedrai ti piacerà”. Martino, che dalla mamma aveva ereditato l’educazione, sorrise ringraziando, ma in cuor suo sapeva già che non l’avrebbe letto.

L’insegnante iniziò la lezione, ma quando si accorse che l’attenzione del suo allievo era da un’altra parte s’innervosì.

“Così non va, tu non mi ascolti! Dove sei? Scommetto che sei perso nelle tue fantasie. Martino, ti prego, devi crescere. Non puoi continuare a vivere nel mondo delle fiabe, ormai vai verso gli undici anni ed è ora che la



tua mente si rivolga a racconti più consoni alla tua età. Lo so che non ti piacciono i libri che ti porto, ma è con essi che crescerai, è con questa letteratura che imparerai nuovi vocaboli e la struttura di nuove frasi. E' con questo modo di scrivere che potrai comprendere in futuro autori più impegnati. Devi avere fiducia in me, vedrai che in avvenire mi darai ragione”.

Roberta si era accalorata, come altre volte, ma quel giorno capì che il ragazzo le sfuggiva. Martino era triste e non ne voleva sapere di autori famosi, di letteratura, di futuro. Già... il futuro! Questa era la parola che lo rattristava. Tutti venivano a trovarlo e gli parlavano di futuro, ma di quale futuro? Martino è un ragazzo intelligente, e ha capito che il futuro sta nel camminare, nell'essere autonomo, nel correre, nel fare sport, nel salire su di un aeroplano con le proprie gambe, nel poter cadere per poi rialzarsi! Roberta lo critica per la sua passione, per le fiabe e i draghi, ma con loro si può avere un futuro. Con loro Martino gioca alla pari. Con le streghe succedono dei fatti strani, capitano magie, prodigi. Ecco perché vederli e leggerli a lui sta bene, con loro può avvenire quello che con gli autori di Roberta non accadrebbe mai. I

London, i Dickens, i Dumas, raccontano di viaggi, di avventure, di corse e di battaglie, cose che lui non può e non potrà mai fare, anche se i suoi genitori sperano il contrario.

“Per oggi basta così, tanto non mi ascolti, però per domani devi svolgere il problema che hai alla pagina 28 del libro di matematica e... sapermi raccontare le prime cinque pagine del libro che ti ho portato”.

“Ma leggere le pagine del tuo libro non è un compito” protestò Martino sentendosi fregato.

“Per me lo è - rispose con un sorrisetto l'insegnante - e sarà bene che tu lo faccia”.

Appena Roberta uscì, il ragazzo manovrò con rabbia la sedia a rotelle verso la scrivania del computer, facendola sbattere contro il bordo.

“Col cavolo che leggo quelle pagine, ora mi riaccendo il p.c. e continuo con la mia fiaba”.

“e il drago soffiò con quanta forza aveva, incenerendo i malvagi cavalieri. La bellissima principessa batté le mani in segno di giubilo e con la destra salutò il suo salvatore alato che, con una giravolta degna di un gabbiano, alzò l'ala sinistra per ricambiare il saluto...”

“Su caro, è ora di fare la nanna, per oggi

basta computer, basta Roberta, basta fiabe". La mamma si avvicinò al letto mentre la sedia a rotelle di Martino scivolava in bagno spinta dal babbo.

"Allora, ometto, mi hanno detto che fai qualche capriccio a studiare, è vero?" Chiese il papà mentre lo alzava dalla sedia.

Il ragazzo non rispose subito, ma aggrappandosi al collo del genitore, gli si strinse piangendo.

"E no, gli uomini non piangono! Hai bisticciato con Roberta? Su, su ora basta, vedrai che la prossima lezione andrà benissimo".

Martino baciò sulla guancia il papà e si lasciò vestire per la notte, lasciando credere della lezione, ma le lacrime erano rivolte alla sua infermità.

"Buona notte, sogni d'oro".

"Notte mamma, notte papà".

Martino faticò ad addormentarsi, il pensiero del domani lo tormentava e quella sera nemmeno la fantasia del suo drago e la bellezza della principessa lo aiutarono.

"Il drago ritornò nella sua caverna segreta, felice di aver salvato la principessa, anche se il suo istinto gli suggeriva di stare attento. Al villaggio c'erano pastori che lo volevano morto. Molte pecore erano scomparse e davano la colpa a lui. Se avessero trovato il suo rifugio e avessero chiesto l'aiuto della strega Thea, forse anche la sua forza non sarebbe bastata..."

Martino si svegliò all'improvviso. Una luce fredda rischiarava le coperte e la stanza era invasa da un biancore metallico. Il ragazzo si sedette sul letto facendo forza con le braccia e cercando di capire la fonte di quel bagliore.

"Il monitor è acceso, eppure ieri sera l'ho spento e...ma sullo schermo cosa c'è scritto?... *il drago ritornò nella sua caverna segreta,....* questo non lo ricordo, la fiaba non dice che aveva paura della strega, anzi".

"Questo lo dici tu, anche noi abbiamo paura, cosa credi. L'autore ci descrive sempre invincibili e potenti, ma non è vero".

Martino rabbrivì, chi parlava? Nella stanza era solo, eppure qualcuno si era rivolto a lui. Le gambe non funzionavano, ma le orecchie sì, perbacco.

"Scusami, non vorrei spaventarti, forse è meglio che mi faccia vedere, così ti tranquillizzi" e lentamente dallo schermo acceso uscì, scostando le lettere che continuavano ad apparire, un drago tutto verde, con tanto di ali e coda fluttuante.

Martino non ebbe paura, anche se l'emozione e lo stupore gli acceleravano i battiti del cuore.

"Chi...chi...sei?"

"Dovresti conoscermi, mi stai cliccando da giorni, sei sempre lì con il viso incollato alle mie avventure. Mi pareva bello venirti a trovare di persona. Dovrebbe venire anche la principessa, ma il principe suo sposo ha sempre da ridire. Sai come sono questi regnanti, capricciosi e gelosi. Siamo tutti un po' diversi da come ci descrivono, e anche nelle fiabe non finisce sempre tutto bene".

"Come non finisce bene! Il bene non vince sempre contro il male?" Chiese il ragazzo già dimentico della sorpresa ed eccitato dall'incontro.

"Sì, sì, il bene vince sempre da che mondo è mondo, altrimenti perché ci sarebbe Dio? Ma spesso si trova nascosto e lontano e non sempre si può godere".

"Vuoi dire che anche quando tutto sembra brutto e cattivo da qualche parte ci sta il bello e il buono?" Chiese Martino cercando di appoggiarsi alla spalliera del letto.

"Bravo, è proprio quello che volevo farti capire. Prendi me per esempio, i pastori vogliono uccidermi perché credono che io sia cattivo e che le loro pecore le abbia fatte sparire io".

"Non è vero - disse Martino alterato - tu sei buono e non fai queste cose, e poi sei così grande che non hai certo paura di loro!"

"Proprio così, ma tu lo credi perché mi vuoi bene e hai fiducia in me, loro invece pensano che la colpa sia mia. Anch'io ho paura sai e, come vedi, non sono tanto grosso come tu pensavi. Può anche darsi che quando troveranno il vero colpevole per me sia troppo tardi".

Il ragazzo capì ma non condivise, per lui era troppo complicato e guardando il suo idolo negli occhi vide una lacrimuccia.

"Ma, ma i draghi non piangono!"

"E chi lo dice? Dentro la tua fiaba non c'è scritto, ma noi, quando stiamo male o

soffriamo, piangiamo, proprio come te”.

“Io non piango per paura, piango perché non posso fare quello che fanno gli altri ragazzi della mia età. Tu non lo sai, ma io non posso camminare e sono costretto a stare tutto il giorno su una sedia a rotelle”. E mentre lo diceva, un velo di lacrime gli annebbiò la vista.

“Lo so, noi draghi sappiamo tutte le storie dei bambini. Di te conosco molto bene la passione che nutri per le fiabe e l’ammirazione che hai per noi, ed è proprio per questo che sono qui e mi puoi vedere”.

“Dici sul serio? - domandò stupito Martino - solo io ti posso vedere e parlare?”

“Eccome. Nessuno può farlo, solamente uno come te che ci crede!”

“Ma dimmi - continuò il ragazzo - riesci a soffiare il fuoco dalla bocca?”

“Certamente! Io però sono di una razza che il fuoco lo soffia dal naso, ma il risultato è uguale, dipende solamente dall’insegnamento che abbiamo avuto quando eravamo piccoli. Vuoi vedere?”

“Accidenti se voglio vedere! Fai solo attenzione di non bruciare qualche cosa, altrimenti la mamma si arrabbia”.

Martino non ebbe il tempo di finire che dalle narici del drago partirono due scariche di fuoco, come la fiamma di un accendigas, lasciando due strisce nere sul comodino da notte.

“Uaoo! Fallo ancora ti prego, è troppo figo!” Martino era estasiato, e quando rivide altre due scariche restò senza parola.

“Ti è piaciuto? Hai visto? Dal naso le fiamme escono meglio”. Disse soddisfatto il drago.

“E potresti anche volare?”

“Sicuro! Che drago sarei se non lo facessi?”

*(fine della prima parte...
sai attendere fino ad ottobre?)*

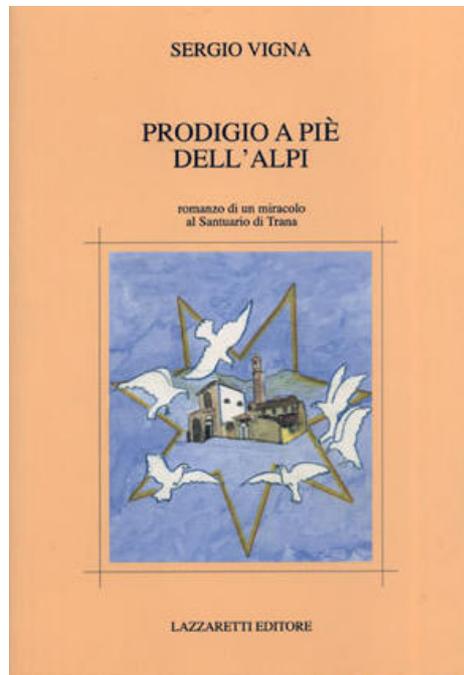
Sergio Vigna

LET'S PLAY TOGETHER



Sergio Vigna è nato a Torino nel 1945 e vive a S. Bernardino di Trana dal 1969.

Coniugato, con due figlie sposate e due nipoti, Sergio Vigna ha sempre scritto, ma solamente dal 2000, anno in cui ha smesso di girare l'Italia e parte d'Europa come direttore commerciale di un'azienda tessile, si è dedicato in modo più continuativo alla scrittura. Il suo primo libro è stato per ragazzi, "Rasim", seguito dal primo libro per adulti, "Prodigio a piè dell'Alpi" (introduzione di Federico Audisio Di Somma) e dal suo secondo libro per adulti, "La lunga strada" (introduzione di Alessandro Barbero). In questi anni Sergio Vigna ha scritto molto per giornali ed associazioni, vincendo premi letterari regionali e scrivendo una pièce teatrale rappresentata al teatro Juvarra di Torino. Ha appena terminato un nuovo romanzo per adulti che uscirà in autunno.



A Pratovigero (Pravigé) sarebbe meglio esserci stati, almeno una volta, in pellegrinaggio. Frazione di Trana, borgata fantasma, Pratovigero è una specie di far west in val Sangone. Se non fosse così fuori mano, così malridotta, così autentica, il forestiero potrebbe immaginare che qualcuno l'ha costruita con lo scopo di set cinematografico e subito abbandonata per fallimento della produzione.

Nessuno la andrebbe a cercare nella Guida Michelin. Ma qualcuno vi capita, per abitudine, per scelta o per caso, e può perfino succedere che, in una certa condizione d'animo, la porti impressa in un particolare tabernacolo della memoria. E se è in grado di ascoltarne il genius loci può anche avvenire che ne diventi il trovatore.

A Sergio Vigna è successo. La pioggia, il trovare riparo in una baita abbandonata, una pietra mossa per caso, una scatola di biscotti arrugginita, un vecchio libriccino, una cronaca sul punto di squagliarsi in polvere: ecco l'idea letteraria. Pratovigero ha generato dalle sue rovine un racconto, quasi volesse dare voce alle sue creature, desiderando suggerirlo al viandante scrittore. Nasce Rinaldo, protagonista d'invenzione, e con lui il miracolo di una novella che reca il gusto e la sensibilità delle buone cose antiche...

Federico Audisio di Somma

I personaggi di Sergio Vigna sono imprigionati in una situazione tristemente emblematica della nostra epoca: un matrimonio fallito, una figlia indesiderata, una relazione clandestina, il trauma della separazione, i disturbi comportamentali.

Ma da questo groviglio soffocante la storia decolla per un viaggio minuziosamente realistico eppure favoloso.

Partendo da solo in caravan con la sua bambina che non parla più alla ricerca del paese di Babbo Natale, Filippo non sa neppure lui se sta fuggendo da un dolore insopportabile o inseguendo una guarigione non prevista da nessun medico.

La risposta arriverà nel gelo del nord, con un incontro che ribalterà le parti e trasformerà Corinna nella vera protagonista del romanzo.



Al tempo della guerra fredda

Sergio Vigna -dopo Prodigio a piè delle Alpi e La lunga strada- torna al romanzo con un'opera che non tradisce le attese dei suoi affezionati lettori, e insieme li sorprende per la trama inaspettata.

Siamo nell'estate del 1989: Marisa e Guglielmo sono una coppia sui quarant'anni che, pur vivendo un menage coniugale un po' stanco e sfiorito, è unita da un affetto stagionato e dalla passione per i viaggi, e pertanto decide di trascorrere le ferie, con auto e caravan, nei Paesi dell'est europeo. La scelta delle mete è opera del marito, ammiratore fervente e senza riserve delle teorie marxiste, che immagina applicate al meglio nei "paradisi" socialisti, mentre la moglie, più critica e forse più informata, pur nutrendo al riguardo parecchie perplessità, si è tuttavia piegata alla proposta per rassegnata condiscendenza e per non mettere in crisi l'equilibrio dei rapporti.

La prima parte della storia è una sorta di accurato e interessante taccuino di viaggio, in cui Marisa e Guglielmo, attraverso le occasioni, gli incontri e le novità in cui si imbattono, trovano parziali conferme o smentite delle loro precedenti convinzioni, che esternano in pacati ma continui battibecchi.

Ma dopo questa parte iniziale (che il lettore avveduto intuisce essere propedeutica a quanto seguirà), la vicenda vira lentamente e inesorabilmente verso il filone della spy story ambientata nei tempi e luoghi privilegiati della cosiddetta guerra fredda. A Berlino est infatti la nostra coppia si troverà coinvolta in una ragnatela di movimenti e personaggi ambigui, in cui nulla e quasi nessuno, come si scoprirà alla fine, è veramente quello che sembra: pagine incalzanti e adrenaliniche, che inducono i lettori a rimandare il sonno o le altre occupazioni per arrivare presto alla fine.

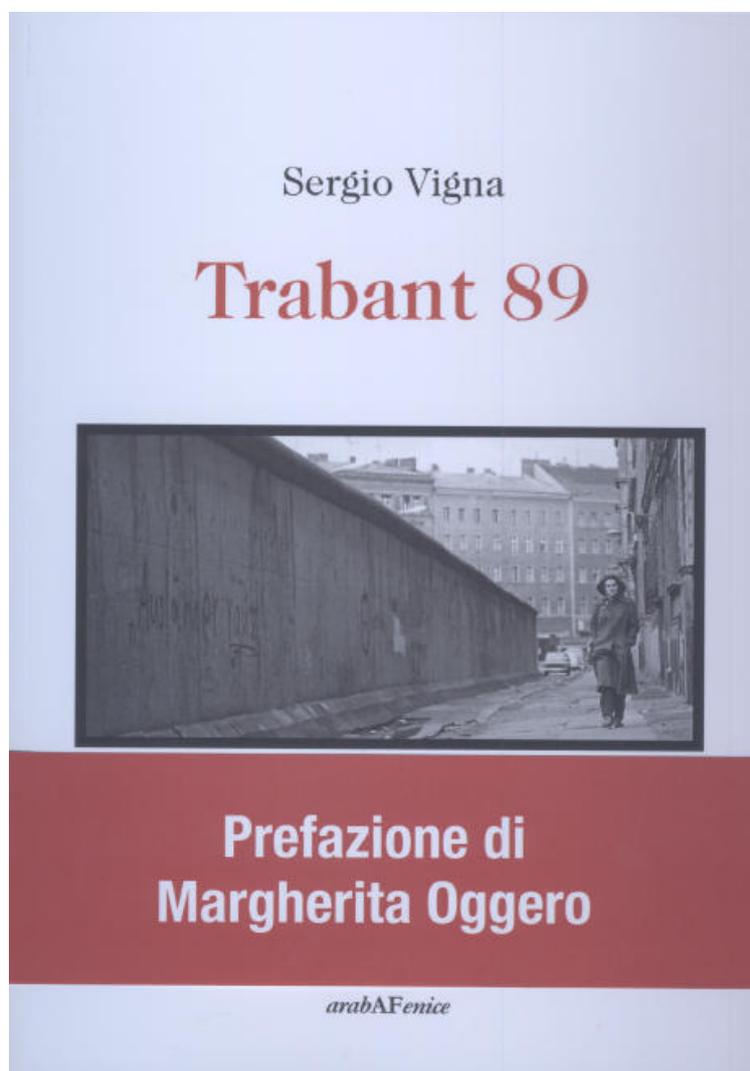
Il fascino di Trabant '89 si basa su alcuni precisi punti di forza: prima di tutto la perizia con cui l'autore è riuscito a far felicemente convivere e incernierare tra di loro due generi letterari così diversi come il racconto on the road e la spy story; la scorrevolezza di una prosa che non presenta mai punti morti, forzature e inverosimiglianze; l'autenticità dei personaggi rivelata attraverso i dialoghi e le azioni; e infine la gradualità degli snodi narrativi con la sorpresa di un exit parzialmente aperto.

Con questo libro Sergio Vigna entra con sicura autorità in un appassionante e fortunato filone che in Italia conta pochissimi validi autori, a differenza del giallo e del noir.

Margherita Oggero



E' arrivato in libreria l'ultimo romanzo di Sergio Vigna...



Terre Alte in preda a Lucifero!

L'estate 2017 è risultata più calda del 2003, così si dice.

Ricordo bene il mese di agosto del 2003 in quanto impegnata nella prima settimana con gli amici uetini a svolgere il consueto trekking estivo che era stato organizzato tra la Valle d'Aosta, il Piemonte e la Francia, partendo dal rifugio Deffeyes per il ghiacciaio del Rutor passando per il Vallone del Carrò e da lì attraversando il ghiacciaio dell'Arc sino alla Tagliata Girard scendendo al rifugio Daviso in Piemonte.

Allora ci impressionarono, sotto i nostri ramponi, i rivoli d'acqua che, pericolosamente, si creavano nelle ore meno calde attraversando i ghiacciai del Rutor e dell'Arc.

Quest'anno non ho personalmente la situazione dell'alta quota in quanto trattenuta per motivi famigliari in città, ma ho letto l'annuncio della chiusura anticipata del famoso rifugio Gonella sul versante italiano del Monte Bianco a quota m. 3071 per motivi di penuria d'acqua.

I nevai dai quali il rifugio attinge l'acqua si sono esauriti durante questa estate siccitosa e così il rifugio è stato chiuso ancora in piena attività. Non solo, ma la mancanza d'acqua ha reso anche impraticabile la via normale italiana al Bianco per via dei crepacci troppo aperti sui ghiacciai del Dôme e del Miage.

Già nel luglio 2013, in occasione dei 120 anni dell'Unione, per il quale evento mi resi propositrice dell'itinerario che porta al rifugio, i gestori ci confidarono il prossimo futuro del Gonella volto alla chiusura. Non pensavo però così presto!

La lingua di fuoco portata da Lucifero, direttamente dal deserto algerino, ha raggiunto questa estate la sua massima potenza recando con sé clima rovente con ulteriore aggravamento della siccità anche in Piemonte, come nel resto d'Italia.

Non sono state risparmiate le nostre terre alte, tanto da far lievitare la colonnina del termometro a non meno di 30 gradi nelle ore calde della giornata. Del resto, lo zero termico durante tutta l'estate 2017 è stato molto alto. Tant'è che il professor Martin Funk del politecnico di Davos, uno dei massimi glaciologi mondiali, ha evidenziato la necessità di osservare con attenzione il



Terre Alte *Riflessioni sull'ambiente alpino*

mondo della roccia e del ghiaccio, che versa in agonia.

Così deve diventare l'uomo di montagna, un osservatore del territorio! Per poter capire le ricadute dei cambiamenti che stanno avvenendo occorre osservare, guardare con attenzione il territorio poiché il cambiamento è rapido e secondo Funk "dovete saperlo vedere e trasmettere subito". Infatti, già nel giugno scorso, con lo zero termico a 5000 metri, non c'è stata più una sola parte della penisola italiana votata al gelo.

Neppure in vetta all'Europa, sulla cupola sommitale del Monte Bianco. Il professore ha sostenuto che l'agonia è cominciata vent'anni fa, ma la svolta è stata l'estate del 2003, quando l'inclemenza del meteo ha cominciato "a far rima con febbre, non con bufere".

Nel mese di agosto, causa l'andamento climatico particolarmente siccitoso delle nostre Terre alte e le elevate temperature, il comparto agricolo piemontese è stato messo a dura prova. In particolare, a livello regionale, è stato sollevato l'allarme per la difficile situazione vissuta dai malgari in alta montagna. Sono stati costretti ad anticipare il rientro dagli alpeggi per lo scarseggiare del foraggio in alta quota e per la sua non buona qualità.

Non solo, ma il manto erboso, reso secco dalla mancanza di acqua, ha reso pericoloso per le vacche pascolare senza scivolare lungo i pendii.

Dunque, si è verificata la necessità di rientrare prima dagli alpeggi. Questa esigenza si è scontrata con gli obblighi collegati ai premi della domanda unica e della misura del Programma di sviluppo rurale 2014-2020.

Infatti, questi richiedono, per non incorrere in sanzioni, rispettivamente 60 e 90 giorni di pascolo effettivo.

Ciò significa che occorrono almeno 90 giorni di pascolamento in quota necessario per ottenere i premi della politica agricola comunitaria a sostegno degli allevamenti in



<<BELLUNO.
In arrivo dalla Regione le cisterne per lo stoccaggio dell'acqua potabile per gli ospedali e non potabile per altri usi, come quello dell'irrigazione.
Nel frattempo i sindaci dovranno informare in modo più capillare la cittadinanza sulle misure per evitare gli sprechi. Obiettivo: creare maggiore consapevolezza sull'uso dell'acqua, un bene prezioso che ormai inizia a scarseggiare. In quest'ottica, è stato dato il via libera affinché vengano utilizzati i controlli di vicinato anche per vigilare su usi anomali dell'acqua.>>

alta montagna. Da qui l'annuncio di richiesta alla Regione di valutare eventuali deroghe o azioni per non far decadere le domande presentate dai malgari sulle due misure.

Di fronte a questa emergenza climatica, si rende necessaria una pianificazione strategica delle risorse idriche, una programmazione di interventi che tengano conto anche dello scioglimento veloce della neve in alta quota, magari realizzando piccoli invasi in ciascuna vallata, in modo da garantire l'uso potabile, la produzione idroelettrica, il rilascio estivo per l'agricoltura, l'irrigazione di pascoli in quota.

Non dobbiamo dimenticare anche la necessità di fruire di risorse idriche in caso di incendi e calamità. Si rende dunque importante immagazzinare e stoccare l'acqua.

Indubbiamente, si sta imponendo sempre più l'urgenza di approntare una strategia globale che colleghi progetti che coinvolgono la montagna a progetti rivolti alla pianura. Dunque piccoli interventi rivolti alle economie locali, perché l'acqua è, da sempre e ancora di più in questi periodi di siccità, l'oro blu della montagna.

L'uso consapevole ed organizzato della risorsa idrica permetterà di ottimizzare gli sprechi, ma questo vale non solo per l'acqua, ma anche per le foreste, per i prati destinati a pascolo, per l'ambiente e per il paesaggio.

Se da un lato Lucifero ha aggravato la siccità

anche nelle Terre alte piemontesi, dall'altro ha richiamato l'attenzione di tutti noi sul valore inestimabile dei territori montani e delle ricchezze naturali di cui godiamo senza essere troppo consapevoli qualora venissero meno.

Per la salvaguardia di queste ricchezze dobbiamo adottare un approccio alla montagna più rispettoso, più consapevole delle risorse che la Natura ci ha regalato, indispensabili per il nostro benessere psico-fisico.

Laura Spagnolini

Quando si tratta di comprendere i perché e i percome del clima c'è una quantità infinita di cose che bisogna apprendere, ma la vita concede solo un tempo limitato nel quale impararle.

*Raymond T. Pierrehumbert
Planetary Climate, 2009*

Giulia Gino è nata e vive in Val Sangone. Fin dall'infanzia ha sviluppato grande interesse e passione per la scrittura, producendo poesie e racconti con i quali ha partecipato a numerosi concorsi letterari, collocandosi tra i primi classificati. Si è laureata al D.A.M.S. di Torino specializzandosi in teatro.

Dopo la laurea specialistica ha intrapreso la carriera di scrittrice, affermandosi come autrice emergente nel panorama letterario e facendosi notare per il suo stile semplice e fresco e per l'accurato ritratto psicologico dei personaggi.

Lavora come organizzatrice di eventi per una compagnia teatrale piemontese.

Nel 2010 ha pubblicato il suo primo romanzo "Fragile come un sogno", di cui "Ritournerà settembre", edito nel 2013, è il seguito ideale: i giovani protagonisti del primo romanzo sono cresciuti e si trovano alle prese con realtà e sentimenti più complessi.

scrittricedavenere@gmail.com
<http://lascrittricedavenere.blogspot.it/>

Bruciare di passione e non poterne fare a meno, a qualsiasi costo: ne conoscono bene il rischio i protagonisti di questa romantica storia d'amore ambientata a Torino.

Nell'incantato mondo dei diciottenni, dove tutto appare ancora possibile, Filippo e Martina imparano ad amarsi e a conoscere le sconfinata sfaccettature di una relazione: attraverso la scoperta l'uno dell'altra riconoscono le loro stesse identità, vivendo in un sogno che mai avrebbero potuto immaginare.

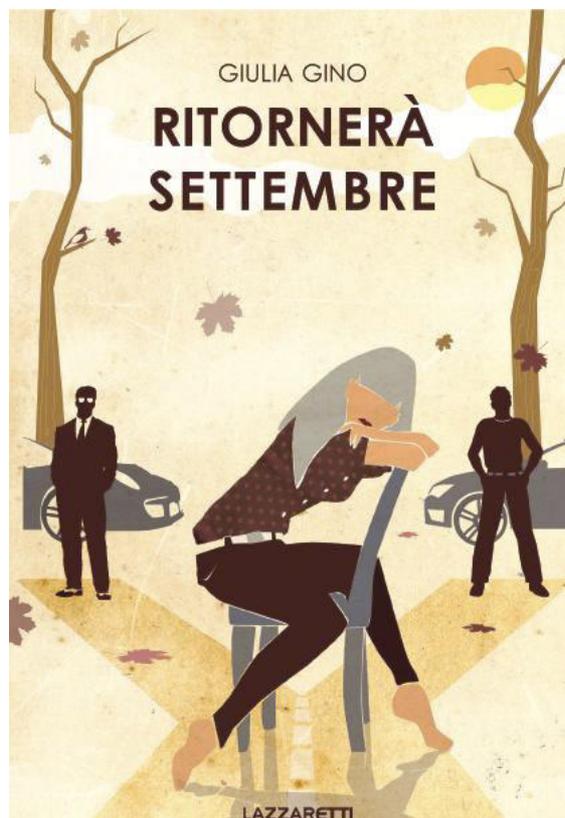
Ma la realtà, là fuori, è ben diversa e le loro stesse vite, troppo distanti per stato sociale e idee, si scontrano con la quotidianità di ognuno.

I sogni sono fragili e la passione non perdona: il destino a volte può avere la meglio sui nostri desideri.

Martina, giovane studentessa universitaria, distrutta dalla fine della sua storia d'amore con Filippo, e per questo chiusa a riccio nei confronti del mondo per paura di dover soffrire nuovamente, incontra Alberto, uomo misterioso, sicuro di sé e ambiguo, che, determinato a conquistarla, vince le sue resistenze dominandola con la sua personalità magnetica.

Ma Filippo, il suo primo amore, non si rassegna a perderla ed è disposto a rischiare la vita pur di riconquistarla.

Le loro vite s'incroceranno in un curioso gioco del destino che cambierà le loro esistenze perché ognuno dovrà fare i conti con se stesso e niente e nessuno sarà più uguale a prima.



Un grave incidente e una forte depressione e Luca si chiude totalmente al mondo. Il destino sembra segnato, ma inaspettatamente una mano consapevole offre aiuto: arriva la voglia di rimettersi in gioco e, attraverso una rinnovata conoscenza di sé, di credere in una nuova opportunità di vita.

Il giovane protagonista di queste pagine, azzuffandosi per questioni sentimentali con un collega si procura gravi ustioni su tutto il corpo e deve subire numerose operazioni ed estenuanti sedute di riabilitazione. Lo assale la depressione e per ritornare al lavoro gli viene imposto un trattamento psicologico con un'eccentrica e giovane terapeuta che lo riavvicina alla natura, allo sport, alla spiritualità e ai valori profondi della vita.

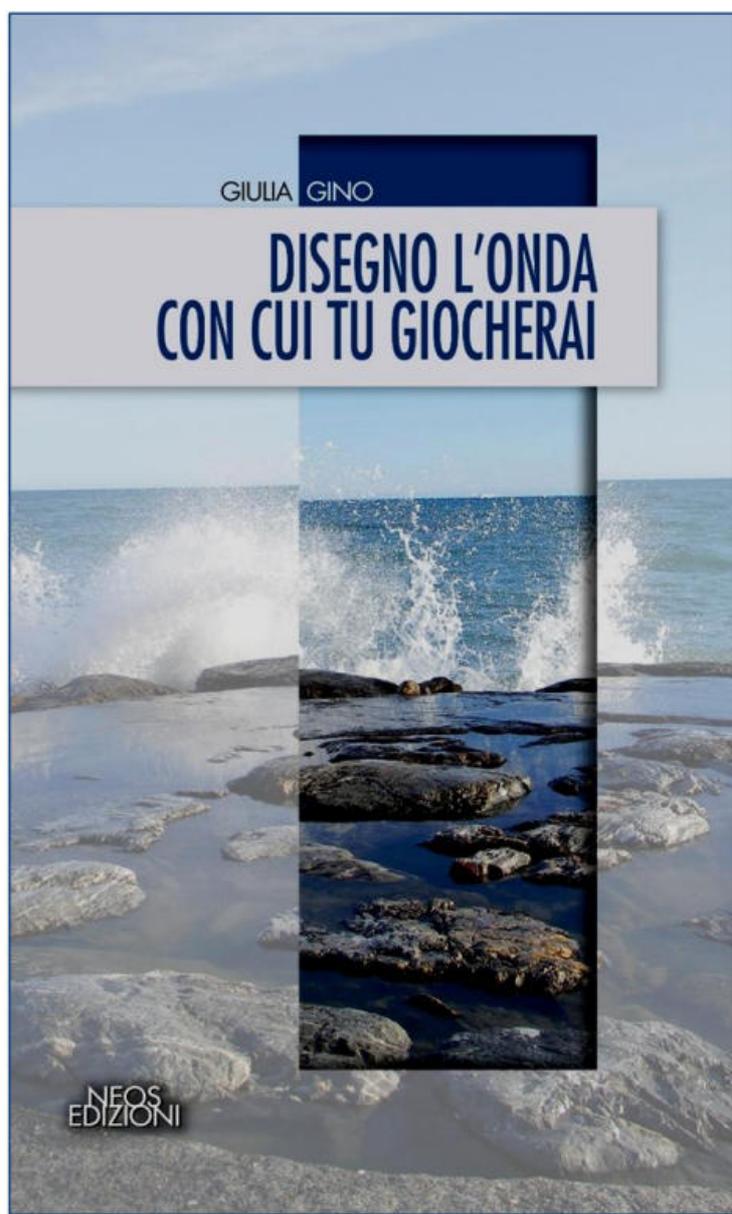
Da cinico e disperato qual era, Luca si trasforma pian piano, affronta le sue paure e i suoi sensi di colpa, inizia ad accettare quanto gli è successo e riprende in mano la sua vita. Quando Rebecca, la psicologa di cui si è innamorato, lo abbandona misteriosamente, egli inizia per rintracciarla, una "caccia al tesoro" a ritroso dove trova gli indizi per ricostruire la vita di lei.

Suggestivo romanzo di formazione, questo libro individua nella ricomposizione delle diversità in una comprensione reciproca, un percorso di crescita valido per i protagonisti e per tutti quelli che si dibattono in strettoie esistenziali. Con uno stile fresco e ricco d'incanto l'autrice riesce a dare vita con semplicità e naturalezza ad una storia realistica fatta di crescita, accettazione della sofferenza e grande ottimismo. Un messaggio significativo che sarebbe importante diffondere.

... Luca guardava la sua psicologa. Quegli occhi verdi si infiammavano di ebbrezza quando parlava, come esaltati. Lei credeva profondamente a ciò che gli insegnava. Non era come un professore che spiega storia a degli allievi svogliati, rassegnato ormai all'impossibilità di catturarne l'attenzione. Lei carpiva la sua attenzione, la faceva sua, gestendola attraverso le sue mani come fosse gelatina che si scioglieva al contatto del calore. Nonostante la cocciutaggine del suo allievo, Rebecca continuava imperterrita a dimostrargli che ciò che lei gli spiegava era vero, che poteva avere dei riscontri tangibili nel reale, che prima o poi sarebbe riuscita ad appassionarlo e a coinvolgerlo in questo gioco del "conosci te stesso socratico ..."



E' arrivato in libreria l'ultimo romanzo di Giulia Gino...





***Benvenuti al
CAMPO BASE TOESCA!
test dei materiali FERRINO Outdoor***

Anche quest'anno siamo operativi con il campo base Ferrino.

Volete farvi un'esperienza in tenda ma il materiale pesa?

Volete comprare una tenda ma non sapete quale?

Potete venire al Toesca e dormire in tenda con materassino e sacco a pelo che vi daremo noi... e se lo desiderate potrete "affidarvi" al rifugio per la cena e la colazione, il pernottamento non costa nulla!

Potrete così partecipare al test dei materiali Ferrino, compilando il giorno seguente una piccola tabella di gradimento che ci aiuterà a migliorare ulteriormente i materiali della linea FERRINO Outdoor.

Cosa aspetti a prenotare una notte in tenda a 1.710 metri ?!

Il campo sarà attivo fino al 10 settembre.

per info e prenotazioni: Marco Ghibaudo

tel. 0122-49526

mail. ghiba89@gmail.com, info@rifugiotoesca.it

Ce bielis maninis

*Ce bielis maninis, maninis d'amor
lis à fatis la mama to.*

*Va ju, va plan sta fer cu lis man
ohi bambinute d'amor*

Ohi bambinute d'amor

Villotta Ladino-Carnica è stata armonizzata da Gino Mazzari del Coro CAI UGET TORINO, e su concessione dello stesso coro, viene introdotta nel repertorio del Coro Edelweiss, che la esegue in vari concerti.

L'esecuzione inizia con un pedale a voce muta da parte delle voci gravi, a seguire entrano le voci alte che narrano il canto con tempi variabili da 3/4 a 4/4.

Tutte le 4 voci ritornano dall'inizio con il muto e riprendono il canto da VA JU.



Andiamo ora a spiegare che cos'è la "Villotta".

La Villotta è una composizione polifonica legata all'antica tradizione del canto popolare friulano.

Non troppo dissimile dal primo "Lied" tedesco, si diffuse in Friuli a partire dal XV secolo. Le Villotte sono caratterizzate da un breve testo poetico popolare, spesso frutto d'improvvisazione.

I testi, tramandati oralmente, erano frequentemente modificati a seconda del gusto personale.

Proprio per mantenere vivo il canto il più a lungo possibile, spesso le parole venivano inventate sul momento oppure era uso abbinare testi differenti ad una medesima melodia (ma anche utilizzare le stesse parole accompagnate da ritmi differenti).

Vista la natura armonica della Villotta, sarebbe lecito pensare che questa fosse nata per essere cantata "in coro", molto più spesso veniva, invece, cantata in piccoli gruppi spontanei, e ancora più sovente a due voci.

La trascrizione più antica di una canzone friulana riporta la data del 14 aprile 1380. Il testo della canzone era stato inserito in un atto rogato avvenuto in quell'anno a Cividale.

La ballata è nota come "Piruç myò doç inculurit".



Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

https://www.youtube.com/watch?v=tZ1v_fsM4R0



Sarà comunque necessario aspettare *Ermes di Coloredo* (Colloredo di Monte Albano, 1622 – Gorizzo di Camino al Tagliamento, 1692) affinché la Villotta passi da fenomeno di tradizione orale a produzione compositiva d'autore.

Le prime raccolte di Villotte furono realizzate a partire dal 1865 per i versi e dal 1892 per quanto riguarda la musica.

I soggetti prediletti delle Villotte sono: l'amore, la natura, l'invito sessuale, il sarcasmo, la canzonatura, la rivendicazione, la guerra, l'emigrazione.

La raccolta più nota è quella di *Adelgiso Fior* (1954, Milano, ristampa anastatica Ass.Culturale Fûrclap 2003) che censisce circa 400 Villotte friulane.

Tuttavia si ritiene che le Villotte siano molte di più, circa 600 con oltre 1700 varianti!

Il 16 Novembre 2014 a Tokyo, il coro "Fantasia" dell'Università musicale Senzoku ha presentato un medley di villotte in marilenghe.

Trattasi della prima esibizione in lingua friulana di un coro nipponico.

Valter Incerpi



*Nasce nel 1950 il **Coro Edelweiss** del CAI di Torino, da un gruppo di giovani ed entusiasti amanti del canto di montagna. Conta oggi 35 elementi, tutti rigorosamente dilettanti. Nella sua lunga storia, ha visto passare oltre 180 coristi, 5 diversi maestri, ha eseguito centinaia di concerti in Italia e all'estero e inciso numerosi dischi e CD. Il Coro Edelweiss intende portare il proprio contributo alla salvaguardia e alla conservazione del formidabile patrimonio artistico e culturale del canto di montagna. Il repertorio del Coro, che spazia su tutta l'ampia produzione dei canti tradizionali alpini, è di circa 150 brani, di cui una trentina con armonizzazioni proprie.*



Coro Edelweiss del CAI di Torino

Cerchiamo coristi!

**Ti aspettiamo tutti i martedì alle ore 21
presso la Sala degli Stemmi
al Monte dei Cappuccini**



Un Monviso raccontato in modo diverso. Inserito, nell'affascinante storia del pianeta alpino. A partire dal Neolitico – quando le alte terre ai piedi del Re di pietra apparivano simili a una vera e propria “officina” per la lavorazione delle giade alpine – ai giorni nostri. Passando attraverso la cultura “orofoba” dell’antichità classica, i secoli del Medioevo (nel 1480, a un tiro di schioppo dal Viso, venne scavato il primo tunnel delle Alpi), l’“invenzione” settecentesca della montagna, l’inizio e lo sviluppo dell’avventura alpinistica. Fino al 1861, quando la gigantesca piramide rocciosa che domina la pianura padana fu scalata per la prima volta dall’inglese William Mathews.

Una salita di grande interesse, ripetuta l’anno successivo da un altro britannico, Francis Fox Tuckett. E di nuovo nel 1863, allorché fu finalmente portata a termine la prima ascensione interamente italiana, capeggiata da Quintino Sella. Un evento assai significativo che di lì a poco – erano gli anni del Risorgimento e della nascita del nuovo Stato unitario – sfocerà nella fondazione del Club Alpino Italiano e diffonderà ovunque la “febbre del Monviso”. Una sorta di “mal di montagna” dal decorso benigno che, con il passare del tempo, consentirà agli alpinisti di intrecciare una lunga storia d’amore con l’icona più bella delle montagne del Piemonte. Salendolo da ogni lato, seguendone le creste, solcandone le pareti e insinuandosi nei suoi canali, anche quelli meno evidenti, percorribili solo per poche settimane l’anno, quando le condizioni della neve e del ghiaccio lo consentono. Fino alla contemporaneità e al momento in cui, accanto alla moltitudine delle vie di salite, ha cominciato ad affacciarsi sulla ribalta del “Viso” lo sci ripido. Dapprima timidamente e poi con discese spettacolari e sempre più frequenti.

Ma il Monviso non è solo alpinismo. È molto di più. È un universo in cui la natura fa sentire ancora oggi, come un tempo, il suo respiro profondo. Un mondo a sé dove, attraversando gli ambienti e i paesaggi più diversi – antichi boschi e praterie, laghi, corsi d’acqua, torbiere e pietraie – si possono incontrare gran parte degli esseri viventi che abitano le alte quote. Dai grandi ungulati alle marmotte, dai rapaci ai galliformi, dall’ermellino alla rara Salamandra alpina di Lanza, simbolo della biodiversità della regione.

E se il presente non sembra sufficiente ad esaurire la curiosità del visitatore che percorre la regione, si possono sempre cercare i segni del passato. Quello arcaico, scandito dai tempi della geologia. E poi l’avventura del popolamento preistorico. Ma anche le vicende che riguardano secoli assai più recenti – la storia del Marchesato di Saluzzo, la Repubblica degli Escartons, la



E’ arrivato in libreria l’ultimo libro di Roberto Mantovani...



diffusione dell’antica lingua d’oc, elemento unificante di tutte le valli intorno al Monviso, comprese quelle al di là della linea di confine. Insomma, un’infinità di fatti, eventi e realtà differenti che, collegati tra loro, sono in grado di dar vita a una narrazione affascinante. Un racconto che ha il suo fulcro nella cuspide di una bellissima montagna di 3841 metri, sospesa sul crinale delle Cozie, tra i severi massicci delle Alpi nord occidentali e le valli che, più a sud, si avvicinano gradatamente al mare. Una storia che si può apprendere solo spostandosi con il passo lento dell’escursionista, e magari pernottando nei rifugi alpini disseminati nel territorio di quello che è da poco diventato un importante Parco regionale naturale, collocato all’interno delle Riserve della Biosfera dell’Unesco.

Roberto Mantovani, Monviso L’icone della montagna piemontese
pp. 208, euro 39,90, Fusta Editore, Saluzzo 2016

Il libro si avvale anche dei contributi di Stefano Fenoglio (per l’ambiente naturale), Enzo Cardonatti (per lo sci ripido) e Alberto Costamagna (per la geologia).

La Cucina popolare della Campania

La Campania possiede una delle tradizioni culinarie regionali più antiche, oltre che più ricche, dell'intero panorama gastronomico mondiale.

Dalla Campania arrivano prelibatezze gastronomiche divenute universali, nate da una Terra di eccellenza nelle bio-diversità e nota sin dall'antichità per le sue peculiari caratteristiche climatiche a cui si è aggiunto, nei millenni, l'opera fertilizzante dei molti vulcani presenti sul territorio.

La Campania ha avuto la fortuna d'esser stata un privilegiato crocevia di popoli e di culture del Mediterraneo (che gli antichi romani chiamavano "Campania Felix") e tutto ciò ha contribuito a renderla in questa parte della penisola un territorio per molti versi unico al mondo dal punto di vista agroalimentare.

La Campania è la Patria della dieta mediterranea, della pizza, delle salse di pomodoro, della pasta alimentare e del gelato, oltre che di molte altre specialità gastronomiche, oggi conosciute e apprezzate in tutto il mondo.

Detto tutto ciò, se ancora non sono riuscito a "spaventarvi" con le responsabilità che questo mese vi accollerete nel cimentarvi ai fornelli con questa straordinaria cucina regionale... beh, allora avanti e buona fortuna con le ricette (facili ed antichissime) che questo mese la mia rubrica vi proporrà.

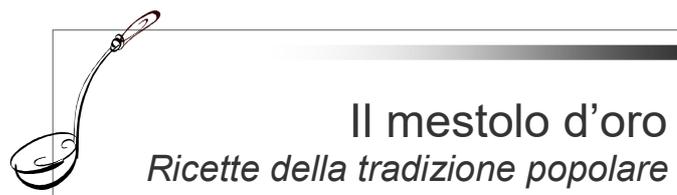
Occhio però, perchè tutto il mondo "partenopeo" (e non solo) vi giudicherà!...

Alici alla Scapece

Antipasto a base di acciughe tipico di Napoli e della Campania

INGREDIENTI (per 4 persone)

- 500g di acciughe piccole
- olio d'oliva
- 1/2 bicchiere di aceto di vino
- 2 spicchi di aglio
- pepe
- origano
- 1 ciuffo di prezzemolo tritato (facoltativo)



PREPARAZIONE

Lavate 500 g di alici piccole e, dopo averle infarinate, friggetele in olio bollente.

Scolatele quindi su fogli di carta assorbente, salatele e sistematele ben pressate in una terrina.

Intanto fate bollire in un pentolino 1/2 bicchiere di aceto con 1 bicchiere d'acqua, 2 spicchi d'aglio, pepe e origano a piacere.

Dopo pochi minuti togliete il liquido dal fuoco e versatelo ancora caldo sulle alici.

Lasciate marinare almeno 1 giorno e aggiungete, volendo, un ciuffo di prezzemolo tritato.



Pizza Margherita

La pizza Margherita deve il suo nome alla regina Margherita di Savoia.

Infatti fu Raffaele Esposito, pizzaiolo della pizzeria Brandi (tutt'ora in attività, potete visitarne anche il sito internet) a creare questa pizza nel 1889 in onore della regina, in visita nella città di Napoli.

Condita con pomodoro, mozzarella e basilico che rappresentavano la bandiera italiana, delle tre pizze create dal pizzaiolo Napoletano per l'evento, la Margherita fu la più apprezzata dalla regina.

INGREDIENTI (per 1 pizza del diametro di 30 cm)

Passata di pomodoro densa 500 ml circa

Mozzarella di bufala o Fior di latte 600 gr

4/5 foglie di Basilico

Olio extravergine di oliva q.b.

Sale q.b.

1 panetto di pasta per la pizza clicca qui per leggere come preparare l'impasto

PREPARAZIONE

Per iniziare versate la passata di pomodoro in una ciotola e conditela con 2 cucchiaini di olio e un po' di sale.

Stesura dell'impasto

Questo passaggio è molto importante perché oltre a dare la forma finale alla pizza, viene spinta l'aria che è contenuta nell'impasto verso il cornicione, con una doppia funzione: fare in modo che questo aumenti maggiormente di volume ed evitare le formazioni di bolle di aria nella parte centrale della pizza margherita.



Pizza Margherita

Tale procedura andrà realizzata sempre su una spianatoia (coperta con un velo di farina) sfruttando le dita di entrambe le mani, con un movimento che dia l'idea (appunto) di spingere ai bordi l'aria contenuta nell'impasto, quindi premendo e ruotando più volte per ottenere un risultato uniforme. Tenete bene a mente che la parte centrale dovrà essere spessa non più di mezzo centimetro, mentre il bordo dovrà avere un'altezza compresa tra 1 o 2 cm, e il diametro della pizza dovrà essere di circa 30 cm.

Ricordiamo che la ricetta originale non ammette l'uso di alcuno strumento in questa fase, quali mattarelli o macchina a pressa a disco.

Condimento

Cospargete il disco appena ottenuto con la passata di pomodoro, e successivamente la mozzarella tritata grossolanamente, tre foglie di basilico e infine un filo d'olio con una agliara di rame col beccuccio fine. Se non l'avete, utilizzate una oliera che abbia comunque il becco fine. Dovrete aggiungerlo con un movimento abbastanza veloce, fatto a spirale, che parta dal centro del disco.

Cottura

Aiutandovi con una pala metallica, inseritela direttamente sul piano del forno a legna che abbia già raggiunto la temperatura di circa 485 °C e tenetela a cuocere per circa 90 secondi. Ricordatevi di controllare la cottura alzando un lembo dell'impasto, per verificare che non si sia bruciato. Girate di tanto in tanto il disco per farlo cuocere in maniera più omogenea, cercando di mantenere la pizza sempre nella stessa zona del forno (attenti a non avvicinarla o allontanarla dalla sorgente di calore).

Anche se la tradizione napoletana non prevede (ovviamente) l'uso di forni elettrici, bisogna anche tener conto che non tutti possono avere in casa un forno a legna, per cui se usate un fornello elettrico impostate una temperatura di 250 gradi.

Quando la raggiunge (per esserne sicuri aspettate che si spengano le resistenze) inseriteci la vostra pizza e tenetela dentro per circa 15 minuti. Se utilizzate un forno elettrico prima di condire la pizza, ponete la base in una teglia unta con un filo d'olio (senza esagerare) per non farla attaccare.

Ricordatevi di girare di tanto in tanto la vostra pizza, poiché la parte posteriore del forno si scalda di più rispetto a quella anteriore (in pratica dove c'è lo sportello).

Terminata la cottura della pizza Margherita servite immediatamente.

CONSIGLI

Sappiate che usando un forno elettrico il risultato sarà buono ma non potrà essere lo stesso ottenuto con un forno a legna.

Per versare l'olio, i pizzaioli tradizionali utilizzano l'agliara, ossia un contenitore in rame internamente stagnato, con il becco lungo e stretto, in modo da far fuoriuscire un filo d'olio sottile e continuo.

Per infornare e governare la pizza in un forno a legna si utilizzano due pale a manico lungo: una più larga di alluminio, di forma quadrata, con la quale la pizza viene infornata. Un'altra pala più piccola, tonda e di ferro, utilizzata per far ruotare la pizza nel forno in modo da farla cuocere uniformemente su tutti i lati.

Gli spaghetti alle vongole veraci

Gli spaghetti alle vongole veraci sono un primo piatto facile da preparare, ma molto prelibato, la cui buona riuscita dipende in larga parte dalla qualità dei pochi, semplici ingredienti: olio extravergine di oliva, aglio, prezzemolo, peperoncino, oltre, ovviamente, ai saporiti molluschi.

INGREDIENTI (per 4 persone)

- 400 Gr Spaghetti
- 1 Kg Vongole Veraci
- 1 Spicchio D'aglio
- 3 Cucchiari Di Olio Extravergine D'oliva
- Peperoncino Q.B.
- 1 Ciuffetto Di Prezzemolo
- Sale Q.B.

PREPARAZIONE

Per prima cosa mettete a spurgare le vongole in acqua fredda salata per 4 - 5 ore.

Scolatele facendo attenzione ad eliminare tutta la sabbia.

Ponetele quindi in una padella capiente con



Spaghetti alle vongole veraci

l'olio, l'aglio tritato o tagliato a fettine, il prezzemolo tritato (tenendone da parte un poco da unire alla fine) ed il peperoncino.

Fate cuocere a fuoco vivo, con il coperchio, rimstando di tanto in tanto. In questo modo le vongole si apriranno: quando saranno tutte aperte, spegnete il fuoco e sgusciate una parte delle vongole, lasciandone alcune intere per guarnire i piatti.

Cuocete gli spaghetti al dente, per il tempo indicato sulla confezione.

Filtrate il liquido delle vongole e rimettetelo in padella insieme a quelle sgusciate e agli spaghetti.

Fate saltare sul fuoco per 2 minuti, per far insaporire e servite decorando con le vongole non sgusciate e con qualche foglia di prezzemolo fresco.

CONSIGLI

A piacere potete unire al condimento degli spaghetti una confezione di panna da cucina, oppure qualche pomodorino tagliato a metà e fatto saltare un minuto prima di aggiungere la pasta.

Involtini saporiti di friarielli

INGREDIENTI (per 4 persone)

- 4 fette di prosciutto di maiale (circa 100 grammi ciascuna)
- 4 fasci di friarielli
- uva passa e pinoli: una bella manciata
- peperoncino: un pizzico
- farina



Involtini saporiti di friarielli

- olio extra vergine di oliva
- mezzo bicchiere di vino bianco
- dadini di pane raffermo

PREPARAZIONE

Pulite i fasci di friarielli, scegliendo le foglie più tenere e le cime; sbollentate i friarielli in acqua bollente salata per poco più di un minuto.

In una padella rosolate nell'olio uno spicchio d'aglio, aggiungete l'uva passa, i pinoli e il peperoncino.

Togliete l'aglio e aggiungete nella padella i friarielli ben premuti, e fateli cuocere altri cinque minuti, finché siano teneri ma non troppo cotti; volendo, potete aggiungere verso la fine ai friarielli anche qualche pezzetto di pane raffermo, ma non troppo duro, che si ammorbidirà ed insaporirà nell'intingolo.

Battete bene le fettine di carne e preparate con questa saporita imbottitura quattro involtini.

Infarinateli, se necessario aiutatevi a chiuderli con qualche stuzzicadenti.

Ripassateli con un po' d'olio in padella (possibilmente quella che si è già usata, ancora "profumata" di friarielli); quando la carne è rosolata, fate sfumare il vino. Il segreto sta nel non fare cuocere troppo la carne; e per questo che è necessario che le fettine siano sottili, così da richiedere un tempo breve di cottura.

Servite ben caldo, con un bel contorno di patate dorate.

La pizza figliata di Pignataro Maggiore

La pizza figliata è un dolce caratteristico di Pignataro Maggiore, confezionato dalla massaie nella particolare occasione della festa di San Vito e Nostra Signora.

E' un dolce tradizionale assai gustoso, ricco di vari ingredienti, tra i quali abbondanti pezzetti di noce e miele.

Presenta la forma di un serpente attorcigliato che viene tagliato a pezzetti: nella parte interna il dolce è formato da uno strato di pasta che gira a spirale, caratteristica questa che forse ha dato il nome al dolce, che infatti dà l'impressione di essersi "figliato", o, più semplicemente, la pizza è detta "figliata" per deformazione popolare di "sfogliata".

La pizza è buona appena cotta; ma diventa ancor più buona con il passare del tempo, sino a raggiungere il massimo del suo gusto dopo 20-30 giorni.

INGREDIENTI (per 4 pizze)

- 1 Kg di farina,
- 1 Kg. di noci tritate (pezzetti),
- 1250 g. di zucchero,
- 1 uovo con un pizzico di sale,
- 2 bustine di vaniglia,
- 1 bustina di cannella,
- 50 gr di pezzetti di cedro,
- mezzo bicchiere di olio di oliva,
- mezzo litro circa di vino bianco,
- una buccia di limone grattugiata,
- 2-3 cucchiaini di miele

PREPARAZIONE

Si parte da 1 Kg. di farina da disporre a forma circolare.

Mescolare in una scodella 1 uovo con un pizzico di sale, 2 bustine di vaniglia, mezzo bicchiere di olio di oliva, mezzo litro circa di vino bianco, un quarto di Kg. di zucchero, una buccia di limone grattugiata.

Versare il tutto nel cerchio di farina e impastare.

Dividere la pasta in quattro parti e formare le sfoglie quanto più sottili possibile di forma ovale.



Pizza figliata di Pignataro Maggiore

Preparare a parte circa 1 Kg. di noci tritate (pezzetti), mescolare i pezzetti di noce con 1 Kg. di zucchero, 2 buste di vaniglia, 1 di cannella e pezzetti di cedro.

Cospargere ciascuna sfoglia di questo miscuglio, versarvi un filo d'olio e 2 - 3 cucchiari di miele.

Arrotolare la sfoglia (per chiudere il rotolo, bagnare le estremità con vino bianco).

Versare un mezzo bicchiere di olio nel tegame e tenere circa un'ora al forno.

Tolta dal forno, la pizza va cosparsa di miele.

Mauro Zanotto



Come si viveva una volta

Tratti di vita quotidiana nel 1900-1905 al Coindo e Laietto (parte terza)

Erano i primi anni del secolo scorso (1900 – 1905) ma per gli abitanti del Coindo piccola borgata montana del Comune di Mocchie in Valle Susa era ancora il Medioevo.

Ciò che accomuna questa gente è la povertà e la paura: una miseria fiera perché capace di gesti di solidarietà e di indignazione, di chi lavora duramente nei campi 10 o 12 ore al giorno per assicurare la sopravvivenza di tutti, in un mondo comunque duro e vede minacciare la propria esistenza dalla durezza delle condizioni di vita.

I viottoli e le mulattiere, percorse da muli e asini, sono le uniche vie di comunicazione tra le borgate e il paese di fondo valle più vicino: Condove.

All'apertura del secolo nelle città permangono i segni drammatici della contrapposizione di una classe sociale, gli operai contro la borghesia che è la classe dominante aggiunta all'arretratezza femminile, dal diritto di famiglia legato al primato del marito, dalle morti per parto allo sfruttamento salariale.

Percorriamo ora la strada alla scoperta della vita al Coindo e Laietto attraverso undici tappe: *le abitazioni e la vita d'ogni giorno, la stalla (parte prima), l'alimentazione, la sera, il matrimonio, nascita e battesimo (parte seconda)*, i bambini e la scuola, i bambini e il gioco, la befana, la morte, le malattie.

I BAMBINI E LA SCUOLA

Proviamo ad immaginare in che condizioni andavano a scuola i bambini di quel tempo. Le famiglie montane pur ritenendo i loro figli braccia per il lavoro nei campi erano molto convinte dell'utilità dell'istruzione difatti mentre l'analfabetismo a livello nazionale nel 1901 era del 48%, in Piemonte scendeva al 19% ed a Torino addirittura al 13%.

Per capire la scuola italiana occorre risalire alla sua nascita, cioè alla legge Casati del 1859. Essa introduceva il principio dell'obbligatorietà e gratuità dell'istruzione primaria, nonché quello dell'obbligo ai Comuni dell'istituzione delle scuole divise in due gradi: inferiore (I e II classe) e superiore (III e IV



C'era una volta
Ricordi del nostro passato

classe obbligatoria solo nei comuni con più di 4000 abitanti).

L'istruzione era obbligatoria nel grado inferiore di due anni. L'obbligatorietà veniva però vanificata perché non c'erano sanzioni contro gli inadempienti. Molti bambini risultavano iscritti alla scuola ma poi, di fatto, la frequentavano solo quando non avevano incombenze lavorative o altre mansioni famigliari.

L'economia familiare, infatti, dipendeva molto dal lavoro minorile, allora legale a partire dai 12 anni di età: in pratica il bambino iniziava a lavorare appena poteva tenere in mano un attrezzo.

Solo la legge Coppino del 1877 sancirà l'obbligatorietà del corso inferiore della scuola elementare che da due anni passerà a tre, portando la durata totale in cinque anni (3+2) comminando sanzioni pecuniarie ai genitori che non provvedevano all'adempimento dell'obbligo scolastico dei figli.

Le scuole furono distinte in urbane e rurali e furono aboliti i direttori spirituali. Il corso elementare inferiore che durava fino ai nove

Una delle prime attività per i bambini era il trasporto dei secchi d'acqua dalla fontana a casa



anni, comprendeva le prime nozioni dei doveri dell'uomo e del cittadino, la lettura, la calligrafia, i rudimenti della lingua italiana, dell'aritmetica e del sistema metrico decimale.

Si accedeva al corso superiore di due anni per mezzo di un esame. In tale corso si studiava grammatica, storia, geografia e geometria. L'obbligo fu stabilito soltanto per il solo corso elementare inferiore, fino ai nove anni d'età, riconoscendo di fatto il lavoro infantile, diffuso tra i fanciulli d'età superiore, una necessità vitale delle masse popolari.

La legge Orlando del 1904, estese l'obbligo scolastico fino al dodicesimo anno d'età, riducendo di nuovo a quattro anni la scuola elementare, ma istituendo il V e VI anno nei comuni con più di 4000 abitanti.

Dove previsti, il V e il VI anno costituivano il corso popolare. In tale situazione, dopo il quarto anno delle elementari, con un esame, si poteva accedere alle scuole secondarie, mentre gli alunni che non intendevano continuare gli studi potevano seguire il corso popolare.

Nel 1900 i bambini/e generalmente terminavano gli studi alla terza classe, pochi maschi proseguivano sino alla quarta o quinta, poi non si era più considerati bambini, ma già due braccia che dovevano e potevano fare di tutto.

La scuola? Per il corso inferiore di tre anni era a Laietto (solo nel 1910 fu istituita la quarta classe a Laietto, prima si continuava gli studi a Mocchie) e i ragazzini vi arrivavano a piedi calzando gli zoccoli di legno, da tante frazioni, con il bello e il cattivo tempo, con i più grandi (anzi "grandoloni" perché qualcuno aveva già ripetuto la classe più di una volta) a fare da guida.

In ogni casa si acquistava un unico sussidiario che raccoglieva elementi di grammatica, aritmetica, geografia e storia e veniva poi passato ai numerosi fratelli più piccoli. Gli strumenti dello scolaro oltre il sussidiario erano la scatolina di legno che serviva da astuccio e che conteneva anche la matita, la gomma, la cannetta ed il pennino da intingere nell'inchiostro sul banco e il quaderno con copertina nera.

Astuccio scuola

La cartella era fatta con la iuta che serviva a realizzare i sacchi per trasportare cereali o

patate. La maestra, impartiva le lezioni a tre classi contemporaneamente in un'unica stanza. L'inchiostro lo dava la maestra, ogni mattina, in una boccetta di vetro.

D'inverno gli alunni portavano anche un po' di legna per la stufa. Era difficile imparare a leggere e scrivere, soprattutto per i figli dei montanari, che non avevano esperienza di libri o di parole scritte. Gli insegnanti erano severissimi e si potevano permettere qualsiasi punizione corporale.

In un angolo dell'aula, una sottile canna da sostenere i fagioli serviva alla maestra non solo per spiegare la lezione, ma anche per accarezzare le dita di qualcuno che chiacchierava o s'addormentava, con la testa sul quaderno.

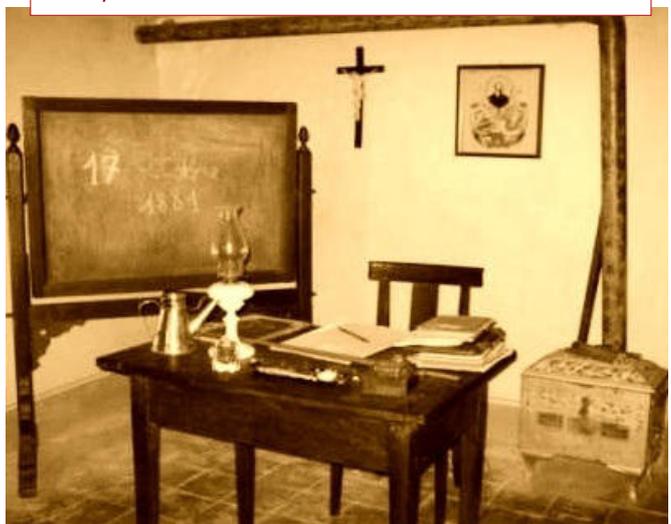
Ma non mancavano calci e schiaffi agli scolari disattenti o monelli e, la punizione più umiliante per un bambino, il cappello d'asino in testa. Non mancava anche quella dietro la lavagna in ginocchio su sassolini.

Lo scolaro malmenato, non s'azzardava mai a lagnarsi con i genitori perché, altrimenti, a casa, avrebbe ricevuto il doppio delle botte. Come in tutte le scuole il corpo degli alunni era formato da intelligenti, meno intelligenti, diligenti, svogliati e da veri somari.

L'abbigliamento era assai misero: un berretto, una giacca, un paio di calzoni di fustagno a mezza gamba magari con rattoppi sulle ginocchia e sul di dietro, zoccoli di legno; le calze erano di lana filata in casa.

Le ragazze indossavano un gonnella lunga

Aula per il corso elementare inferiore nella scuola rurale



fino alle caviglie e d'inverno portavano sulle spalle uno scialle di lana. In generale il vitto giornaliero era: al mattino prima della scuola una scodella di latte crudo con pane o castagne secche ben cotte; a mezzogiorno polenta o minestra; condimenti, burro, latte, formaggio casalingo.

I BAMBINI E IL GIOCO

I bambini non avevano in genere molto tempo da concedere al divertimento, le bimbe aiutavano la mamma nelle faccende domestiche ed accudivano i più piccoli, i bimbi venivano avviati ai lavori nei campi. Anche qui, come in tutte le società povere, i bambini si costruivano da soli i loro giochi con i materiali che c'erano a disposizione e la fantasia diventava la materia primaria.

I giochi si facevano prevalentemente per strada o nei tanti spazi che la natura concedeva, c'era il piacere di fare parte del gruppo di mettersi alla prova riuscendo a superare le difficoltà. Molti giochi hanno un fondo comune di tradizione, in quanto l'uno l'ha imparato dall'altro e spostandosi lo ha modificato e adattata al nuovo ambiente e alle nuove abitudini.

I giochi più frequenti erano il rincorrersi, il gioco del nascondino, il girotondo, il salto della cavallina e qualche bambola di pezza riempita di segatura per le bambine.

LA BEFANA

Fino agli anni precedenti la I° guerra mondiale nelle famiglie del Coindo solitamente era la befana a portare, nella notte dell'Epifania i doni ai bambini. Babbo Natale apparteneva,

Giocare a nascondino



allora, alle culture del Nord Europa. La tradizione, infatti, voleva che i bimbi mettessero sotto il camino una grande calza per permettere alla Befana di riempirla di doni. Quando si svegliavano al mattino e correvano in cucina dove troneggiava il camino e trovavano la loro calza gonfia e traboccante di roba, era davvero una grande festa per questi ragazzini che esplodevano di felicità. Cosa c'era nella calza? Venivano messe, mele, noci, caramelle, qualche biscotto. Ma quello che non mancava mai sul fondo della calza, per tutti i bambini, che durante l'anno qualche marachella l'avevano di certo commessa, era un bel pezzo di carbone, quello vero ben inteso!

LA MORTE

“A l'é passaje Catlin-a a diso ij piemontèis”. È uno dei modi più popolari con cui i montanari chiamano la morte ed in quel periodo non mancavano occasioni per morire prematuramente: epidemie influenzali, malattie infettive come la difterite, la tubercolosi, il tifo facevano sì che l'aspettativa media di vita si aggirasse sui 58 anni.

Nel 1900 morì il mio trisnonno materno Pautasso Valeriano all'età di 89 anni, una delle persone più longeve (per quel tempo) della Parrocchia di Laietto.

Quando in famiglia si verificava un lutto agli uomini veniva cucita una striscia di tessuto nero sul risvolto della giacca oppure portavano un bracciale nero alto circa 5 centimetri pieghettato intorno al braccio o ancora un bottone nero nell'occhiello della giacca. Il lutto per i famigliari stretti durava tre anni.

Era più vivo che ai giorni nostri il senso di solidarietà e di partecipazione al lutto di una famiglia. I capi famiglia facevano visita all'estinto e con i ceri portati dal parroco segnavano con la croce la fronte del defunto; quasi tutti partecipavano ai funerali.

Secondo una vecchia usanza i parenti più prossimi del defunto non partecipavano alla cerimonia funebre ma rimanevano in casa. La veglia funebre consisteva nel recitare tre rosari interi. Tra un rosario e l'altro si faceva una pausa, si salutava il defunto, si scambiavano due parole con la famiglia, gli uomini bevevano un bicchiere di vino e si

Tante calze in attesa della Befana



ritornava a recitare il rosario.

Il giorno successivo si portava il feretro in Chiesa al Laietto ma non si celebrava Messa, il parroco benediceva la salma, diceva qualche parola di conforto ai congiunti e si andava al camposanto. Le famiglie in lutto erano supportate dalla comunità e i giovani, ad esempio, aiutavano le persone bisognose di braccia forti nei lavori più pesanti di campagna.

Molte volte la domenica mattina i giovanotti andavano a falciare l'erba nei prati per le donne vedove con figli piccoli: esse avevano poi tutta la settimana per girare il loro fieno, ammucchiarlo e portarlo nel fienile.

Certamente i nostri giovani avrebbero molto da imparare. La sera del 1 novembre, i campanari di Laietto usavano fare una veglia notturna in ricordo dei defunti. Accendevano un fuoco nella base del campanile e preparavano delle castagne abbrustolite.

Chiunque si presentasse in quella notte riceveva un po di caldarroste ed un bicchiere di vino e gli era permesso di suonare un tocco di campana in ricordo dei suoi defunti. Naturalmente il vino e le castagne erano stati

raccolti nei giorni precedenti tra gli abitanti del Laietto e borgate limitrofe.

LE MALATTIE

Una volta ci si curava in casa, con l'aiuto dei parenti o dei vicini di casa che portavano i loro consigli e, sovente, solo ricorrendo a quanto la natura e la casa offrivano. Se il male persisteva o peggiorava si ricorreva a chi conosceva le proprietà delle erbe (parroco e maestro, anziani o persone con doti particolari).

In caso di lussazione o storte si andava dai "Rangiaòss o meisinor" e, in presenza di alcune malattie, da chi si sapeva aveva ricevuto il potere di guarire oppure nei casi più gravi si ricorreva al potere di guarigione della preghiera.

A giustificare gli esiti non desiderati delle lacune umane c'era sempre la rassegnazione delle culture semplici e la Fede che portava ad accettare con più coraggio e forza i dolori, le invalidità gravi e, in casi estremi, anche la morte. I nostri vecchi non amavano molto i medici (perché ci volevano i soldi e le famiglie non ne avevano), ma a differenza di oggi



Il potere di garigione della Preghiera

avevano una grande confidenza con la morte ed una strana rassegnazione di fronte alla sofferenza, consapevoli che “sempre bene non si può stare”.

I rimedi qui descritti, di cui non conosciamo la validità, non vogliono essere né una guida né un ricettario, vogliono solo ricordare come le tradizioni popolari in tutte le occasioni riescono ad esprimere, con o senza ragione, la loro saggezza.

Reumatismi

Quando si soffriva di reumatismi si prendeva dal fienile un sacchetto di quel fieno che rimane sul pavimento, e che è formato da semi, petali e frammenti di foglie secche. Lo si metteva in un grosso paiolo di ghisa e lo si scaldava quasi al punto da prendere fuoco, poi si versava su un rozzo telo o lenzuolo di canapa grezza e si faceva adagiare sopra il malato quando era ancora molto caldo per un'ora o due. L'operazione, a distanza di sei-sette ore, si ripeteva per ben tre volte. Altro metodo era quello di applicare su una giuntura dolente o in una zona reumatica una foglia di cavolo verza facendola aderire alla pelle con un bendaggio e tenerla per tutta la notte.

Tosse

Per far passare la tosse, il raffreddore, la febbre ed il nervoso, si faceva bollire una manciata di fiori di tiglio in una scodella d'acqua. La tisana bevuta lentamente ben calda, ben zuccherata, staccava il catarro, invitava al sonno e quasi a guarire. Faceva bene per la tosse, prendere prima di

addormentarsi un po di zucchero bagnato con grappa. A scuola, quando tutti tossivano, le maestre posavano sulla stufa una scatoletta piena di resina di larice e abete oppure bruciavano rametti di Lauro e Assenzio.

Prezioso consiglio per chi aveva la tosse era di mettere in bocca un dado di burro passato nello zucchero. Il burro, fondendo lentamente, faceva staccare il catarro, leniva il bruciore alla gola e lo zucchero toglieva al burro quel senso di grasso. Le nostre nonne dicevano: prima di andare a letto bevete una scodella di latte e miele e vedrete che vi alzerete quasi guariti. Era anche consuetudine appendere delle teste d'aglio (l'aroma dei poveri) dietro le porte per difendersi da arie malefiche e malattie.

Malattie della pelle

Per le malattie della pelle, per prima cosa purificavano il sangue bevendo decotti di radicchio o cicoria, nei quali era stata messa anche una manciata di riso. Consigliata la tisana di foglie di nocciolo.

Ustioni

In caso di ustioni, lavavano con acqua fredda la bruciatura, poi applicavano sulla parte dolorante fette sottili di patata. Non guariva la piaga? La coprivano con una patina leggerissima di burro fuso, oppure sbattevano l'albume dell'uovo con olio ed acqua fino ad ottenere una schiuma candida e leggera; poi l'applicavano sulla parte scottata.

Contusioni

Quando i bambini prendevano una botta in testa o da un'altra parte, per prima cosa mettevano sulla parte dolorante qualcosa di freddo: un cucchiaino, una pietra, una pezzuola bagnata nell'acqua fredda. In caso di contusioni, ematomi, per lenire il dolore applicavano una manciata di foglie di Achillea Millefoglie schiacciate e bagnate con aceto.

Slogature

Bagnavano della canapa nel bianco d'uovo montato a neve e con essa fasciavano l'arto slogato; la fasciatura asciugandosi diventava rigida; il giorno dopo la toglievano e a volte ripetevano l'operazione.

Puntura di calabroni, api o zanzare

Facendo pressione con una lama metallica facevano un piccolo segno di croce sulla puntura d'insetto e poi ci strofinavano la cipolla.

Mal d' orecchie

Andavano da una donna che allattava un bimbo (una bambina non andava bene) si facevano dare un paio di gocce di latte e lo inserivano nell'orecchio che faceva male.

Mal di denti

Masticavano prezzemolo per calmare il male oppure applicavano un trito di cipolla sulla parte infiammata.

Mal di testa

Tagliavano una patata a fette e le applicavano sulla fronte tenendole ferme con un foulard mentre riposavano al buio.

Male al collo o torcicollo

Si prendevano dei noccioli di ciliegia in un grosso paiolo di ghisa e lo si scaldava quasi al punto da prendere fuoco, poi si versava su un rozzo telo a formare un sacchetto e si applicava sulla parte dolorante del collo.

Stitichezza infantile

Quando i bambini soffrivano di stitichezza, era frequente che camminassero con uno stelo di prezzemolo, unto di olio infilato nel sedere, oppure davano da bere un decotto di foglie di

ortica.

Vermi intestinali dei bambini

Si schiacciava la parte legnosa di due piante di assenzio, gambo contro gambo, in modo da far fuoriuscire una goccia di linfa che somministrata pura al bambino lo guariva dai vermi oppure ponendo a contatto del corpo collane di spicchi di aglio o ingerendolo direttamente.

Mal di pancia dei bambini

Per curare il mal di pancia era abitudine applicare sulla pancia dei bambini un pezzo di carta da zucchero che era particolarmente assorbente, unto di burro che ha la proprietà di togliere l'infiammazione.

Calli

Si curavano applicando sulla escrescenza un bulbo di cipolla.

Consigli di una volta per non prendere i reumatismi

Non bere liquidi freddi o ghiacciati dopo una corsa, un lavoro pesante o se si è sudati. Non fermarsi all'ombra o alla corrente d'aria quando si è stanchi. Non tenere addosso indumenti bagnati. Dopo la mungitura, nella stalla, non lavarsi le mani o sciacquare il secchio nell'acqua fredda della fontana. D'inverno, prima di andare a lavare alla fontana, ungersi bene le mani con la sugna. Quando si ritorna dal bucato, passare le mani sulla fiamma ottenuta da giornali o rametti di ginepro o lauro e fregarle con grappa. Non stare a lungo seduti o coricati su terreno e erba bagnati e non indossare biancheria non ben asciutta.

Questa medicina dei poveri nulla poté fare contro la "febbre spagnola" che tra la fine di ottobre e la metà di dicembre 1918 causò nella Parrocchia di Laietto una quindicina di lutti tra i quali due bambini.

Gianni Cordola

www.cordola.it



la Vedetta Alpina la rubrica del Museo Nazionale della Montagna

I boschi di pietra di Donato Savin al Museomontagna di Torino

«A lavorare la pietra si fa una gran fatica. Comincio alle sette di mattina e vado avanti fino alle otto di sera. Respirando la polvere, e vibrando come un ossesso quando adopero il martello pneumatico che non mi smette di pulsare nella testa neanche sdraiato sul letto. E i crampi alle mani e alle braccia di quando rifinisco con mazzuolo e scalpello. E poi ci vuole pazienza, lavori lavori e non vedi niente per un sacco di tempo prima che la forma che hai in mente trovi la sua strada. A me faticare piace, mi piace cercare il meglio e dare corpo a quel coagulo di creatività che mi preme di esprimere, che so di dover sprigionare. Ho anche ansia di vedere, di risolvere. Perché so che quando finisce la ricerca allora comincia la maniera, e a quel punto è meglio smettere».

Così Donato Savin, classe 1949, valdostano di Cogne, parla della sua passione, perché scolpire per Savin, di professione guardia forestale, non è un mestiere, ma una necessità dell'anima da quando giovanissimo, a 17 anni, visita per la prima volta la fiera di Sant'Orso ad Aosta rimanendo affascinato dalla grande varietà di lavorazioni della pietra a cui si dedica in seguito con un suo personale percorso di ricerca tutto da autodidatta.

Al Museomontagna fino al 10 settembre ci sono figure fantastiche, lunghe e sottili; e poi animali: gipeti, cervi, cavalli, conigli. La realtà dura e presente della materia, pietra grezza e lavorata, legno e licheni, ma anche la poesia e la fiaba che rimandano a un mondo altro. Dove la figura perde consistenza, si astrae e diventa immaginazione; e la creazione prende spazio e diventa forma.

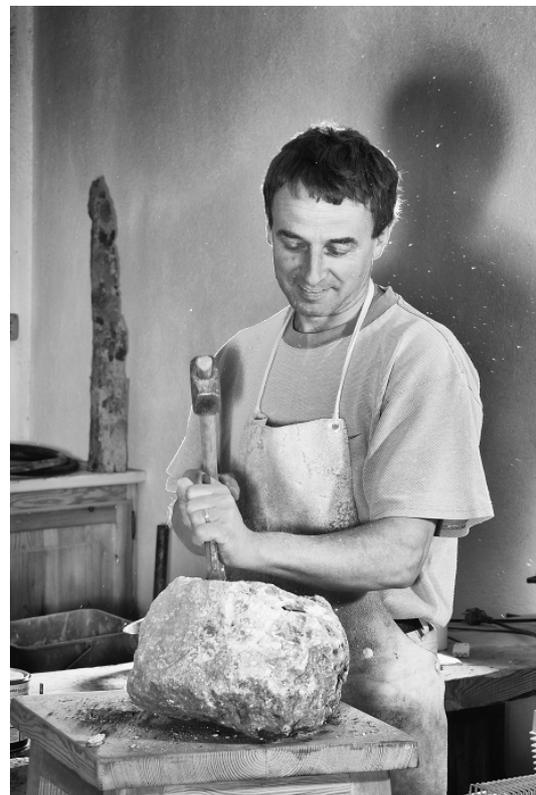
«Le opere sono aperte ad ogni

interpretazione, ciascuno di noi può vedere ciò che desidera, ciò che il proprio vissuto gli esprime, la visione è sempre soggettiva». Come dice ancora Donato Savin, con semplicità, a proposito delle sue sculture.

Allora si pensa all'infanzia e al gioco, a un bastimento carico di... *Gregge, Cervi, Perdrix, Bouquetin, Galli forcelli, Stele...*

Tra arte e artigianato, tradizione e contemporaneità, il Museo Nazionale della Montagna CAI Torino – con la collaborazione della Città di Torino, del Club Alpino Italiano, della Regione Autonoma Valle d'Aosta e della Soprintendenza per i Beni e le Attività Culturali della Valle d'Aosta – mette in mostra il lavoro dello scultore valdostano, confermando il suo legame con il territorio e i suoi elementi primi.

Nel fiume Grand Eyvia Savin trova la materia





Bouquetin 2004

da modellare; una pietra di tufo con cui realizza la sua «prima opera d'artigianato artistico» raffigurante un pastore. Una scelta forse dapprima casuale diviene poi elemento fondante di rappresentazione creativa. Gneiss del Gran Paradiso, granito, dolomia, magnetite della miniera di Cogne, marmo verde di Runaz, marmo Bardiglio ecc. Tante tipologie di pietre da tagliare, scolpire e lavorare, a partire da semplici disegni o bozzetti in argilla per creare sculture che raccontano in forme essenziali la montagna.

Oltre alla tradizionale e millenaria fiera di Sant'Orso, attestazione del legame costante e continuativo con la sua terra e le sue radici, Savin partecipa, a partire dagli anni Novanta, a mostre personali e collettive in tutta Italia, da nord a sud, ma anche all'estero. Nel 1992 per esempio espone a Lathi, in Finlandia, nel 2002 nella più vicina Francia, a Chamonix, dove torna, questa volta a Parigi, nel 2008.

Ma ancora, in Italia, a Viterbo (2009), Firenze (2011), Palermo (2015), Monreale (2015), Verona (2016). E poi, naturalmente, la Valle d'Aosta. Come per esempio Bard, al Forte, nel Padiglione Italia della Biennale di Venezia (2012).

O come l'ultima, *Il cinguettio*, aperta a inizio di quest'anno ad Aosta nell'atelier del noto grafico Franco Balan, a cui è dedicato anche il Premio "Città di Aosta – Franco Balan", riservato agli espositori della Fiera di Sant'Orso, vinto da Savin nel 2015, nella sua prima edizione. E sempre ad Aosta, nel 2017 ancora, la mostra *Incontrare l'Alterità* dedicata ai non vedenti.

Sue opere sono inoltre esposte in spazi pubblici: come *L'Orologio solare* presso l'Osservatorio Astronomico di Saint Bathélemy in Valle d'Aosta; *Lo Stambecco*, opera in pietra di grandi dimensioni presente nella sede della Fondation Grand Paradis a Cogne,

Uccello ferito





Campanacci

utilizzata come simbolo della rassegna cinematografica internazionale Gran Paradiso Film Festival Trofeo lo Stambecco d'Oro e della rappresentazione coreografica svoltasi nei prati di Sant'Orso a Cogne nel 2015.

Della scultura sono inoltre state fatte anche delle piccole riproduzioni in bronzo, utilizzate come premi per i vincitori della rassegna cinematografica.

Della serie *Stele* invece, la sagoma filiforme di grandi dimensioni nella centrale piazza Narbonne di Aosta e al Musée de l'Artisanat Valdostain di Fenis.

E ancora, *Il Gipeto*, presso l'Ufficio Turistico di Cogne, realizzata in occasione del ritorno sulle Alpi di questo uccello rapace e, sempre a Cogne, l'emblema comunale scolpito su un blocco di gneiss bianco e donato al Comune.

Donato Savin

Mostra "I boschi di pietra di Donato Savin"
al Museo Nazionale della Montagna
fino al 10 settembre 2017
dal martedì alla domenica 10,00 - 18.00



Gipeto 1995



MUSEO NAZIONALE
DELLA MONTAGNA
CAI-TORINO

BOSCHI DI PIETRA

Donato Savin

07/07/2017 - 10/09/2017

Al Museomontagna fino al 10 settembre ci sono figure fantastiche, lunghe e sottili; e poi animali: gipeti, cervi, cavalli, conigli.

La realtà dura e presente della materia, pietra grezza e lavorata, legno e licheni, ma anche la poesia e la fiaba che rimandano a un mondo altro.

Dove la figura perde consistenza, si astrae e diventa immaginazione; e la creazione prende spazio e diventa forma.

Allora si pensa all'infanzia e al gioco, a un bastimento carico di... Gregge, Cervi, Perdrix, Bouquetin, Galli forcelli, Stele... Tra arte e artigianato, tradizione e contemporaneità, il Museo Nazionale della Montagna CAI Torino – con la collaborazione della Città di Torino, del Club Alpino Italiano, della Regione Autonoma Valle d'Aosta e della Soprintendenza per i Beni e le Attività Culturali della Valle d'Aosta – mette in mostra il lavoro dello scultore valdostano Donato Savin, confermando il suo legame con il territorio e i suoi elementi primi.





Marco Polo Esplorando... per Monti e Valli

A chi mi chiede se è ancora possibile parlare di “esplorazione” quando ci riferiamo alle nostre valli, alle nostre montagne, senza quindi far volare il pensiero alle grandi vette di continenti lontani, la mia risposta è... Sì, è ancora possibile!

E' possibile perché qualunque escursione condotta anche solo in una delle nostre valli “dietro a casa” può trasformarsi in una vera e propria esplorazione di territori oggi solitari, selvaggi ed inospitali, in cui l'uomo da anni è assente e sui quali i resti della “antropizzazione” dovuta alla sua presenza sociale, religiosa o culturale sono ormai visibili solo agli occhi attenti di chi va per monti con lo spirito dell'esploratore.

In questa rubrica vi racconterò quindi non solo ciò che durante le mie escursioni avrò osservato ma anche ciò che avrò immaginato o capito dalla “lettura” dei segnali del passato che il territorio ancora conserva.

Così facendo, idealmente sarà un po' come se l'escursione l'avessimo fatta insieme, viaggiando come un Marco Polo del nostro tempo, “Esplorando... per Monti e Valli”!

Un anello in val Troncea

Dal monte Morefreddo al monte Ruetas sul sentiero degli Alpini.

- Località di partenza: Bivio per Seytes mt. 1692
- Dislivello complessivo: mt. 1300
- Tempo complessivo: 7 ore e 30 minuti c.ca
- Difficoltà: E/EE
- Riferimenti. Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 2 Alta valle Susa – Alta val Chisone Fraternali Editore.

Oltre lo storico colle del Pis una lunga serie di colli e cime separano la valle Troncea, entro cui nasce il Chisone, dalle valli del Germanasca di Massello, Salza e Rodoretto.

Partendo dalla val Troncea, al bivio per Seytes, raggiunti i ruderi di questa borgata disabitata da tempo e bruciata per rappresaglia dai nazifascisti nella primavera del 1944, proseguendo su un poco evidente

ma sempre segnalato ripido sentiero, oltre il modesto Bric del Cucuc si raggiunge alla sommità il tondeggianti monte Morefreddo sulla cui cima sono presenti dei ruderi militari.

Scesi al colle che porta questo nome si intraprende l'imperdibile “Sentiero degli Alpini” che aggirato da prima il versante nord del monte Ruetas ne percorre lungamente il versante orientale portandosi in progressione verso il colle dell'Arcano che lo separa dal Bric di Mezzogiorno.

Percorso per intero l'impegnativo crinale che porta in vetta al monte Ruetas, senza particolari difficoltà si scende tornando sul “Sentiero degli Alpini” che si percorre una seconda volta sino al colle dell'Arcano. Raggiunto che si ha questo colle si rientra passando per il vallone che scende ai Forni di S. Martino per poi, poco prima di Troncea, prendere la quasi pianeggiante traccia che ripassando per Seytes riporta a valle.

Il “sentiero degli Alpini” del monte Ruetas fu realizzato alla fine dell'ottocento al fine di ricordare le caserme del Morefreddo con i successivi colli senza dover perdere quota essendo le pendici orientali del monte Ruetas ripide e strapiombanti.

Di facile percorrenza, ampio, recentemente ripulito, brevi tratti sono stati attrezzati con alcuni artifici che facilitano il transito dando sicurezza.

Si può anche salire su questo monte per una labile traccia che si stacca poco prima della targa che ricorda ai posteri che questo manufatto è stato realizzato da 7° Reggimento Alpini nel lontano 1896. Nebbia permettendo, assai diffusa su questi versanti nei mesi estivi, vista ampissima sulle valli e sui monti che fanno da corona.

Percorsa per intero la valle del Chisone, superato Pragelato, alla rotonda che segue l'abitato di Traverses si esce prendendo la strada che scende in direzione della val Troncea.



Monumento a ricordo dell'orrenda sciagura fatto in rame, il minerale che i minatori estraevano

Oltrepassate le case di Plan e Pattemouche, raggiunto il ponte Das Itreit sul Chisone, si prosegue ancora per un buon tratto sulla polverosa strada che superato il bivio per Laval ed il Baracot del Parco, raggiunge più avanti il segnalato bivio dove parte il sentiero per Seytes. A margine, presso un ampio parcheggio, si può lasciare l'auto.

Si percorrerà per intero tutto il sentiero 330 che al termine consentirà di raggiungere la tondeggiante cima del monte Morefredo sulla quali sono presenti i ruderi di una costruzione militare.

Procedendo su una traccia che mai smette di salire, con una serie di svolte in moderata

ascesa si supera il tratto boscoso che immette sull'aperto pendio al centro del quale si trovano i ruderi di Seytes, una sola casa ancora in uso, insediamento bruciato per rappresaglia dai nazifascisti nella primavera del 1944. Abbandonato da tempo, non è stato più ricostruito come altre borgate della val Troncea che hanno subito la stessa sorte.

Nel punto in cui sorgono delle indicazioni, trascurata la traccia per Troncea per la quale si tornerà, si prosegue in direzione del Morefredo percorrendo appresso gli estesi pendii pascolativi, tutt'ora in uso, posti a monte dell'insediamento.

Poiché numerose sono le tracce che li attraversano dovute più che altro al transito del bestiame, occorre ricercare e seguire fedelmente le numerose, ravvicinate segnature che indicano la via, in genere, in questa parte del percorso, frecce metalliche giallorosse.

Lungamente salendo a svolte nel rado lariceto, la traccia si porta in direzione dell'alveo del rio Arcane, che si costeggia per un tratto, guadagnando delle piccole radure poste, progressivamente a quota sempre più alta, sino a che si esce dal bosco affrontando i ripidi pendii pascolativi che seguono dopo aver rasentato il modesto rilievo del Bric del Cucuc.

La traccia sparisce e a questo punto occorre individuare i ravvicinati paletti in legno con gli

Il sentiero degli alpini ed il monte Rutas visti dal Bric di Mezzogiorno





Ometto in vetta al monte Ruetas

anelli che segnano la via non permettendo di sbagliare, da seguire uno dopo l'altro facendosi l'erbosio pendio sempre più ripido. Faticosamente salendo si guadagnano così alla sommità i ruderi dei baraccamenti militari in vetta al monte Morefreddo, mt. 2770.

Un agibile ricovero permette di sostare in caso di maltempo.

3 ore c.ca da Fondovalle Troncea.

Questi baraccamenti sono raggiunti da una traccia proveniente dal colle del Pis, realizzata dal genio militare, sulla quale si scende immettendosi, subito raggiungendo l'ampia depressione del colle di Morefreddo superata che si ha termina il tratto inerbato trasferendosi la traccia sul versante nord del monte Ruetas, con la cima già in vista, percorrendo appresso gli sfasciumi che contraddistinguono questo lato del monte.

Qui inizia il "Sentiero degli Alpini". Con un paio di svolte e altrettanti traversi in forte ascesa, aggirata più avanti la dorsale che immette sul versante di Massello trovando, nei pressi di una panchina in legno, la targa che ricorda che questo manufatto è stato realizzato del 7° Reggimento alpini nel lontano 1896 a mano e con l'ausilio di mine, questo panoramico sentiero totalmente pianeggiante, mai pericoloso, prosegue lungamente tagliando un ampio gradino sul fianco orientale del monte

Ruetas portandosi così progressivamente verso il colle dell'Arcano.

Superati su due ponticelli in legno dei tratti franati, e altri con l'ausilio di funi d'acciaio corrimano, non indispensabili, si giunge al termine sull'erbosio crinale dividente le valli oltre il quale la traccia prosegue in direzione del colle dell'Arcano.

Qui giunti, volendo salire sul monte, occorre percorrere per intero la rocciosa cresta, alquanto impegnativa, che lungamente percorsa stando per lo più sul versante di Massello, consente di guadagnare il grosso ometto di cima del monte Ruetas mt. 2929.

1 ora e 30 minuti c.ca dalla vetta del monte Morefreddo.

Poco prima della targa un ometto segna il punto in cui parte una labile traccia che percorsa porta direttamente in vetta al monte Ruetas.

Scesi poi gli sfasciumi si ritorna sul "Sentiero degli Alpini", che si ripercorre tutto una seconda volta, scendendo più avanti all'ampio intaglio del colle dell'Arcano.

Questo colle è raggiunto da alcuni sentieri. Di fronte una traccia raggiunge la vetta del Bric di Mezzogiorno, sulla sinistra un'altra scende nel vallone di Massello portandosi a valle o verso il colle del Pis, mentre quella che si prende percorrerà l'ampio vallone di sotto

questo colle in direzione della val Troncea. Sempre ben segnato da paletti con gli anelli, frecce metalliche, ometti, il sentiero 334 s'abbassa inizialmente seguendo la linea di massima pendenza guadagnando una prima conca prativa con una lunga serie di svolte che mitigano la discesa.

Giunti al fondo si supera la successiva balza allo stesso modo sino al lungo traverso da destra a sinistra che, lasciato il vallone, porta ai forni di S. Martino dove ci si immette sulla traccia discendente dal colle del Beth.

Si percorre appresso il sentiero dei minatori che con una lunga serie di svolte, ravvicinate o distanziate tali da seguire la natura del pendio, porta, dopo una lunga discesa nel bosco, al segnalato bivio per Seytes poco prima di raggiungere le case di Troncea.

Questa scelta consente di non fare assolutamente tratti di strada ripercorrendo poi, oltre Seytes, il sentiero fatto salendo. La traccia che si stacca oltre il bivio prosegue lungamente in falsopiano traversando per

praterie e boschi, sempre ben segnata.

Alternando lunghi tratti in piano ad altri dove si scende o si sale sempre di poco, dove è impossibile perdersi, si giunge al termine dell'attraversamento in vista dei ruderi di Seytes, già incontrati salendo, nel punto in cui questo lungo anello si chiude.

Non resta che ripercorrere a ritroso le infinite svolte discendenti nel bosco che consentono di raggiungere al fondo il parcheggio presso il bivio per Seytes sulla strada della val Troncea.

3 ore c.ca dalla vetta del monte Ruetas.

Beppe Sabadini

I monti Banchetta e Rognosa dominano quello che era l'abitato di Seytes di Triera



*Hai mai bevuto l'acqua di
sorgente gassata?
Beh.. da oggi al Rifugio Toesca
lo puoi fare!*

acqua gassata

“Rio Gerardo”

*come esce dalla sorgente
ma con qualcosa in più...*

*Cosa aspettate? Venite ad
assaggiarla al Rifugio Toesca!*

*Questa è una delle tante
novità 2017
che Vi aspettano
al Rifugio Toesca!*



Il chaga

Un fungo terapeutico conosciuto e utilizzato dai popoli siberiani da tempi remoti

*Il Chaga, *Inonotus obliquus*, contiene numerose sostanze adattogene e antiossidanti che favoriscono la forza fisica e potenziano il tono muscolare. Produce una serie di sostanze protettive come: enzimi, antiossidanti e antibiotici.*

L'uso costante nel tempo del Chaga alcalinizza il pH del corpo umano, alleviando lo stress ed eliminando l'acidità che è responsabile dell'insorgere della maggior parte delle malattie.

Utile in qualsiasi periodo dell'anno, è consigliato durante i cambi stagionali, specialmente in inverno e primavera, per sostenere le difese immunitarie e per allentare tensione e stanchezza.

Il termine (traslitterazione dal cirillico caga – in occidente piu' diffuso come chaga) deriva dalla lingua dei Komi-Permiacchi, una minoranza etnica che si era insediata in Siberia nella valle del fiume Kama, ad ovest degli Urali. In lingua Komi con il termine tšak venivano un tempo designati tutti o funghi legnosi e spugnosi che crescono sugli alberi.

Oggi invece con il nome "*chaga*" si intende solo una specie di questi funghi, piu' precisamente l'*inonotus obliquus*, famoso in tutta la Russia e ora anche al di la' dei suoi confini grazie alle sue proprietà terapeutiche e nella fattispecie antitumorali.

Il chaga si riproduce tramite spore, che germinano infiltrandosi nelle zone danneggiate della corteccia di alberi vivi e formano col tempo un'escrecenza legnosa. Ama il clima freddo e nella maggiorparte dei casi cresce sul tronco delle betulle per questo viene comunemente chiamato "fungo nero di betulla".

Proprietà terapeutiche del fungo Chaga

Le escrescenze di chaga vengono utilizzate a scopi medicinali. Di norma vengono raccolte durante tutto l'anno ma il momento migliore è l'autunno o la primavera.

Vengono selezionate solo le escrescenze di



Il medico risponde

Le domande e le risposte sulla nostra salute

chaga provenienti da alberi vivi di betulla, mentre non sono adatte all'uso quelle formatesi su alberi morenti o morti e su alberi che crescono in ambiente molto umido.

Non vengono inoltre trattate le escrescenze vecchie, grandi, in evidente sgretolamento, nonche' quelle che crescono sulla parte inferiore del tronco o che presentino una colorazione nera sull'intero spessore. Il fungo chaga ha numerose proprietà terapeutiche: migliora il metabolismo, nella fattispecie attiva il ricambio nel tessuto cerebrale e accelera l'attività dei sistemi enzimatici.

Il Chaga contribuisce inoltre a regolare il funzionamento dell'apparato cardiovascolare e respiratorio, stimola l'ematopoiesi (favorisce l'incremento del livello dei leucociti), agisce come tonico, aumentando la resistenza alle malattie infettive, possiede proprietà anti-infiammatorie sia a uso topico che per assunzione orale, migliora l'attività citotossica dei farmaci anti-tumorali, rallenta la crescita di neoplasie, facendole regredire e frenando lo sviluppo di metastasi.

L'assunzione di chaga durante il periodo di cura contribuisce a migliorare lo stato di salute dei pazienti e la loro risposta ai trattamenti antitumorali.

I preparati a base di chaga hanno proprietà antispasmodiche, diuretiche, ricostituenti, antimicrobiche e gastroprotettive, contribuendo a normalizzare l'attività del tratto gastrointestinale e della microflora intestinale e favorendo la cicatrizzazione delle ulcere dello stomaco e del duodeno.

Il chaga è inoltre utilizzato nel trattamento di malattie dermatologiche, odontostomatologiche e otorinolaringologiche.

Il chaga e' utilizzato nell'industria farmaceutica per la produzione del farmaco Befunginum (Befungin), un estratto del fungo arricchito da



Vengono selezionate solo le escrescenze di chaga provenienti da alberi vivi di betulla, mentre non sono adatte all'uso quelle formatesi su alberi morenti o morti e su alberi che crescono in ambiente molto umido...

cloruro o solfato di cobalto. Il Befungin e' consigliato nel trattamento di tumori maligni di varia localizzazione, nella gastrite cronica e nella discinesia gastrointestinale.

A quale fine e' più spesso usato il chaga?

In Russia e in altre zone dell'Europa Centrale (Bielorussia, Polonia) il chaga è conosciuto da tempi immemorabili e largamente utilizzato nella medicina popolare per far fronte a disturbi di diverso genere, dalle patologie più comuni del tratto gastro-intestinale ai problemi dermatologici e alle malattie oncologiche.

Questo fungo possiede infatti eccellenti proprietà anti-infiammatorie e contiene componenti attive che rafforzano in modo naturale il sistema immunitario, migliorano le funzioni dell'organismo e il metabolismo. Di ciò si erano spontaneamente avveduti gli abitanti delle zone periferiche della Russia, lontane da ospedali e farmacie e costretti ad affrontare malattie spesso in modo autonomo, sfruttando le risorse del territorio.

Le proprietà immunostimolanti, immunomodulanti e adattogene furono scientificamente provate negli anni '50 del secolo scorso, quando in Unione Sovietica lo stato diede inizio a una ricerca sistematica e furono condotti numerosi esperimenti in vitro e in vivo oltre a studi clinici su pazienti

oncologici al fine di investigare le caratteristiche del chaga. Il risultato fu l'inserimento del chaga nella farmacopea di stato dell'URSS.

Il primo preparato a base di chaga fu prodotto nel 1958 ed è in vendita a tutt'oggi nelle farmacie della Russia.

Si è stabilito che l'assunzione di chaga favorisce la normalizzazione del funzionamento dei sistemi cardiovascolare e respiratorio, è utile in disturbi del tratto gastro-intestinale, specie in stati precancerosi, è un rimedio antidolorifico, consigliato anche nella terapia combinata in casi di patologie oncologiche di 3 e 4 stadio per alleviare i sintomi della malattia, esercita un'azione immunostimolante e immunomodulante, può essere usato per applicazione topica per la cicatrizzazione di ferite e lesioni cutanee.

Viene spesso consigliato nel trattamento del lupus eritematoso, della psoriasi e applicato localmente per alleviare il dolore di lesioni cutanee causate da herpes zoster.

Nonostante il chaga non abbia severe controindicazioni si consiglia comunque di consultare sempre il medico prima di introdurre il chaga nel regime alimentare di un paziente.

Preparati a base di fungo chaga sono

assolutamente sconsigliati:

- in caso di assunzione di farmaci anticoagulanti: ricerche di laboratorio hanno dimostrato che il chaga può scatenare effetti collaterali;
- in caso di assunzione di farmaci per diabetici: ricerche di laboratorio hanno dimostrato che il consumo di chaga da parte di pazienti affetti da diabete abbassa i livelli di zucchero nel sangue, causando effetti collaterali.

Vanno inoltre sottolineate le seguenti controindicazioni, dovute alle sostanze che si accumulano nel chaga nel corso della sua crescita:

1. L'assunzione di chaga e' categoricamente controindicata a bambini e donne incinte - due categorie di persone nel cui organismo avvengono rapidi processi di divisione cellulare e reazioni biochimiche. Il chaga è ricco di sostanze che bloccano l'attività vitale delle cellule, frenandone lo sviluppo.
2. Avendo il chaga un effetto lassativo, è assolutamente sconsigliato in casi di dissenteria e diarrea.
3. Gli acidi presenti nel fungo chaga sono incompatibili con il gruppo delle penicilline e con il glucosio, pertanto in caso di assunzione di antibiotici o di somministrazione di soluzioni di glucosio per via endovenosa e' rigorosamente vietato il consumo di preparati a base di chaga.

Dieta da seguire nel periodo di assunzione di preparati a base di chaga

Quando si affronta una cura con preparati di fungo chaga e' preferibile

seguire una dieta a base di latticini e verdure: zuppe di verdure, frutta e verdura fresca, yogurt, latte, formaggio fresco, ricotta, cereali, pasta, piatti a base di uova, pane con crusca, gelatine e composte, succhi di frutta e smoothies di verdura, acqua minerale, tè nero non fortei, tisane di erbe.

Va invece moderato o del tutto escluso il consumo di piatti piccanti e speziati, conserve in scatola, carne, salumi e affumicati, brodi di carne, grassi, in particolare la margarina, piatti molto caldi o troppo freddi, tè forte e caffè, aglio e cipolla.

Gentilin Maria Cristina

Come
preparare
il tè Chaga



Chaga mushroom



- Supporta, rinforza e modula il sistema immunitario
- Attività antiossidante più potente del Reishi e dell'Agaricus Blazei Murril
- Grazie alla melanina promuove la salute della cute
- Potente antinfiammatorio



Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza

Conoscere

Preparate con cura il vostro itinerario anche quello che vi sembra facile. Affrontate sentieri di montagna sconosciuti solo in compagnia di persone esperte. Informatevi delle difficoltà dell'itinerario. Verificate sempre la situazione meteorologica e rinunciate in caso di previsioni negative.

Informare

Non iniziate da soli un'escursione e comunque informate sempre del vostro itinerario i vostri conoscenti e il gestore del rifugio.

Preparazione fisica

L'attività escursionistico/alpinista richiede un buon stato di salute. Per allenarvi, scegliete prima escursioni semplici e poi sempre più impegnative.

Preparazione tecnica

Ricordate che anche una semplice escursione in montagna richiede un minimo di conoscenze tecniche e un equipaggiamento sempre adeguato anche per l'emergenza.

Abbigliamento

Curate l'equipaggiamento, indossate capi comodi e non copritevi in modo eccessivo. Proteggetevi dal vento e difendetevi dal sole, soprattutto sulla neve, con abiti, creme e occhiali di qualità.

Alimentazione

E' importante reintegrare i liquidi persi con l'iperventilazione e per la minore umidità dell'alta quota. Assumete cibi facilmente digeribili privilegiando i carboidrati e aumentando l'apporto proteico rispetto a quello lipidico.

Rinuncia

Occorre saper rinunciare ad una salita se la propria preparazione fisica e le condizioni ambientali non sono favorevoli. Le montagne ci attendono sempre. Valutate sempre le difficoltà prima di intraprendere un'ascensione.

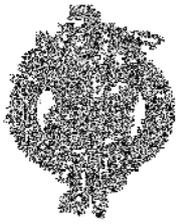
Emergenze

In caso di incidente, è obbligatorio prestare soccorso. Per richiamare l'attenzione utilizzare i segnali internazionali di soccorso alpino:

- CHIAMATA di soccorso. Emettere richiami acustici od ottici in numero di 6 ogni minuto (un segnale ogni 10 secondi) un minuto di intervallo.
- RISPOSTA di soccorso. Emettere richiami acustici od ottici in numero di 3 ogni minuto (un segnale ogni 20 secondi) un minuto di intervallo

S.O.S. Montagna

In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



Strizzacervello
L'angolo dei giochi enigmistici

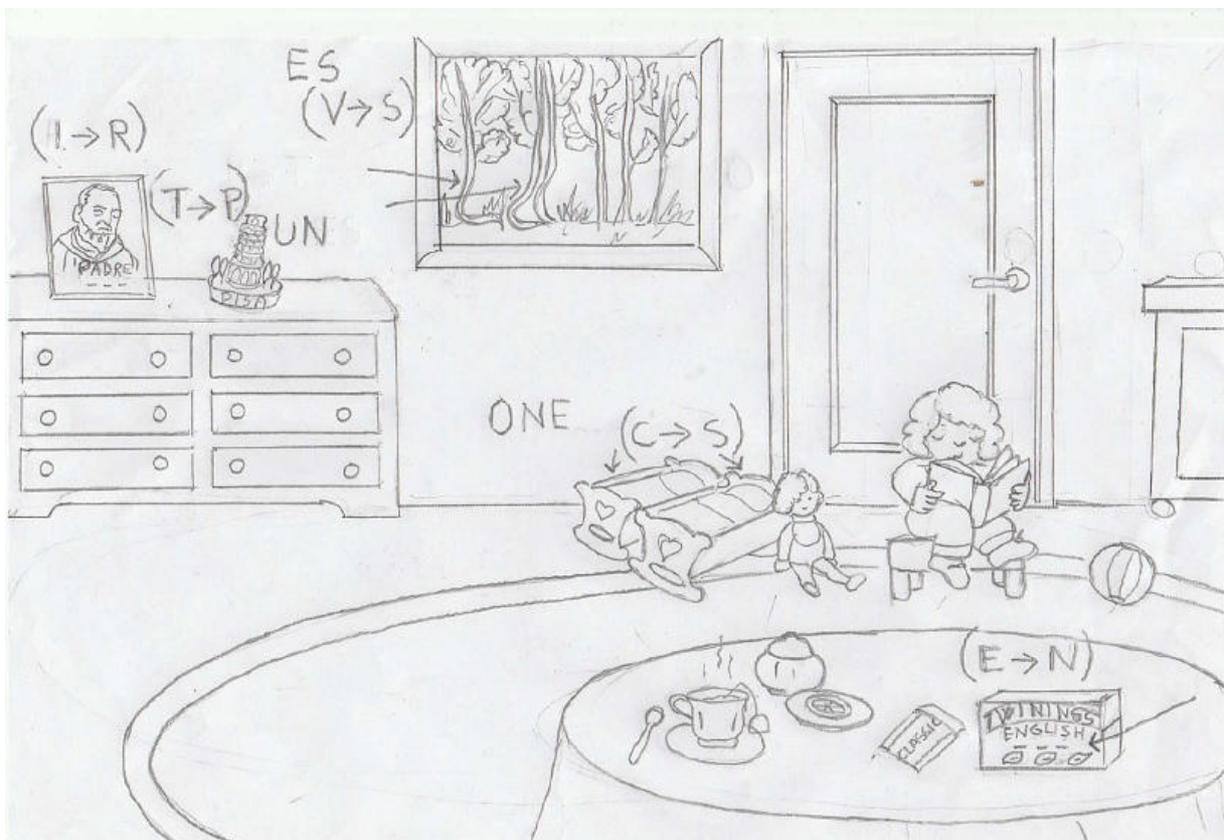
IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

REBUS CON CAMBIO

sostituire le lettere come indicato tra parentesi

(8, 2', 10, 4', 4)



(la soluzione verrà pubblicata nel numero di OTTOBRE dell'Escursionista)

IL CRUCIVERBA del mese

(prodotto da www.crucienigmi.it)

1		2	3			4		5		6	7
		8		9	10			11	12		
13	14			15			16				
17			18			19					
	20	21								22	
	23							24		25	
26								27			
		28					29				
		30				31				32	
33	34				35				36		
	37			38							39
40				41				42			

(la soluzione verrà pubblicata nel numero di OTTOBRE dell'Escursionista)



ORIZZONTALI:

1. Circolo di persone legate da interessi comuni
4. Una richiesta d'aiuto
6. Una nota
8. Brucia legna o carbone
11. Mezzo pubblico su rotaie
13. Un metallo giallo
15. Simbolo del nichel
16. Una pelle per giacche
17. I confini dell'Etiopia
18. Un contenitore per liquidi... grande
20. Fare una buca nel terreno
23. Li danno i competenti
24. L'insieme degli attori del film
26. Una città siciliana
27. Piccoli campi domestici
28. Un pronome di terza persona
29. Attività fisica volta a mantenere in efficienza il corpo
30. Meglio non farli cantare
32. Il dittongo in piedi
33. Mangiucchiati dai topi
35. Accurata pulizia
37. Nemmeno, neppure
40. Un pezzo degli scacchi
41. Vestiti per frati
42. Non false.

VERTICALI:

1. Si dice per spiegare
2. Utilizzo
3. Iniziali del filosofo Telesio
4. Fine della contesa
5. Una diva del cinema
6. Un caldo tessuto
7. Uncino per la pesca
9. La totalità delle cose esistenti in natura
10. Strumento musicale portatile con mantice a soffietto
12. Aumento del costo
14. Utensile simile a una lima
16. Donne che vivevano sull'Olimpo
18. Penuria di generi di prima necessità
19. Piccola orchestra
21. Carrozza a due ruote tirata da un solo cavallo
22. Malattia dell'orecchio
24. Sono uguali all'originale
25. Scanalature della colonna
26. La serie dei numeri pari nella roulette
29. Gabbie per pollame
31. Le foglie dei pini
34. Uno a... Manchester
36. Costrui l'arca
38. Nostro in breve
39. Qualora.

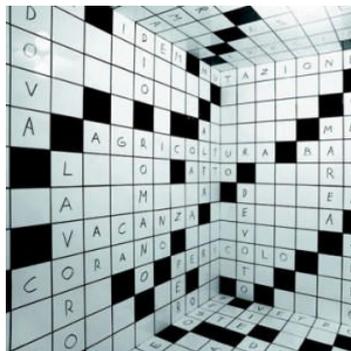


CRUCIVERBA

(Franco Griffone)

1	2	3	4		5	6		7	8	9	10
11					12						
13				14				15			
		16					17		18	19	
	20			21		22		23			
24			25								26
27							28				
29						30				31	
32					33				34		
		35		36							
37	38							39			40
41			42						43		

(la soluzione verrà pubblicata nel numero di OTTOBRE dell'Escursionista)

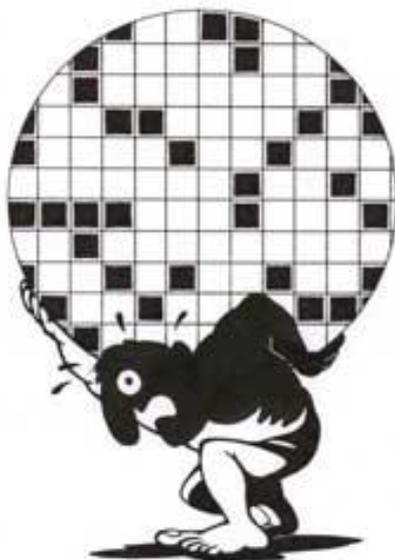


ORIZZONTALI:

1. pittore spagnolo
7. forma jazzistica di canto
11. anagramma di ramo
12. il monte delle muse
13. catena montuosa
15. un breve andare
16. restituiti, ridati
18. portatore dei fattori ereditari
20. l'ultima di sette
21. esposto al sole
24. un motto di agosto
27. il vero nome di italo svevo
28. pronome relativo
29. sono costituiti da filamento e antera
30. alcune non hanno sbocco
31. la prima e l'ultima
32. bevanda dorata
33. patina di ghiaccio che si forma sulle rocce
35. hanno codice postale 26900
37. lo è una legge non rispettata
39. piccoli uomini
41. le vocali di faro
42. per..... in una vecchia canzone
43. ci si girano scene

VERTICALI:

1. è meglio di niente
2. profonda, bassa
3. sta seduto in torretta
4. strumenti musicali a corde
5. seperazione di organi per incisione chirurgica
- 6 lubrificanti
7. fanno cadere i principianti
8. li usa l'alpinista
9. le pari di carne
10. ricovero per animali
14. sono ricordati con i babilonesi
17. minerali; principali costituenti dei calcari
19. un fallo del tennista
20. tanti erano i magnifici in un famoso film
22. aritocolo femminile
23. una capitale..... nel mondo
24. non lavorativa
25. giochi per famiglie
26. il nome di bearzot
30. segue las... in america
31. capitale greca
33. possono essere da legno, da ferro
34. bada alla manutenzione stradale
35. articolo maschile
36. preposizione articolata
38. la prima persona singolare
40. l'italia nei siti



Le soluzioni dei giochi del mese di LUGLIO/AGOSTO

REBUS CON CAMBIO

sostituire le lettere come indicato nella vignetta:5, 5, 2, 6, ,3, l', 3

Soluzione:

BOLLA **CESTA** **AR** **TOESCA** **PER** **O** **SET**

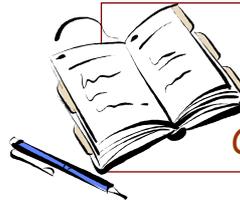
BELLA **FESTA** **AL** **TOESCA** **PER** **L'** **UET**



1	P	2	V	3	I	4	P	5	D	6	S	7	C	8	A	9	T				
9	A	10	R	11	E	12	S	13	I	14	S	15	T	16	E	17	R	18	E		
14	S	15	I	16	N	17	D	18	A	19	C	20	A	21	T	22	O	23	T	24	A
17	S	18	C	19	I	20	A	21	O	22	M	23	E	24	L	25	I	26	E	27	
19	C	20	E	21	N	22	T	23	I	24	A	25	R	26	A	27	P	28		29	
22	T	23	I	24	R	25	R	26	A	27	N	28	E	29	B	30	U	31	S	32	
26	A	27	O	28	M	29	A	30	T	31	T	32	O	33	N	34	A	35	T	36	O
29	P	30	L	31	A	32	T	33	T	34	E	35	I	36	T	37	E	38	R	39	
31	P	32	I	33	A	34	T	35	T	36	O	37	O	38	M	39	O	40	N	41	I
33	E	34	V	35	I	36	O	37	L	38	I	39	N	40	I	41	S	42	T	43	A
34	T	35	E	36	A	37	T	38	R	39	O	40	A	41	T	42	T	43	I	44	S
36	O	37	A	38	E	39	E	40	N	41	Z	42	A	43	I	44		45		46	



1	P	2	U	3	N	4	T	5	A	6	T	7	E	8	R	9	S	10	I	11	V	12	A
10	I	11	S	12	O	13		14	S	15	R	16	L	17		18	O	19	D	20	E		
13	A	14	S	15	T	16	I	17	C	18	E	19		20	E	21	T	22	E	23	R	24	E
17	A	18	E	19	D	20	O	21		22	P	23		24	T	25	A	26	I	27	T	28	
20	A	21	R	22		23	I	24	R	25	R	26	I	27	S	28	O	29	L	30	T	31	E
24	L	25	I	26	N	27	O	28	B	29	I	30	N	31	E	32	L	33		34	I	35	R
27	B	28		29	A	30	T	31	I	32	P	33	I	34	C	35	I	36		37	E	38	N
29	A	30	T	31	T	32	I	33	C	34	A	35		36	O	37	N	38	E	39	R	40	I
32	E	33	A	34		35	O	36		37	I	38	N	39	E	40		41	O	42	T	43	
35	A	36	R	37	N	38	O	39		40	N	41	A	42	D	43	A	44	L	45		46	A
39	I	40	N	41	T	42	R	43	I	44	S	45	T	46	I	47	R	48	S	49	I	50	
41	N	42	A	43	I	44	A	45		46	U	47	O	48		49	E	50	D	51	E	52	N



Prossimi passi Calendario delle attività UET

A Settembre chi è esperto non viaggia mai scoperto

Il mese di Settembre è il nono mese dell'anno nel calendario gregoriano, mese che vede la riapertura delle scuole e nel quale l'estate lascia gradualmente spazio all'autunno.

Il nome "settembre" deriva dal latino "september", a sua volta da "septem" ovvero "sette", perché era il settimo mese del calendario romano, che iniziava con il mese di marzo.

Nel 37 d.C. l'imperatore Caligola cambiò il nome del mese di Settembre in "Germanico" in onore dell'omonimo padre, ma alla morte dell'imperatore il nome tornò quello originale.

Nell' 89 d.C. di nuovo si parlò di "Germanico" per celebrare la vittoria dell'imperatore Domiziano sui Chatti, ma anche Domiziano fu assassinato ed il nome del mese riportato a "settembre".

Parimenti ebbe storia breve la riforma del calendario operata da Commodo, nella quale il mese di settembre prendeva il nome di "Amazonius".

Nel medioevo il mese Settembre veniva rappresentato da un gruppo di persone intente alla vendemmia, mentre nell'antica Grecia si celebravano feste in onore di Demetra, dea delle messi (identificata con la dea latina Cerere).

Al di là delle suoi trascorsi storici, il mese di Settembre è quello durante il quale le giornate diventano più brevi e l'aria diventa via via più fredda e la natura si prepara al lungo sonno dell'inverno.

Settembre è il mese dei colori, dei profumi, degli ultimi frutti estivi e (consentitemelo) quello della piena ripresa delle attività escursionistiche UET.

Quindi, cosa ci aspetta a Settembre amici Uetini?

Domenica 3 settembre andremo alla scoperta geologica del Vallone di Rochemolles, partendo dal Rifugio Scarfiotti a 2156 m e scoprendo i segreti di questo territorio attraverso una serie di sentieri attrezzati didatticamente che ci racconteranno le origini di questi monti.

<http://www.uetcaitorino.it/evento-130/rifugio-scarfiotti-sentiero-glacologico-valle-susa>

Domenica 17 settembre faremo il "Tour Rocca La Meja", un bellissimo percorso ad anello tutto intorno alla questa imponente cima dolomia che con i suoi 2831 m è situata nell'altipiano della Gardetta sovrasta tutta la Valle Maira.

<http://www.uetcaitorino.it/evento-131/tour-rocca-la-meja-valle-maira-2831m>

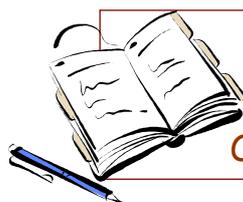
Infine Venerdì 22 settembre alle ore 21 presso il Salone degli Stemma del Centro Incontri al Monte dei Cappuccini, nell'ambito del programma di festeggiamenti dei 125 anni di storia della UET, si terrà la conferenza "UET 125 anni di storia" condotta dal giornalista Roberto Mantovani. Sarà una splendida occasione per ricordare questi 125 anni di storia trascorsi "insieme" e ragionare su quale possibile futuro sostenibile per la nostra Associazione.

<http://www.uetcaitorino.it/evento-157/uet-125-conferenza-sui-125-anni-di-storia-uet>

A Settembre si ricomincia... le attività UET ripartono...

Tu, ci sarai?

Mauro Zanotto



Prossimi passi Calendario delle attività UET



UNIONE
ESCURSIONISTI
TORINO
125



1892-2017 UET 125 anni di storia

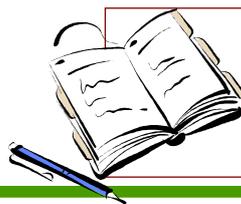
La Unione Escursionisti Torino (UET) è una Associazione storica di Torino, nata il 19 settembre 1892 con lo scopo di curare lo sviluppo dell'amore per l'escursionismo, promuovendo ed organizzando comitive per gite in montagna ed in pianura, per la visita di luoghi che presentano maggior interesse per bellezze naturali, storiche ed artistiche, così come da Statuto originale.

"Nec descendere nec morari" è il suo motto storico.

La Unione Escursionisti Torino quest'anno compie 125 anni di storia e desidera festeggiare questa importante ricorrenza con Soci e Amici proponendo tre attività di particolare significato storico e culturale.

- **Domenica 18 giugno**, faremo l'escursione "**Sui sentieri dei nostri Padri Fondatori**", un percorso ad anello all'interno del Parco Orsiera – Rocciavrè, che partendo da frazione Cortavetto, percorrendo il valloncetto del Gravio e risalendo al Colle Aciano, ci consentirà di raggiungere il nostro storico rifugio Pier Gioachino Toesca, presso il quale festeggeremo tale ricorrenza con una particolare merenda sinoira "commemorativa".
- **Sabato 1 luglio alle ore 21.00**, presso la Chiesa Santa Maria al Monte e convento dei frati Cappuccini, si terrà il concerto canoro "**Camminando per monti quel giorno di mezz'estate**" del coro Edelweiss del CAI Sezione di Torino al termine del quale la UET sarà lieta di offrire un rinfresco a tutti i partecipanti.
- **Venerdì 22 settembre alle ore 21.00**, presso il Salone degli Stemmi della sede sociale del CAI Sezione di Torino al Monte dei Cappuccini, si terrà la conferenza "**UET 125 anni di storia**" condotta dal giornalista esperto di alpinismo Roberto Mantovani, durante la quale ripercorreremo questo primo "tratto" di strada fatta insieme ma con lo sguardo rivolto ai futuri progetti della nostra Associazione.

Vi aspettiamo, tutti!



Prossimi passi
Altri Eventi



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI TORINO - SOTTOSEZIONI CHIERI E UET



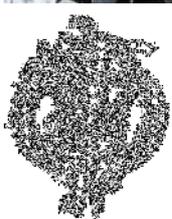
Con il patrocinio della
**CITTA' DI
CHIERI**

**8° CORSO DI
ALPINISMO GIOVANILE**
PER RAGAZZI DAGLI 8 AI 16 ANNI

PRESENTAZIONE Venerdì 17 Febbraio 2017 ore 21:00
in sede CAI - Via Vittorio Emanuele II, 76, Chieri (TO)

PROGRAMMA 2017

- 26 Febbraio** BAITA GIMONT (2035m)
Muoversi con le ciaspole tra incantevoli ambienti innevati
- 19 Marzo** FINALE LIGURE (200m)
Panoramica salita nell'entroterra ligure
- 9 Aprile** MINIERA DI CHIALAMBERTO
Affascinante avventura, con guida, tra i cunicoli di una miniera
- 7 Maggio** RISERVA NATURALE DELLA BESSA (400m)
Magnifica escursione sulle tracce dei cercatori d'oro
- 28 Maggio** TRAVERSELLA (1000m)
Arrampicare in sicurezza su placche e tacche



- 11 Giugno** RIFUGIO ALPETTO (2268m)
Bella escursione di medio impegno in ambienti incontaminati
- 24-25 Giugno** RIFUGIO SCARFIOTTI (2165m)
Fantastica escursione con pernottamento in rifugio
- 2-3 Settembre** RIF. TAZZETTI-ROCCIAMELONE (3548m)
Impegnativa ma soddisfacente salita in alta quota
- 17 Settembre** MASSELLO-VAL GEMANASCA (1300m)
Splendido giro ad anello in ambiente panoramico
- 08 Ottobre** BALMA BOVES (800m)
Piacevole passeggiata con Castagnata finale

PER INFORMAZIONI

Organizzatori di Alpinismo Giovanile:
- LUCIANO GARRONE 348.7471409
- FRANCO GRIFFONE 328.4233461

Oppure recarsi nelle sedi CAI di:
CHIERI in Via Vittorio Emanuele II, 76 il giovedì dalle 21 alle 22.30
TORINO al Monte dei Cappuccini il venerdì dalle 21 alle 22.30

Scaricate la locandina su: www.caichieri.it



Color seppia Cartoline dal nostro passato



I Quattro Denti di Chiomonte e le Trou de la Thouille

Domenica 17 giugno 1900 i soci Plavier e Viale col sottoscritto salivano sul primo treno di Modane, il quale li depose quasi puntualmente a Chiomonte alle ore 8:45.

Scesi al vecchio e solido ponte in pietra che cavalca la Dora Riparia, incominciò la scalata del massiccio di rocce rossastre, al quale si addossa la piccola, ma ricca plaga vitifera che rende celebre e giocondo Chiomonte.

Ma non vi spaventi la parola scalata: questa si compii mercè i risvolti frequenti di una buona strada mulattiera, sulla quale si proiettano, a tratto, le ombre ospitali di secolare castagni, e di raggi ardenti, anche in quell'ora mattinatale, di un sole che ha il compito di maturare le uve dei vigneti profumati allo zolfo.

Sul principio le vie di accesso presentavano soltanto l'imbarazzo della scelta; erano tutte una più bella e comoda delle altre, ma appunto l'abbondanza nocque, e qui vi dirò che il piano della escursione era questo: da Ramats S. Antonio si doveva salire direttamente al Pertuss, ossia Trou de la Thouille, obliquando a mezzogiorno; poi si

sarebbe raggiunta la prossima cresta, così detta dei quattro denti, e dopo averla esplorata a piacimento era inteso che si discendeva alla Cappella Bianca e da questa si faceva ritorno alle 2 a ramats ed a Chiomonte per la cena.

A tale intento fu scelta fra le varie strade quella che fu indicata dal gran consiglio dei borghigiani di Ramats. Per lunga pezza il cammino sembrava buono: castagni più volte secolari, larici alti come torri e diritti come candele, sponde erbose smaltate di fiori, alcuni dei quali anche rari, fonti di acque ottime.

Si giunse alla regione dei pascoli. Scalati circa 400 metri, di lì, a passo regolare di comoda marcia si giunse in vetta alle 13:30.

Questi, di Chiomonte, meglio di altre costiere a spuntoni, meritano il nome di denti per il loro numero, la forma, le dimensioni più modeste, e perché emergono da un dorso erboso che può realmente paragonarsi ad una gengiva.

Dal lato del dorso montano, i denti più elevati sorpassano di 5 o 6 metri al più il punto di appoggio, alcuni però richiedono una scala mano per sormontarli, altri sono di scalata più agevole e taluni anche facilissimi: in un quarto d'ora si percorre tutto il tratto di costa nel quale sono conficcati.

Dal più elevato di essi si dominano non soltanto la conca di Chiomonte e Gravere, ma tutta la comba di Susa da Giaglione fino allo

sbocco in piano.

Anzi, fra il Musinè a sinistra e la Sacra di San Michele a destra, si scorge la catena dei colli torinesi, lontana ben 65 km.

Il Rocciamelone e a Roncia sorgono al Nord; all'estremo sud invece si estende lo Chaberton, e al di là si indovina quel tratto basso e pianeggiante della catena di confine, nella quale, più in basso di tutti, si incastra il piano ed il passo del Monginevro.

In faccia ai quattro denti, oltre Val Dora, si rincarva la catena che separa la Dora dal Chisone; fra le nevi si indovina la strada militare rotabile che ne percorre la cornice, e si aderisce a cavaliere di essa la calotta della Ciantiplagna.

Più indietro la minacciosa cresta dell'Orsiera, con la punta del Villano e quella del Cormetto. Verso Val Clarea, selvaggia e quasi deserta, si eleva la punta dell'Arià, e al di qua di un grande intaglio, la Rocca dei Francesi, indi il nevoso Niblè (montagna di confine), dal quale digradando, la costa scende al Clopacà, e poi alla non più nevosa e proximissima cima del Vallone.

La Conca superiore del vallone di Tiraculo giace tra questi cinque monti ed il nostro, e dalla base delle scoscese pendici, donde precipitano in cascatelle le acque delle nevi fondenti, si scorge il tracciato del canale che raccogliendole, mette capo al celebrato acquedotto sotterraneo "La Thouille".

Ed eccoci al punto: lasciati due biglietti nelle screpolature di due denti molari, lo sguardo ci fu di guida attraverso al pascolo per scorgere donde sgorgava quella ricca vena d'acqua che passa nel Pertuss.

L'impetuosa corrente si ripartisce appena uscita dal foro; un braccio poderoso volge a destra, per abbeverare le terre di exilles; altro pari svolge a sinistra ed un terzo, meno copioso si avvala senz'altro in



cascatelle verso i pascoli sottostanti.

A cavallo della bocca quadrangolare che dà passaggio alle acque nel seno della roccia, sta la lapide che il Club Alpino Italiano ed il suo socio Caso di Napoli posero nel 1879 per eternare la memoria dell'autore Colombano Romean e l'opera sua, compiuta da solo, in 8 anni di indefesso lavoro, nel primo quarto del XVI secolo.

L'animo non può rimanere insensibile ove consideri sì che lo scavo di questo "trou" che diede la fertilità a tanta plaga di territorio, fu opera disinteressata di un uomo solo che, dotato di grande ingegno naturale, applicò, forse per il primo, ad un'opera altamente benefica ed umanitaria la scoperta delle mine.

Il ritorno fu fatto per un sentiero a zig zag che si diparte dalla base del salto d'acqua minore; e che con numerosi risvolti ci portò a Chiomonte, ove l'amena escursione ebbe per degno epilogo una buona cenetta, inaffiata, non occorre dirlo, da sufficienti libazioni del privato vino di Chiomonte.

Adriano Fiesco Lavagnino

*Tratto da "l'Escursionista" n°9
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE
ESCURSIONISTI DI TORINO
del 21 luglio 1900*



Dispone al piano terra di una sala da pranzo con una capienza di 48 coperti. Al primo piano vi è la zona notte con eleganti camerette da 2 e 4 posti letto ciascuna, per un totale di 24 posti letto.

Alcune nostre proposte:

- **pernottamento**: sconto del 50% ai soci Giovani iscritti al Club Alpino Italiano (<18 anni);

- **pranzo/cena completo**: primo+secondo e contorno+dolce oppure antipasto+polenta e contorno+dolce);

- **mezza pensione in camerata**: cena, pernottamento e colazione);

- **pensione completa in cameretta**: cena, pernottamento, colazione e pranzo)

Le tariffe non comprendono le bevande; gratuità per bimbi sotto i 5 anni; sconto del 50% per i bimbi tra 5 e 11 anni sulle tariffe di mezza pensione e pensione completa.

Il Rifugio inizia la stagione dal 26-27-28 di marzo (Pasqua) per tutti i fine settimana fino all' 11 giugno per poi iniziare la stagione estiva fino all' 11 settembre per poi continuare con tutti i fine settimana fino ai Santi

Invitiamo gentilmente chi volesse pranzare o pernottare al rifugio a prenotare:

Parco Orsiera-Rocciavré

Gestore **Marco Ghibaud** (detto il "Ghiba")

**San Giorio di Susa – Cortavetto
(parcheggio auto) – Sentiero 513 poi 510
per Località Pian del Roc**

Tel rifugio **0122 49526**

Cell gestore **346 2247806**

E-mail **info@rifugiotoesca.it,**
ghiba89@gmail.com

www.rifugiotoesca.it

I Consigli della Redazione *I posti in cui ci siamo trovati bene !*



la montagna torino
libreria editrice

La Libreria La Montagna dal 1974 svolge un'accurata attività di catalogazione delle edizioni italiane e straniere, pubblicando un repertorio aggiornato semestralmente.

Grazie al considerevole impegno di Marianna Leone e Maurizio Bovo, titolari dal 1983, e la costante attenzione alle novità editoriali in continuo aumento, il lavoro della libreria risulta di importante sostegno alla diffusione di un genere – il libro di montagna – che raramente trova spazio nelle librerie generaliste. Una parte delle attività è inoltre rivolta alla stesura delle segnalazioni delle novità editoriali sulle principali riviste del settore, Alp e La Rivista della Montagna; rilevante è anche il costante rapporto con numerosi autori, supportati dai titolari nelle loro ricerche bibliografiche.

Via Paolo Sacchi, 28 bis Torino 10128

Tel/Fax **011 5620024**

E-mail **info@libreriamontagna.it**

www.libreriamontagna.it

Aperta dal martedì al sabato 9:30-12:30 / 15:30-19:30, mercoledì orario continuato, lunedì chiuso tutto il giorno



Laboratorio di panificazione naturale con annesso negozio in Buttigliera Alta *di Marco Giaccone*

La missione che si pone PaneMadre è di diffondere la cultura delle buone farine. Alimentarsi con buone farine, magari integrali o comunque poco raffinate e non chimicamente trattate, migliora la qualità della vita. Perché migliora notevolmente l'assorbimento di sali minerali, vitamine e proteine nobili ed il metabolismo dei carboidrati.

PaneMadre è la casa dei panificatori di ogni livello. Dal forno di casa al professionista che desidera inserire nella propria produzione commerciale almeno un pane a vera "Lievitazione e Panificazione Naturale", tutti sono i benvenuti nella comunità di PaneMadre.

Per questo ci mettiamo al Vostro fianco ed attraverso esposizioni tecniche, documentazione specialistica, ricette e corsi specialistici desideriamo introdurre nelle Vostre case e nelle Vostre botteghe, l'entusiasmante profumo dell'autentico pane naturale.

Via Reano 16 – 10090 Buttigliera Alta TORINO
Tel 011 933 88 72 Mobile 335 653 42 78 info@panemadre.it

Orari di apertura negozio : LUN : 16,00 / 19,30
MAR – VEN : 7,30 / 13,00 -- 16,00 / 19,30 DOM : chiuso

A tutti i lettori della rivista ed a tutti i soci CAI UET che presenteranno questa pagina... Cristina e Costantino riconosceranno uno **SCONTO del 15% su capi di ABBIGLIAMENTO e ATTREZZATURA!!!**

I Consigli della Redazione
I posti in cui ci siamo trovati bene



Nuova APERTURA !
Via Nizza 136 Torino !!

Nuova APERTURA !
Tel 011 5842412 !!

Da sempre appassionati di **montagna**, operiamo nel settore a **TORINO** dal 1985, ma è soprattutto andando in montagna che abbiamo imparato a scegliere i prodotti migliori.

Specializzati in **alpinismo, escursionismo, trekking, climbing, arrampicata, dry tooling, ferrate, sci alpinismo e outdoor**, abbiamo, già in passato, avuto sempre il coraggio ed il fiuto di proporre e lanciare marchi nuovi, che hanno poi trovato la strada della popolarità.

Ancora oggi questo impegno si rinnova quotidianamente e continua con la scelta di partners quali **MILLET, LAFUMA, HAGLOFS, PEAK PERFORMANCE** e molti altri all'avanguardia oltre che per lo stile anche per la tecnologia.

In tutto questo un aspetto fondamentale è l'attenzione alla sicurezza ed alla tutela dell'ambiente, che ci fa affrontare il nostro lavoro così come si affronta una montagna: rifiutando, con coraggio ed entusiasmo ogni schema preconstituito.

Venite a trovarci nei locali più ampi e più facilmente raggiungibili.

Via SAN SECONDO 7 bis Torino - Via NIZZA 136 Torino

Tel/Fax **011 5604150**

Tel/Fax **011 5842412**

Cellulare **328 6991190**

E-mail **info@orizzontiverticali.to.it**

<http://www.orizzontiverticali.to.it/index.asp>

Apertura Lunedì 15,30/19,30
dal Martedì al Venerdì 9,30/14,00 - 16,00/19,30
Sabato 9,30/13,00 - 15,30/19,30



Dove Siamo >>>

www.orizzontiverticali.to.it/pages/mappa.htm



Iscriviti alla nostra newsletter

www.orizzontiverticali.to.it/pages/newsletter.asp

www.uetcaitorino.it



Tramite Smartphone, Tablet, PC, Smarttv vieni ad incontrarci sul nuovo sito www.uetcaitorino.it!

Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!

*Registrati gratuitamente come utente **PREMIUM** ed accedi a tutti i contenuti multimediali del sito... le foto, i video, le pubblicazioni.*

Scarica la rivista "l'Escursionista" e leggi gli articoli che parlano della UET, delle nostre escursioni, di leggende delle nostre Alpi, della bellezza delle Terre Alte e di tanto altro ancora!

Iscriviti alla newsletter e ricevi mensilmente sulla tua email il programma delle gite e gli aggiornamenti sulle attività dei successivi due mesi!

**Qualunque sia la tua passione per la
Montagna, noi ti aspettiamo!**

*amicizia, cultura, passione per la Montagna:
questi sono i valori che da 125 anni
ci tengono insieme !
vieni a conoscerci alla UET*

**Qualunque sia la tua passione
per la Montagna,
noi ti aspettiamo!**

*Vuoi entrare a far parte della Redazione
e scrivere per la rivista "l'Escursionista" ?*

**Scrivici alla casella email
info@uetcaitorino.it**

Rivista realizzata dalla Sotto Sezione CAI UET e distribuita gratuitamente a tutti i soci del CAI Sezione di Torino

l'Escursionista
la rivista della **Unione Escursionisti Torino**

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

seguiaci su



Settembre 2017