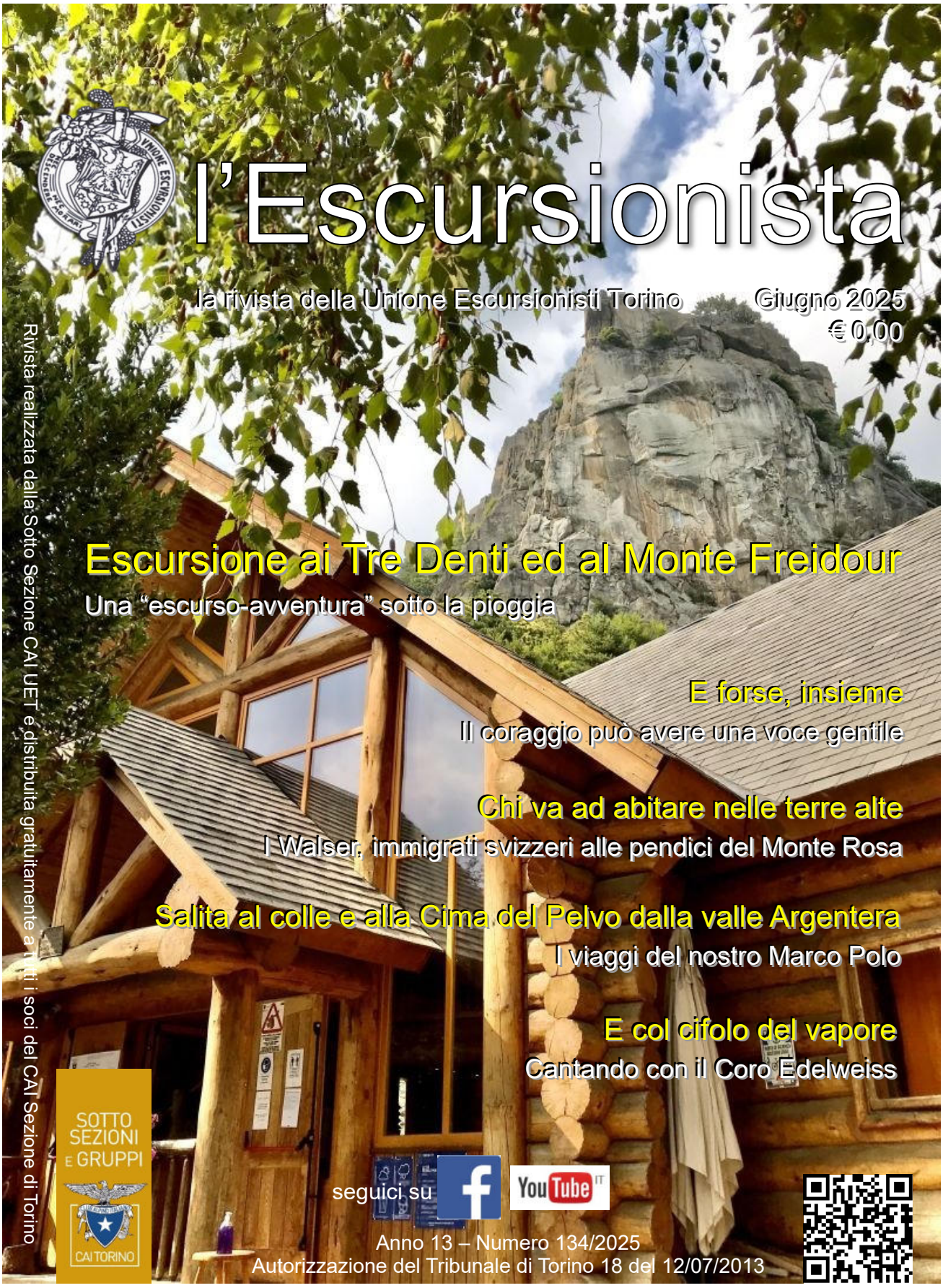
l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Giugno 2025
€ 0,00



Escursione ai Tre Denti ed al Monte Freidour

Una "escurso-avventura" sotto la pioggia

E forse, insieme

Il coraggio può avere una voce gentile

Chi va ad abitare nelle terre alte

I Walser, immigrati svizzeri alle pendici del Monte Rosa

Salita al colle e alla Cima del Pelvo dalla valle Argentera

I viaggi del nostro Marco Polo

E col cifolo del vapore

Cantando con il Coro Edelweiss

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

SOTTO SEZIONI E GRUPPI
CAI TORINO

seguici su

Anno 13 – Numero 134/2025
Autorizzazione del Tribunale di Torino 18 del 12/07/2013

Sezione di Torino

Editoriale
riflessioni del presidente

Due mesi

I giorni scorsi, alla fine di una gita fatta insieme, seduti al tavolo di un caffè dal nome Monte Rosa, in mezzo alla Val d'Ossola, Adriana mi chiede: "e allora, come è a fare il nostro reggente, sono ormai due mesi, vero?".

Vero, sono ormai quasi due mesi, giusto, Adriana: sì, era stata a inizio aprile la nostra assemblea, quelle cose che si fanno perché ti dicono tocca a te, e si risponde va bene senza neanche saper del tutto cosa si dovrà fare. Soprattutto per chi come me non era mai stato prima in un consiglio direttivo, e neanche in una qualche commissione del CAI di Torino.

Per me, fino a due mesi fa, il CAI erano solo più le nostre gite, appunto, e poi trovarsi a far due chiacchiere insieme in un bar, a inizio e fine gita, oppure venire su al Monte a sentire qualche presentazione, tipo Piermario Migliore o Gigi Leardi. Questo era il CAI, e prima la SAT (cioè la Società Alpinistica Tridentina delle mie parti), fino a due mesi fa per me.

In questi due mesi sono successe tante cose, alcune anche complicate, e stanno succedendo ancora, ma non nell'UET. La nostra Unione Escursionisti Torino, ho risposto ad Adriana, va avanti e continua a fare le cose per bene, e questa rivista - per la quale Mauro Zanotto non sarà mai abbastanza ringraziato - ne è già un bell'esempio.

Ma tra le tante cose di questo inizio mandato, credo che sia bene almeno ricordarne due: per entrambe le quali va invece ringraziato tanto Alberto Giorgis, soprattutto ora che - a quanto pare - torna ad avere incarichi CAI solo con noi nell'UET.

La prima cosa è il nostro rifugio Toesca, che si è trovato l'autunno scorso in mezzo a un'alluvione, uno di quegli eventi che capitano ogni cinquant'anni, con il rio Gerardo - che gli scorre di fianco - devastato da frane e smottamenti, che ne hanno distrutto l'alveo e hanno travolto di tutto, perfino ponti giù a valle.

In mezzo all'alveo, come sappiamo, c'è la presa di captazione delle acque per il nostro impianto idroelettrico del rifugio. O meglio, c'era ed è stata divelta dalla tormenta, e così da allora Alberto, in quanto responsabile del rifugio è andato su decine volte a verificare e ripristinare il tutto.

Ecco, credo che dovremmo essere tutti grati a lui, così come a Roberta e Marco, i gestori, che con la loro preziosa passione per quel rifugio permettono di offrire a noi stessi e a tutti i visitatori del Parco dell'Orsiera

Prima e quarta di copertina di questo mese: Rifugio Mellano (Casa Canada) con la Rocca Sbarua alle spalle.

Sezione di Torino

uno dei luoghi più belli della zona dove fermarsi a mangiare e ad alloggiare.

La seconda cosa è in corso, ed è il progetto Challenge o meglio i progetti, cinque progetti nei quali sono impegnati una trentina di ragazzi laureandi del Politecnico, che stanno studiando innovative soluzioni energetico-ambientali per i rifugi in quota del CAI, sotto la guida dei loro docenti e del personale amministrativo.

Con loro abbiamo trascorso due giorni interi proprio su al Toesca, un po' sotto la pioggia, un po' a cantare intorno a una chitarra, ma anche aprendo la fossa Imhoff, o in sopralluogo appunto su alla presa di captazione dell'impianto o giù alla turbina: due giorni che forse sono stati - per molti di noi - una gran bella esperienza, di condivisione e di confronto.

Bene, il nostro rifugio Toesca questo mese di giugno apre ufficialmente la sua stagione e anche lui, grazie appunto ad Alberto, e soprattutto a Roberta e ai suoi collaboratori, va avanti e gli saremo sempre vicini.

Gianluigi Pasqualetto
Reggente Unione Escursionisti Torino

L'ESCURSIONISTA
ORGANO DELL' UNIONE ESCURSIONISTI DI TORINO
NEC DESCENDERE NEC MORARI
SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della
Unione Escursionisti Torino

Anno 13 – Numero 134/2025
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 Zanotto

Condirettore Editoriale
Gianluigi Pasqualetto

Direttore Responsabile
Roberto Mantovani

Relazioni con il CAI Sezione Torino
Francesco Bergamasco

Comitato di redazione: Laura Spagnolini, Luisella Carrus, Domenica Biolatto, Luciano Garrone, Ornella Isnardi, Giovanna Traversa, Piero Marchello, Franco Griffone, Walter Incerpi , Mauro Zanotto, Beppe Previti, Luigi Leardi, Maria Teresa Bragatto, Pier Mario Migliore, Gianluigi Pasqualetto, Enrico Volpiano, Vittorio Mortara

Collaboratori esterni: Beppe Sabadini, Chiara Peyrani, Nicoletta Sveva Pipitone, Maria Teresa Andruetto Pasquero, Giulia Gino, Sergio Vigna, Marco Giaccone, Giovanni Cordola, Gianluca Menichetti, Cristina Natta Soleri, Veronica Lisino, Fabrizio Rovella, Michela Fassina, Antonio Bertero, Annamaria Gremmo, Alessandra Ravelli, Consolata Tizzani

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

Sommario
Giugno 2025

Editoriale – Riflessioni del Presidente
Due mesi 02
Sul cappello un bel fior - La rubrica dell'Escursionismo Estivo
Escursione ai Tre Denti ed al Monte Freidour 05
Una "escurso-avventura" sotto la pioggia
Verso il Colle Grisoni 08
Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare
E forse, insieme 10
Il coraggio può avere una voce gentile
Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi
Il pozzo delle Anguane 14
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis
E col cifolo del vapore 17
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare
Il Pane della Campania 20
C'era una volta - Ricordi del nostro passato
Le tradizioni popolari 24
la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna
International Mountain Museums Alliance e International Alliance for Mountain Film 26
Confermato al Museomontagna il coordinamento delle due associazioni
la Montagna scritta - la rubrica della Biblioteca Nazionale CAI
Breve storia delle guide alpinistiche del CAI 28
Marco Polo - Esplorando… per Monti e Valli
Salita al colle e alla Cima del Pelvo dalla valle Argentera 31
Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino
Chi va ad abitare nelle terre alte 34
I Walser, immigrati svizzeri alle pendici del Monte Rosa
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute
Mal di schiena: cause e come curarlo 39
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici
Strizzacervello 42
Prossimi passi - Calendario delle attività UET
In giugno, in bene o in male, c'è sempre un temporale 49
Reportage – Ai confini del mondo
Val d'Aosta mon amour 51
Appunti di viaggio
Color seppia - Cartoline dal nostro passato
Una Escursionista torinese a bordo della "Memphi" 54

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

Escursione ai Tre Denti ed al Monte Freidour

Sabato 10 maggio sono le 22 e 17, cavolo devo farmi ancora lo zaino, ma prima devo consultare le previsioni del tempo.

Accendo il PC ed inizio la visione dei siti: il primo mi da pioggia dal mattino presto fino al primo pomeriggio, penso: non iniziamo bene. Il secondo sito: mi fa vedere all'incirca la stessa cosa: in pensiero è stato: qui si mette male. Vado al terzo: nelle ore centrali del mattino solo nuvole, siamo due a uno. Non ho finito, consulto il quarto: ancora meglio, assenza di pioggia fino alle ore 15, siamo in parità: 2 a 2, vado nel quinto e ultimo, quello a cui dò più affidamento, in cui si può osservare il movimento della perturbazione dal giorno prima, qui sembra che la mattinata non porti pioggia, diciamo che tutto sommato ci sono delle possibilità di riuscita, ma nella testa gira un'unica frase imparata da un libro uscito molti anni fa: e io speriamo che me la cavo.

Preparo lo zaino come al solito, ma questa volta concretizzo la posizione del materiale anti-pioggia.

Arriva la domenica sono le 4 e 47 mi sveglio c'è un rumore strano, mi alzo, inforco gli occhiali e guardo fuori dalla finestra; sta piovendo fortissimo, come dicevano alcuni siti nelle previsioni, ma sono fiducioso, torno a letto è ancora presto. Sono io che sveglio la sveglia, l'ho anticipata di qualche minuto, bene, così farò le cose con più tranquillità.

Povero illuso. Accendo il telefono trovo messaggi su Whatsapp, di chi si ritira perché piove, di chi è in ritardo perché piove, ma qui da me neanche una goccia. Sbrigo le risposte, e invio gli aggiornamenti ad Alberto, così riesco a partire in auto per andare a prendere Piermario, il quale si lamenta del mio ritardo, cosa che non è nel mio essere, ma comunque grazie whatsapp.

Arriviamo alla Borgata San Martino, notiamo che è tutto asciutto, anche Paolo accompagnato dalla fida Zarina, che ci ha raggiunti lì, conferma che non ha piovuto.

Ci prepariamo e attendiamo l'arrivo di chi è partito da Torino.

Una volta che tutti sono pronti, come solito si dicono due cosette sul posto, come si svolgerà la gita e chi sono gli accompagnatori del giorno. Iniziamo la marcia, con mezz'ora di ritardo rispetto la tabella di marcia, troppo per una giornata con minaccia di pioggia, prima su asfalto, poi su cemento, ed ecco la deviazione e inizio sentiero subito in salita, come dirà più avanti qualcuno, ma qui non molla mai, in effetti sono pochi e brevi i tratti dove le gambe possono rilassarsi.

Continuiamo a salire nel bosco, ci sono castani, faggi, ogni tanto si fa notare un pino silvestre. Alcuni tratti del sentiero sono diventati rio, così stiamo anche con i piedi in ammollo.

Non ci manca neanche il forte tasso di umidità, per questo siamo tutti molto più sudati e qualcuno fa fatica a respirare, ma arriviamo al colle della Bessa.

In salita nel bosco

Sul Dente Orientale m.1343

Sosta per bere un sorso d'acqua e sgranocchiare qualcosa. Da qui inizia la parte seria: alterniamo un accompagnatore ad un partecipante, così se in un passaggio ci fosse la necessità si può agire da sopra o da sotto. Si susseguono semplici passaggi su roccia e tratti di sentiero, fino al tratto con il canapone.

Lasciati i bastoncini ci aiuta a salire tenendosi alla corda, ultimi gradini in pietra e siamo al Dente Orientale dove si trova una cappellina, una cima è fatta, Intorno a noi solo nubi grigie, mi spiace che non si possa godere del panorama, non resta altro che dire cosa si sarebbe dovuto vedere.

Scendiamo aiutandoci con il canapone, veramente di grande aiuto, ritorniamo sui nostri passi per alcuni metri, per continuare sul sentiero che ci porta ai gradini su roccia, poi ancora sentiero, ci infiliamo tra delle rocce e troviamo altri gradini e un'altra corda che aiuta a raggiungere il Dente Centrale con la sua Madonnina che guarda verso Cantalupa e Frossasco. Anche qui foto di vetta, poi giù per andare a riprendere il sentiero.

Quasi subito diventa un percorso tra i massi bagnati, dove bisogna tirare fuori le proprie capacità di equilibrio, poi nel bosco tra radici e terreno pendente e scivoloso, ritorniamo a salire per poi ridiscendere al Colle Aragno Est, saliamo di nuovo e discendiamo al Colle Aragno Ovest, saliamo nuovamente, durante il percorso in cresta, faccio notare i canaloni erbosi alla nostra sinistra dove altre volte ho visto gli stambecchi, a testimonianza di ciò più avanti notiamo sul sentiero delle fate fresche di loro appartenenza.

Stiamo alternando brevi tratti in sali scendi, quando Alberto urla: là camoscio, alla nostra destra nel bosco un giovane esemplare si sta muovendo, siamo troppi e chiassosi ed è una fortuna averlo visto per un attim, infatti scompare nel bosco, aggirando un dosso.

Ci apprestiamo a salire quel dosso ed arrivati in cima davanti a noi di una quarantina di metri in mezzo al sentiero, di nuovo lui, si guarda intorno, ci osserva, noi tutti fermi in silenzio ad osservarlo. Ario lo riprende col cellulare, mentre bruca l'erba poi si butta giù per i canaloni verso Cantalupa.

Continuiamo sul sentiero, non si vede, ma indico la nostra metà, manca poco, infatti dalle nubi ecco il monumento "Ali come vele" siamo sul Monte Freidour.

Sono le 12 e 17 minuti, che facciamo? La strada per il rifugio è lunga, si pranza, il tempo di accomodarci, do 3 morsi al panino e inizia a piovere, Mai una gioia. Pensiamo che sia meglio fare uno sforzo e raggiungere il rifugio, Valter dice che gli hanno telefonato dicendo che giù c'è il sole: che spiritoso.

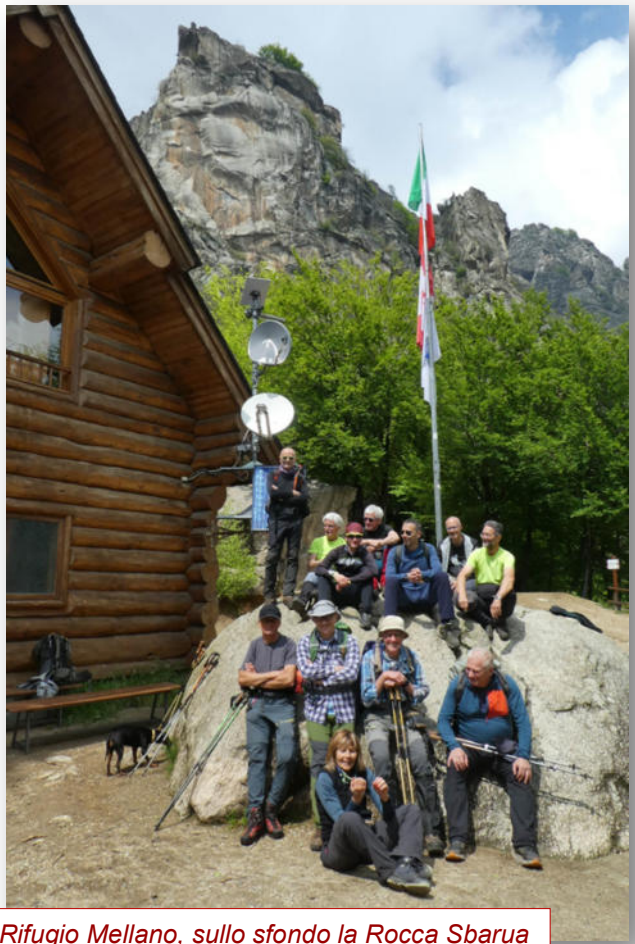
Partiamo, piove, ogni tanto ci fermiamo sotto i faggi ad aspettare i più lenti, ma neanche gli alberi ci danno riparo, quando andavo alle elementari mi insegnarono che l'Italia è un paese a clima mediterraneo, mi sa che adesso è diventato un paese a clima tropicale, intanto arriviamo al colle Sperina.

Il cartello ci dice un'ora per il rifugio, via scendiamo, dopo pochi metri un altro cartello ci dà il rifugio a sola mezz'ora, come scorre in fretta il tempo, o forse sarebbe meglio impiegarne di meno, ma essere un pò più precisi.

Ad un certo punto le nubi incominciano a diradarsi, esce qualche raggio di sole ma continua a piovere, poi a 5 minuti dal rifugio cessa di piovere ed il sole la fa da padrone. Magari Valter la telefonata l'aveva ricevuta davvero!

Siamo al rifugio Mellano o casa Canada, allarghiamo il nostro materiale affinchè si asciughi, e finalmente mangiamo tranquilli, battute e prese in giro arricchiscono la sosta: Raffaele ha bagnato (in piemontese: sta per battezzato) la sua nuova tessera CAI fatta da soli due giorni, nel vero senso delle parole con tutta l'acqua di oggi.

Le solite foto di tutto il gruppo e due parole sulla storia della Rocca Sbarua. Ripartiamo, il sentiero passa sotto le pareti da dove si possono osservare molte delle vie di arrampicata, adesso ci sono le paline segnaletiche per indicare dove sono e la loro partenza. Continuiamo in falso piano, scendiamo e attraversiamo due rii, purtroppo bisogna salire ancora, avanti per il Colle di Castellar.



Rifugio Mellano, sullo sfondo la Rocca Sbarua

Sul Dente Centrale m.1361

Arriviamo al colle, le nubi si diradano, si vede meglio la piana Pinerolese, fino a quando raggiungiamo il posto dove come avevo annunciato si sarebbero visti i Tre Denti come tre denti, infatti c'è stato da parte di tutti un susseguirsi di foto, alla giapponese.

Adesso non rimane che percorrere la lunga pista poderale per tornare alle auto: così stoicamente passo dopo passo continuiamo. Tutto sommato ci è andata bene, le mete sono state raggiunte, il giro completato.

Ringrazio gli accompagnatori presenti e tutti i partecipanti, nominando l'unica donna presente, Gabriella, sperando che la prossima volta la quota rosa sia più numerosa. Chissà se altri avranno la voglia le prossime volte di partecipare alle nostre "escurso-avventure".

Sebastiano Zanetti

Verso il Colle Grisoni

Si è svolta il 4 maggio la gita sociale in collaborazione GEAT e UET. Due Sottosezioni storiche del CAI Torino. La prima nata nel 1920 è più giovane, si fa per dire, della nostra UET, fondata nel 1892.

Il ritrovarsi tutti insieme, per una uscita di escursionismo è una consuetudine che dura da diversi anni e, ogni volta, riscuote sempre un buon successo.

Questa volta si va al Colle Grisoni in Val di Viù, una delle tre Valli di Lanzo. E' una meta poco conosciuta e perciò anche poco frequentata.

Chi conosce queste terre sa che però sono ricche di storia. Sono state protagoniste, durante la II guerra mondiale, di cruenti scontri fra partigiani e nazifascisti. C'è anche un' altra storia, quella della vita di montagna, fatta di duro lavoro e di isolamento nei lunghi e rigidi inverni.

Ma torniamo alla nostra escursione. Raggiungiamo con le auto Fubina e proseguiamo per la Frazione di Molar del Lupo da dove iniziamo la nostra camminata. Le condizioni meteo non sono delle migliori e prevedono pioggia.

Siamo circa trenta escursionisti, tutti ben equipaggiati di giacche a vento e qualcuno ha ombrello e mantella. Nell'insieme formiamo una lunga fila colorata che trasmette allegria sotto un cielo grigio che non promette nulla di buono.

C'è anche Aaron con noi, un vivacissimo Border Collie che si fa subito amare da tutto il gruppo. Lui è un cucciolone di 4 anni della nostra socia Uettina Vittoria che non ha potuto partecipare a questa uscita.

Il sentiero, stretto, inizia in lieve pendenza con un lungo traverso panoramico che domina la Val di Viù. In alcuni tratti diventa ripido ma continua a correre parallelo a mezza costa, al torrente Stura di Viù .

Mentre procediamo, Aaron corre avanti e indietro a controllare il gruppo… E' un cane pastore che fa bene il suo lavoro.

Fra una chiacchiera e l'altra, raggiungiamo il caratteristico Ponte del Molino, in pietra, costruito nel 1744 sul torrente Stura di Richiaglio. Lo percorriamo e dopo una breve sosta procediamo verso il paese di Richiaglio.

Il sentiero lascia ora il posto ad una antica mulattiera, che collega da sempre borgate e vallate. In breve raggiungiamo Case Siri e Case Baiera, piccoli gruppi di abitazioni ai

margini in un fitto bosco di faggi. I prati, in piena fioritura, sono una gioia per lo sguardo.

Mentre cammino, ripenso a quanto avevo letto qualche giorno prima sulla vita in questo angolo di Piemonte vicino a Torino ma da cui sembra invece molto, molto distante! Nel frattempo arriviamo a Richiaglio. Un ponte in pietra, accanto a una strada carrozzabile ci porta nel piccolo borgo. Qui il tempo sembra essersi fermato e un leggero venticello porta il profumo di una vita sana e autentica.

Un timido sole illumina appieno la borgata. Un vecchio campanile, unica parte di una chiesa ormai crollata, qualche vecchietta, qualche mucca, il fumo che sale da qualche camino e una bella fontana/abbeveratoio ci mostrano che qui lo scandire delle giornate ha un ritmo diverso rispetto alla vita di città: è quello dettato dalle stagioni, albe e tramonti.

Un rigattiere tiene esposte in bella vista, appese al muro di una piccola casa, una svariata quantità di oggetti arrugginiti, forse come decorazione. Chissà. Richiaglio è il villaggio delle ceste e delle gerle, queste ultime chiamate *"le gabasse"* in dialetto piemontese. Qui abitano poche decine di persone.

Nella omonima vallata, come nelle altre della zona, si coltivano patate e ortaggi e nella buona stagione si portano mucche e capre negli alpeggi. Dicevo che questo era il paese dei cestai. Le gerle, intrecciate con cura, venivano prodotte e portate nei mercati delle zone limitrofe. Questa attività oggi, praticamente non esiste più. Nel 2013 c'erano ancora due persone che le realizzavano.

Le nuove generazioni vogliono dedicarsi ad altre attività e lasciano queste terre. Produrre una *"gabassa"* richiede pazienza e tempo, quello che oggi manca!

Sostiamo per una piccola pausa prima di ripartire verso il Colle Grisoni. Qualche minuto per bere e riempire le borracce con l'acqua freschissima della fontana e ci rimettiamo in marcia. Il sentiero parte subito ripido sul pendio e raggiungiamo le Case Benna, pochi edifici rurali, su uno dei quali sono appesi, sulla facciata, gli attrezzi di lavoro dei contadini/montanari.

Il gruppo prosegue con entusiasmo. Anche Aaron fa grandi salti di gioia e si rotola sull'erba umida.

Le condizioni meteo però sono in via di peggioramento e nel primo pomeriggio dovrebbe piovere. Siamo ancora distanti dalla meta ma a malincuore torniamo indietro sul percorso già fatto. Qualcuno vorrebbe proseguire però la sicurezza del gruppo impone il ritorno.

Inizia a piovere nel vallone di Richiaglio, su un fondo già intriso d'acqua dalla notte precedente. L'intensità aumenta, le pietre scivolose richiedono attenzione per non scivolare e il ritorno a Molar del Lupo è sotto una pioggia copiosa.

Aaron tiene alto il morale del gruppo e le risate non mancano. Riusciamo tutti a tornare alle auto senza problemi. Salutiamo gli amici della GEAT con il proposito di organizzare insieme una prossima escursione.

Mi giro ancora una volta indietro a guardare queste montagne imponenti e selvagge. Ho in mente un sacco di pensieri e di domande, una in particolare: "ma noi saremmo capaci di rinunciare alle comodità della vita di città, al tutto subito, senza sforzo per tornare ad una vita genuina, semplice in armonia con l'ambiente, consapevoli che questo comporta anche fatica e sacrificio?"

Pensiamoci un momento…

Luisella Carrus

E forse, insieme

Il coraggio può avere una voce gentile

Dedicato,
a chi ha il coraggio di camminare piano,
a chi sa che il vero potere è prendersi cura,
a chi, ogni giorno, sceglie di essere leone dal cuore mite,
e a chi crede che forse, insieme, il mondo possa cambiare.

C'era una volta, in un angolo del mondo dove le campane parlano al cielo e il marmo racconta storie antiche, un Papa che si chiamava Francesco.

Aveva il passo leggero di chi sa che ogni giorno è un dono e il cuore semplice di un bambino che guarda le stelle.

Non aveva corone d'oro né troni di cristallo nel cuore, solo una sedia di legno, un bastone da pellegrino e tanti sogni ancora da raccontare.

Parlava alla gente comune, camminava con i poveri, invitava gli ultimi alle feste della grande dimora.

Un mattino di primavera, mentre il sole dipingeva di rosa le cupole di Roma, Francesco capì che era tempo di passare il testimone.

Il mondo cambiava veloce come il vento, la sua salute non lo sosteneva più e sentiva che il suo compito era quasi finito.

Così, si ritirò nei suoi giardini segreti, tra antichi olivi, erba verdissima e curata e fiori variopinti, si sedette su una panchina di legno e scrisse una lettera. Non lunga, non solenne; parlava al cuore, non al protocollo.

"A chi verrà dopo di me, lascio il bastone del pellegrino, non uno scettro di potere. Ricorda che la forza vera è fatta di ascolto, di mani che accarezzano, non che stringono forte.
Il mondo non ha bisogno di lupi travestiti da agnelli, ma di leoni che sappiano proteggere con dolcezza, come l'amico Leone, che camminava accanto a Francesco d'Assisi, silenzioso ma forte, sempre fedele.

Cammina accanto agli ultimi e Dio camminerà accanto a te."

Poi piegò la lettera, rientrò in casa e la mise dentro una piccola scatola di legno d'ulivo che lasciò sul suo scrittoio.

Il tempo passò.

Francesco raggiunse la casa del Padre e per tutta la Terra fu un grande dolore.

Quando venne il giorno di scegliere il nuovo Papa, i cardinali elessero un uomo giovane di cuore, anche se i suoi capelli cominciavano a brillare d'argento.

Scelse un nome antico e pieno di significato: Leone.

Non per dominare, ma per ricordare al mondo che la forza può essere mite, che il coraggio può avere voce gentile.

Il giorno della sua prima apparizione, Papa Leone salì sulla grande loggia.

La piazza era piena di volti e attese di speranza.

Non parlò subito, visibilmente commosso.

Sollevò il bastone di legno che Francesco gli aveva lasciato.

Ripensò al messaggio di Francesco, scritto in modo fermo e deciso e sorrise, come si sorride a un vecchio amico.

Iniziò così:

“La pace sia con voi!
Non sono qui per cambiare il mondo.
Sono qui per camminare con voi.
E forse, insieme, il mondo cambierà."

Da quel giorno, molti dissero che il bastone sembrava più leggero.

E forse, chissà, anche i leoni avevano sempre sognato di camminare accanto agli agnelli, per proteggerli.

Avevano solo bisogno che qualcuno glielo ricordasse.

Buona strada Papa LEONE XIV!

Michela Fassina

l'ultimo libro di Michela Fassina…

Michela Fassina è nata a Torino, città presso la quale ha conseguito una laurea in Scienze Biologiche.

Vive a Grugliasco e insegna da più di 16 anni in questa cittadina di provincia, dopo un'esperienza lavorativa come biologo presso una ditta di diagnostici in Torino.

Da sempre amante della montagna dove si rifugia, in un piccolo paesino della Val Germanasca, appena può con la propria famiglia.

Qui nel silenzio e nel verde tra passeggiate e sciate, sono nati la maggior parte dei racconti presenti in questa raccolta.

Questo libro è il concretizzarsi di un sogno sempre rincorso.

Caro lettore, quante volte hai ascoltato un racconto?

Da piccolo, da grande, intenzionalmente o per caso, durante un viaggio in treno, alla radio, da un amico, da un nonno, dalla tua mamma.

Forse l'avrai trovato curioso, triste, pauroso o comico; avrà comunque suscitato emozioni.

La vita è emozionarsi.

Spero che questi racconti possano emozionarti e che tu, dopo avere letto il primo, possa essere incuriosito fino alla fine, divorandone uno dopo l'altro, come ciliegie.

Il rifugio Toesca riconosciuto come una "Eccellenza Italiana"!

Il rifugio è aperto!!
Vi aspettiamo!

PREMIO
ECCELLENZE
La guida tra le Eccellenze italiane.

Il pozzo delle Anguane

Viveva un tempo a Serdés una vedova ricca ed avara che aveva un unico figlio.

<<Sposati, ragazzo mio, perché da sola non ce la faccio più: la casa è grande e ho bisogno di aiuto>>, gli diceva, sempre più spesso. <<Devi cercarti una di famiglia agiata, magari di fuori, che importa? Purché porti una bella dote.>>

Ma il giovanotto da quell'orecchio non ci sentiva. Si era innamorato di una biondina che, rimasta sola dopo la morte dei suoi, viveva con due caprette, che erano la sua unica ricchezza in una baita un po' sopra il paese.

Lei ricambiava il suo amore, ma lo metteva in guardia: <<Gira alla larga: tua madre non vorrà mai avere per nuora una poveraccia come me>>.

<<E se non fosse? Dimmi, se ti accogliesse di buon grado, accetteresti di diventare mia moglie?>>, insisteva lui, per vincere la ritrosia della fanciulla.

Un giorno ne parlò alla vecchia, facendole capire che ormai la decisione era presa e niente al mondo avrebbe potuto fargli cambiare idea. L'indomani salì alla baita a prendere la giovinetta, e comparve al suo fianco sulla soglia.

<<Madre, ecco qui la mia sposa>>, annunciò.

La donna inghiottì amaro, ma, fingendo d'essere contenta, ricordò: <<per le nozze ci vogliono gli anelli. Scendi subito a valle a comperarli. Intanto la tua promessa sposa resterà con me, e vedrò di insegnarle a rigovernare la casa di cui sarà padrona>>.

<<Più che giusto>>, approvò il figlio lieto che la cosa si risolvesse nel migliore dei modi.

<<Parto subito, e domani, a sera, sarò già di ritorno>>

<<Senza fretta: la tua sposa è in buone mani!>>, assicurò la madre.

Aveva già preparato il suo piano.

<<Oggi riordini la casa. Poi c'è da fare il bucato>>, disse alla ragazza, mostrandole la cesta della biancheria sporca. <<All'alba andrai al pozzo di Senes: quella è un'acqua speciale, che sa rendere i panni come nuovi.>>

Lassù, dove avevano trovato rifugio le pagane che non si erano volute convertire, sapeva che ancora vivevano Anguane capaci di scatenare dall'alto delle Rocchette tempeste coi fiocchi. E non volevano intrusi tra i piedi. Guai a chi aveva l'impudenza di andare a disturbarle!

La vecchia contava su quelle streghe per liberarsi della giovinetta.

La vide partire di buon'ora, ancor prima che l' aurora schiarisse il cielo ad oriente, sollecita e allegra, la gerla sulla schiena.

Inconsapevole del pericolo cui andava incontro, la fanciulla salì fino ai prati di Senes.

Si accostò al vecchio pozzo scavato proprio in mezzo al pianoro, attinse l'acqua, lavò, risciacquò, stese il bucato al sole. Il cuore le cantava di gioia, mentre, nell'attesa che i panni si asciugassero, si riposava all'ombra di un cespuglio.

<<E stato tutto più facile di quanto pensassi. Devo solo cercare di fare nel migliore dei modi ogni cosa che mi viene richiesta. A me lavorare non pesa». Si diceva, seguendo con lo sguardo il volo di un'ape che passava ronzando dall'uno all'altro fiore.

Ma, nascoste nella pineta sovrastante il pianoro, le Anguane non l' avevano persa d'occhio un solo istante, da quando era arrivata.

<<Ha calpestato la nostra erba.>>

<<Ha contaminato l'acqua del nostro pozzo.>>

<<Ha disturbato la nostra quiete!>>

<<Dobbiamo punirla!>>

Decisero di flagellare quell'impudente con una grandinata che le rovinasse irrimediabilmente il bucato e facesse tanti danni da lasciare a lungo il ricordo nella vallata.

Alcune rimasero sul pianoro di Senes; le altre, pronunciando le formule dell'incantesimo, risalirono la costa delle Rocchette, percuotendo con sottili verghe le rocce, per chiamar la tempesta.

La ragazza le udì, e un brivido di paura la scosse.

<<Vogliono scatenare il finimondo. Il raccolto andrà perso, tutto sarà distrutto. Vergine santa, che cosa posso fare?>>

Le parve che una voce dolcissima le sussurrasse: <<Scendi di corsa alla chiesa di Chiapuzza, al di là del torrente di Bòite, e attaccati alle corde!>>.

<<Ma i panni stesi...>>

<<Non perdere tempo! Suona quelle campane miracolose, suonale a lungo, e salverai ogni cosa.>>

Mentre un vento impetuoso si levava improvviso e fosche nuvole si addensavano in cielo tra il rabbioso ululato delle Anguane, la giovinetta si precipitò a valle prendendo ogni scorciatoia, scavalcando i ruscelli e le siepi.

Arrivò ansante alla cappella, vi entrò, si attaccò alle corde delle campane, suonando a distesa.

Erano due i bronzi benedetti; li chiamavano Marta e Maria.

Dalla valle i rintocchi salirono su su, fino alle cime, bloccando con una forza arcana le streghe giunte sotto le Rocchette.

Le altre, rimaste presso il pozzo, gridarono rabbiose: <<Battete, battete la tempesta!>>

Cupe voci risposero dall'alto: <<Non si può, perché suonano Marta e Maria>>.

Il vento si acquietò; la nuvolaglia nera si disciolse in cielo, senza lasciar cadere una sola goccia di pioggia.

Tirando un sospiro di sollievo, la ragazza risalì fino al pianoro, raccolse i panni lindi come neve, e riprese il sentiero di Serdés.

<<Ecco il vostro bucato>>, disse alla suocera sbalordita. <<C'è mancato poco che la tempesta non me lo rovinasse.>>

La donna turbata le mise in mano le chiavi di casa.

<<Sei tu la padrona, qui, adesso. Ho visto che sai sbrogliartela bene.>>

E quello fu un matrimonio felice, allietato da molti figlioli.

Quanto alle Anguane, c'è chi dice che ancora si aggirino nelle notti di luna piena a combinare guai, e di tanto in tanto battano la tempesta sulle rocce delle Rocchette.

Ma pare anche che la grandine risparmi Serdés.

Mauro Zanotto

l'ultimo romanzo di Sergio Vigna…

Helghe e Petter, insieme al cane, Ove, sono i protagonisti di un'avventura fantastica vissuta in uno dei fiordi più suggestivi e selvaggi della Lapponia norvegese.

I due ragazzi, compagni di scuola e amici inseparabili, vivono nel villaggio di Langfiordenes.

Petter viene a sapere dal nonno Knut dell'esistenza di una magica collana di denti d'orso bianco nascosta in un'isoletta nel fiordo Langfjorden: chi la indossa può dialogare con tutti gli animali.

Il ragazzo decide di andarla a cercare insieme alla sua amica. Dopo varie vicissitudini per procurarsi una barca iniziano il viaggio di nascosto dai genitori.

Una burrasca li sorprende mentre cercano l'isoletta e da quel momento inizia una serie di avventure inimmaginabili, superate grazie all'aiuto di un giovane capodoglio dal nome Rebol.

Una foca, dei granchi giganti e i vari uccelli marini presenti a quelle latitudini, daranno vita a tutti gli avvenimenti che i due ragazzi avranno, immersi in una natura selvaggia, tra scogli appuntiti e un mare ostile e pericoloso.

Quanto vissuto e scoperto aumenterà in Petter il grande amore che lui nutriva già per tutti gli animali della sua terra.

Sergio Vigna, nato a Torino nel 1945, vive a S. Bernardino di Trana e dal 1999 scrive favole, racconti e romanzi.

Ha composto il testo di una rappresentazione per ragazzi e da un suo romanzo è stato tratto un adatt amento teatrale.

Ha vinto alcuni premi letterari tra cui nel 2017 il nazionale di arti letterarie "Metropoli di Torino" con il libro Trabant 89 (ArabaFenice 2015).

Inoltre ha pubblicato Prodigio a piè dell'Alpi (Lazzaretti editore 2007), La lunga strada (ArabaFenice 2012), Damasco rosso (ArabaFenice 2018), Il Tesoro di Ubar (Echos edizioni 2020) e Ad anira (ArabaFenice 2023).

E col cifolo del vapore

E col cifolo del vapore
la partenza de lo mio amore;
è la partenza de lo mio amore,
chi sà quando ritornerà.

Tornerò 'sta primavera
con la sciabola insanguinata,
ma se ti trovo già maritata,
oi che pena, oi che dolor.

Oi che pena, oi che dolore
la partenza de lo mio amore.
Starò piuttosto senza mangiare
ma l'amore lo voglio far.

Armonizzato da Luigi Pigarelli per il coro SAT di Trento datato 1935.

Deriva da un canto popolare del periodo del Regno d'Italia intitolato "Il mio ben l'è andà via". Uno dei motivi più diffusi e tipici dei canti militari è quello dell'amara partenza verso l'ignoto. Questi canti possono assumere anche l'inconscio significato di un estremo addio alla vita, ed è forse per questo che hanno spesso cadenze particolarmente tristi.

Lettere dal fronte

A migliaia di km di distanza, in guerra, i soldati scrivevano lettere magnifiche alle mogli e alle fidanzate. Il foglio era l'unico mezzo per raccontare le loro avventure, il dolore fisico, le sofferenze e soprattutto la nostalgia di un semplice gesto di affetto, di famigliarità e di amore. La lettera una volta arrivata a casa poteva essere facilmente conservata, custodita e protetta; cosa, invece, molto più difficile per un soldato. Quel semplice foglio di carta, spesso stropicciato e ingiallito, rappresentava per i soldati il "LORO TUTTO", la loro casa, i loro affetti e soprattutto la speranza di poter riabbracciare quanto di più caro avevano al mondo.

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser
https://www.youtube.com/watch?v=Zj1v1PfjWEw
Coro SAT

Il mestiere di prender la matita

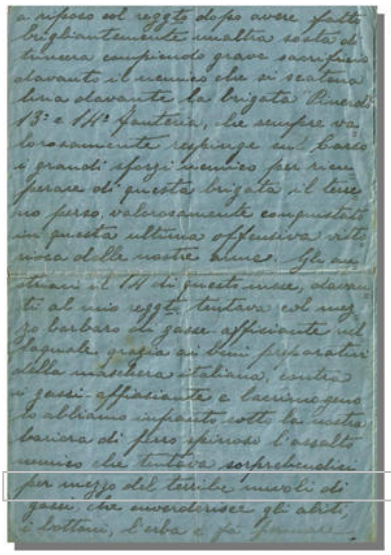
Dalla trincea 26 -4 - 16

Cara sorella,

Tutte le mattine nello' spuntar del sole il primo mio mestiere è quello di prender la matita e inviarvi i miei più sinceri saluti e baci a tutti di famiglia. Intanto che vivo) e chè mi trovo a questo posto) venescrivo una al giorno. Io sto bene e così desidero pure da voialtri in famiglia. Ricevi un caldo bacio da tuo fratello

Francesco

Epistolario Ferrari, Archivio di Stato di Brescia



Prodigi della chimica

Zona di Guerra 24 luglio 1917

Amatissima mamma

... Gli austriaci il 14 di questo mese, davanti al mio reggto tentava col mezzo barbaro di gasse affissiante nellaquale grazia ai bene preparativi della maschera italiana, contra i gassi affiasiante e lacrimogeno lo abbiamo infranto sotto la nostra bariera di ferro spinoso l'assalto nemico che tentava sorprehendici per mezzo del terribe nuvoli di gassi, che enverderisce gli abiti, i bottoni, l'erba e fà fermare gli orologi

Epistolario Americo Orlando, AISP

12 settembre 1915

Mamma cara, posta maledetta! Ancora nulla. Tutti mi consolano, dicendo che accade comunemente di dover di aspettare a bocca asciutta anche dieci e quindici giorni, prima d'aver lettere. Pazienza, dunque. Tra due giorni lasciamo nuovamente le trincee per tornare al campo con la riserva. Qui siamo stati benone. Ma ormai son persuaso che la guerra non esiste, è un mito. Pensa che non ho ancora visto un Austriaco, e che forse non ne vedrò mai il grugno. Però li sentiamo, questo sì, e anche loro sentono noi. Abbiamo delle artiglierie meravigliose. Non ho ancora avuto il tempo di scriverti qualche altra lunga lettera, ma ne avrei delle cose da raccontarti! Saluta tutti. Ti stringo a me con un lungo abbraccio. Giosué

Ognissanti 1915

Mamma cara, oggi si è ripresa l'azione con molta violenza. Un temporale di grandine l'ha interrotta, ma crediamo che sarà ripresa, appena sarà possibile. Tutto va bene. Gli Austriaci ci hanno rovesciato addosso un bombardamento furiosissimo, ma non abbiamo avuto che cinque feriti. Sappiamo che sulla nostra destra abbiamo preso quasi cinquecento prigionieri, che sono stati condotti qua. I nostri soldati sono eroi sublimi; dillo a tutti costà. Voi non potete neppure immaginare le meraviglie che compiono, le difficoltà che sormontano e i disagi che sopportano. Sta' certa che vinceremo. Con soldati come questi è impossibile che non si vinca. Continua a star tranquilla, perché io sto benissimo, sono pieno d'ardore e di fiducia, e la sorte continua a proteggermi. T'abbraccio amorosamente. Tuo, Giosué

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.*

Vieni alle nostre prove tutti i martedì dalle 21,00
nei locali della parrocchia Santa Maria Goretti in via Actis 28, Torino

Per informazioni chiama **349 7850048** o scrivi a **info@coro-edelweiss.it**

Il Pane della Campania

Amici de "Il Mestolo d'oro"… ben ritrovati!

Questo mese ci trovamo in Campania, una delle regioni che meglio ha saputo declinare i cereali in mille diverse preparazioni, facendo addirittura entrare il grano nel dolce più tipico: la "pastiera".

Qui i surrogati del pane di frumento, diversamente da altre regioni confinanti, rappresentano a livello panificatorio una sporadica eccezione.

La Campania, già celebrata dai latini per la sua fertilità, è terra di pane e di companatico eccellente, la cui sintesi perfetta si esprime nella solarità del "tondo" della pizza o del pane pizza come successivamente vedremo in una delle tre ricette proposte.

In Campania, accanto a pani e pizze, la gastronomia di questa regione propone focacce, taralli, panzarotti, torte ripiene, talvolta racchiuse entro sontuosi involucri di pasta frolla.

In Campania, l'amore per il pane varca le porte delle cucine con travolgenti mozzarelle in carrozza o sapide frittelle di pasta di pane.

Ed è proprio per rappresentare questo amore per il pane che questo mese Vi cimenterete in tre ricette del pane dal risultato finale eccezionale: il pane "Cafone", il pane di Saragolla, la pagnotta/pizza di Santa Chiara.

Pronti a superare Voi stessi e stupire i Vostri commensali?

Pane "Cafone"

Il Pane Cafone è il simbolo di Napoli e del Sud nel mondo.

La tradizione vuole che venga realizzato con lievito madre, che però oggi ha lasciato il posto al criscito, una pasta di riporto fatta con scarti di precedenti lavorazioni.

Quest'ultimo dev'essere quotidianamente "alimentato" con aggiunte di acqua e farina, come fosse un vero lievito madre.

Entrambe le soluzioni conferiscono al nostro pane una nota leggermente acida, caratteristica principale del pane del Sud.

Secondo la leggenda il suo nome deriva dal fatto che viene lavorato con una particolare farina grezza che oggi è sconosciuta e quasi esclusivamente sostituita con farina di tipo O.

Il pane cafone veniva impastato nella "Mattara", un contenitore di legno usato per lavorare la farina e gli impasti e cotto esclusivamente nei forni a legna.

La peculiarità del Pane Cafone è la mollica alta di colore paglierino perfettamente alveolata e la crosta piuttosto spessa e croccante.

INGREDIENTI

- 200 gr di lievito madre rinfrescato (qui per la ricetta)
- 600 gr di farina O
- 420 ml di acqua
- 1 cucchiaino di miele
- 15 gr di sale

Pane “Cafone”
delle nonne napoletane

PREPARAZIONE

Sciogliete il lievito madre rinfrescato 4 ore prima nell’acqua in cui avrete aggiunto un cucchiaino di miele.

Impastare 500 gr di farina ed il composto di acqua e lievito.

Dopo una decina di minuti aggiungete il sale e la restante farina e lavorate fino a quando l’impasto non si staccherà dal piano d’impasto, ci vorranno circa 20 minuti.

Fate riposare per 30 minuti poi trasferite l’impasto su una spianatoia e allargate l’impasto con le mani formando un quadrato.

Fate le pieghe con l’impasto come si fanno per la pasta sfoglia e coprite con una ciotola facendolo riposare per 30 minuti circa.

Riprendete l’impasto e fate ancora una volta le pieghe come sopra, facendo attenzione a non sgonfiare troppo l’impasto e ricoprite con una ciotola e fate lievitare ancora 30 minuti.

Trasferite delicatamente l’impasto su una placca da forno, mettete in forno spento e fate riposare 12 ore.

Fate le pieghe portando i lembi dell’impasto verso il centro ed infornate il pane cafone a 250°C e cuocete per i primi 15 minuti e a 200°C per i successivi 40-50 minuti, a seconda di come vi piace il colore della crosta.

Aprire lo sportello del forno e lasciar raffreddare completamente. Servire freddo.

Pane di Saragolla

La Saragolla è un'antica varietà di grano duro, ancora oggi coltivata nelle aree interne del Sannio, in provincia di Benevento, da cui prende il nome un pane di segale prodotto in questa zona, caratterizzato da una mollica giallo paglierino particolarmente morbida e da una crosta molto croccante.

INGREDIENTI

- 100 g di criscito (pasta da riporto) o pasta madre
- 500 g di farina di saragolla
- 250 ml circa di acqua
- 5 g di sale
- 3 g di lievito di birra (omesso)

PREPARAZIONE

Unite 100 g di farina di Saragolla al criscito o pasta madre per rinfrescarlo e lasciatelo fino al raddoppio, per rinfrescare 100 g di criscito, 100

Pane di Saragolla

g di farina di Saragolla, 50 ml circa di acqua, fate un palla e lasciate lievitare coperta.

Appena il lievito sarà pronto versatelo nel vostro robot, inserite il gancio e avviate la macchina, unite un po' alla volta la farina, l'acqua e il sale.

Se volete procedere come da ricetta antica, sciogliete 3 grammi di lievito di birra nell'acqua.

Prelevate l'impasto, sistematelo in una ciotola coperta con pellicola e panno da cucina a lievitare fino al raddoppio.

Se non aggiungete il lievito di birra ci vorrà tutta la notte con il lievito di birra i tempi si riducono ma di poco data l'esigua quantità, altrimenti raddoppiate il lievito se andate di fretta.

Prelevate il pane al raddoppio, fate un semplice giro di pieghe, formate delle pagnotte.

Fate dei tagli obliqui sul pane e mettete a lievitare 4 ore coperto con un panno nel forno spento ma con lucina accesa.

A lievitazione, togliete il pane dal forno, accendetelo alla massima temperatura, quando l'avrà raggiunta inserite il pane e cuocete 20 minuti, poi abbassate a 200° e cuocete altri 10-15 minuti, fate prova stecchino per vedere se è ben cotto all'interno, in caso contrario prolungate un po'.

La crosta deve essere croccante e leggermente scura, l'interno sarà morbido, non tagliate il pane subito, fatelo raffreddare per bene.

Si conserva per qualche giorno se lo chiudete nei sacchetti di plastica per alimenti.

Pagnotta di Santa Chiara

La città di Napoli è piena di bellezze e di segreti, anche dal punto di vista culinario.

Una ricetta che è stata un pò dimenticata e che è difficile trovare nelle rosticcerie e friggitorie napoletane è proprio questa, perchè è una preparazione molto antica.

Cos'è la Pagnotta di Santa Chiara?

Si tratta di una sorta di pane pizza, simile a una focaccia, che in tempi storici veniva preparata in occasione della festa di Santa Chiara a Napoli.

Gli ingredienti, come del resto succede in molte vecchie ricette napoletane, sono semplici: farina, patate, lievito, pepe e strutto impastati a formare la pasta di questa focaccia, che poi

Pagnotta di Santa Chiara

veniva farcita con pomodorini e filetti di alici. La cottura avveniva nel forno a legna.

INGREDIENTI

- 500 gr farina
- 250 ml circa di acqua
- 2 patate media grandezza
- 25 gr lievito
- sale qb
- 2 cucchiai di strutto
- pepe qb
- per il ripieno :
- 400 gr filetti di alici
- 350 gr pomodorini
- olio extra vergine qb
- abbondante organo
- prezzemolo

PREPARAZIONE

Cominciate col lessare le patate e poi schiacciatele.

Impastate le patate così schiacciate con farina, acqua, strutto e un pizzico di sale, il lievito e una volta ottenuto il panetto, fatelo riposare, coperto, per almeno due ore.

Mentre che l'impasto riposa, potete preparare la farcitura con le alici.

Prendete un tegame, metteteci l'olio, e quando si sarà riscaldato a dovere inserite i pomodorini, cuocendoli per una decina di minuti.

Aggiungete i filetti di alici e l'origano quanto basta, continuando poi la cottura per altri 5 minuti.

Per finire, quando è tutto cotto, inserite il prezzemolo tritato.

Quando la pasta della Pagnotta di Santa Chiara sarà lievitata a dovere, lavoratela ancora con le mani per qualche minuto e poi stendetela sul piano di lavoro infarinato.

Formate di dischi di circa 20 cm di diametro e guarniteli con i filetti di alici che avete preparato prima.

Chiudete a libro i dischetti di pasta, chiudete bene, devono essere sigillati.

Se non avete il forno a legna, cuoceteli a 180 gradi per circa 20-25 minuti.

Quando le pagnotte saranno cotte, metteteci su il sugo di alici e pomodorini.

Mauro Zanotto

Le tradizioni popolari

Sentiamo spesso parlare di *"tradizioni"*, ma quasi sempre non ci rendiamo conto di che cosa siano, anche se finiamo col sentirci addosso una specie di monito: le tradizioni sono sacre e devono essere accettate come regole di vita.

Con il nome di *"Tradizioni Popolari"* definiamo quel complesso di usi, costumi, danze, musiche, fiabe, canti, leggende, proverbi, ecc., che si tramandano oralmente presso i popoli civili. Per i popoli culturalmente più evoluti, comprendono anche brani di letteratura, di poesie e di opere teatrali.

La disciplina che studia il complesso di questi fenomeni viene indicata comunemente con il nome folclore.

Questo nome ha avuto larga fortuna soprattutto nell'uso corrente (nel linguaggio turistico, radiofonico, televisivo, giornalistico) dove indica un genere di spettacolo di musica o di danza a carattere regionale e di solito legato all'impiego di costumi tradizionali più o meno autentici.

Le tradizioni possono essere definite *"fonti di insegnamento e guida"* rivelatrici delle dimensioni vere della saggezza e del frutto di esperienza provenienti da un passato veramente vissuto.

A volte si fa fatica a ricordare alcune particolarità di quando eravamo piccoli ma arrivano dei momenti in cui senti quasi l'esigenza di individuare alcune vecchie tradizioni anche per avere una diversa chiave di lettura del nuovo. In questo mio pensiero mi piace ricordare alcune delle tradizioni che hanno segnato la vita dei ragazzi della mia generazione.

Ricordi d'infanzia e della cultura contadina ormai tramontata, fonte di aneddoti incentrati in quel modo di vivere ormai dimenticato, attività che un tempo scandivano il passare delle stagioni nella vita dei contadini.

Le tradizioni si affermarono, in epoche remote, nelle pratiche dei culti religiosi e si estesero, in seguito, a molti altri campi delle attività umane.

Generalmente le tradizioni furono accettate dai più sempre acriticamente e talvolta anche senza un consapevole riferimento al contenuto storico dell'evento. Questo spiega la loro fragilità e, quindi, la loro dimenticanza. Anzi, alla crisi delle tradizioni, hanno concorso diversi fattori, quali le rapide trasformazioni di una società costantemente in evoluzione, l'individualismo, l'intellettualismo, gli influssi estranei di altre culture e civiltà.

L'anziano, per esempio, quale depositario di sensatezza e di ponderatezza, ebbe un ruolo di primo piano nella famiglia patriarcale; decadde da questo suo ruolo e fu emarginato, quando si ritenne che non avesse più nulla da dire in una società tecnologicamente e socialmente trasformata.

Senza pensare che vi sono settori di attività nei quali l'intelligenza e la creatività dell'uomo prevalgono sul dilagante dominio delle macchine e, per ultimo, anche dei computer, che, purtroppo, ubbidiscono solo alla cultura del profitto.

A mio parere vi sono oggi valori da recuperare: i valori dello spirito, i valori morali. Si tratta di valori tanto più necessari nella società attuale, per il fatto che essa, disponendo di mezzi formidabili e, talvolta incontrollabili, deve essere ancora più cosciente e responsabile di tali mezzi.

A questo punto, sarebbe troppo facile offrire una proposta di rimedi consistente nel richiamare alle rispettive responsabilità la società in genere, la famiglia, la scuola in particolare. Il recupero di questi valori non si realizza con le belle parole e nemmeno con provvedimenti legislativi emanati dallo Stato.

È un processo lento di recupero che deve partire da un risveglio spirituale, da una verifica introspettiva delle coscienze, da una ricerca di nuovi rapporti umani, basati sull'amore e sulla umiltà.

A conclusione, confermo di voler credere fortemente nelle tradizioni, consapevole che esse, allorché rispolverate ed adattate opportunamente alle attuali esigenze, continueranno a farmi capire bene il passato, interpretare adeguatamente il presente, per costruire il futuro.

Sono favorevole, quindi, alla riscoperta e alla conservazione delle tradizioni, anche perché così facendo, custodisco gelosamente il ricordo di esperienze giovanili, vissute nel tempo ormai lontano, in cui le tradizioni avevano tantissimo significato.

Le tradizioni, che siano gastronomiche, rituali o culturali, hanno un valore significativo per la nostra identità e la nostra cultura, preservarle significa mantenere viva la memoria del passato, rafforzare la comunità e trasmettere un senso di appartenenza alle nuove generazioni.

Gianni Cordola
www.cordola.it

International Mountain Museums Alliance e International Alliance for Mountain Film

Confermato al Museomontagna il coordinamento delle due associazioni, di cui il Museomontagna è socio fondatore.

A fine aprile si è tenuta ad Alp, nei Pirenei catalani, l'assemblea annuale dei soci dell'International Mountain Museums Alliance (IMMA), ospitata dal Servei General d'Informació de Muntanya di Sabadell con la collaborazione della Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya, in occasione della Setmana Internacional de la Muntanya e in concomitanza con il 10° anniversario dell'IMMA.

Hanno partecipato ai lavori i rappresentanti delle istituzioni che fanno parte della rete, provenienti da Europa e Asia: Museo Nazionale della Montagna di Torino, Musée Alpin di Chamonix e Musée Savoisien di Chambéry (Francia), Muzeum Tatrzańskiego di Zakopane e Karkonosze Museum di Jelenia Góra (Polonia), Servei General d'Informació de Muntanya di Sabadell (Spagna), ALPS – Museo Alpino di Berna (Svizzera), International Mountain Museum di Pokhara (Nepal), Olimpia – Museum of Sports and Mountain Tourism di Brasov (Romania).

Nel corso dell'assemblea è stata approvata l'ammissione come socio ordinario del già ospite permanente EMMOA – Fundación Museo del Montañismo Vasco e sono state rinnovate le cariche sociali, confermando al coordinamento per il terzo mandato la direttrice del Museomontagna di Torino, Daniela Berta, ed eleggendo alla presidenza il direttore del Museo Alpino di Berna, Beat Hächler, che – ringraziando il presidente uscente Carles Capellas per il lavoro svolto – così commenta il nuovo incarico e le prospettive del sodalizio:

Il presidente della IAMF Javier Barayazarra e il regista francese Sébastien Montaz-Rosset, vincitore del Gran Premio IAMF 2025

L'assemblea IMMA ad Alp

“Il tema delle montagne è di grande attualità. Include dibattiti sui cambiamenti climatici, il turismo di massa, l'energia verde e l'approvvigionamento idrico nelle aree urbane. Le regioni montane sono fondamentali per il nostro futuro: i musei di montagna sono il luogo adatto per renderlo evidente e l'IMMA è la rete per svolgere questo lavoro sempre più in ottica di collaborazione globale. Per raggiungere questo obiettivo e sfruttare il grande potenziale dell’associazione, sarà necessario affinare la strategia e professionalizzare la forma organizzativa”.

Parallelamente, a Trento, in occasione del Film Festival, si è tenuta anche l’assemblea annuale della IAMF (International Alliance for Mountain Film), la rete internazionale dei principali festival dedicati al cinema di montagna, fondata nel 2000 per promuovere, valorizzare e conservare la cinematografia di settore, di cui il Museo è socio fondatore.

È stato nominato il nuovo Consiglio Direttivo: confermato il presidente uscente Javier Barayazarra (Mendi Film Festival, Bilbao, Spagna) ed eletto il nuovo vicepresidente Mauro Leveghi (Trento Film Festival) che prende il posto di Roberto De Martin. Consiglieri: Aleksandar Zarapchiev (Echo Mountain Film Festival, Skopje, Macedonia del Nord) e Jinna Lee (Ulju Gun - Ulsan Mountain Film Festival, Corea del Sud), mentre il coordinatore rimane Marco Ribetti (Museo Nazionale della Montagna).

Sono stati ammessi come nuovi membri il Santiago Mountain Film Festival (Cile) e il Mestia Mountain Film Festival (Georgia).

In occasione del Gala di premiazione dei vincitori del Festival, è stato consegnato il Gran Premio 2025 IAMF a Sébastien Montaz-Rosset, regista francese cresciuto nel mondo delle immagini di montagna interpretando ogni possibilità offerta dai nuovi media. Dopo la prima regia con una web serie con Kilian Jornet, ha raccontato le avventure dei più grandi atleti di molti tra i più recenti sport estremi di montagna.

https://www.mountainfilmalliance.org/
https://www.mountainmuseums.org/imma-international-mountain-museums-alliance/

MUSEO NAZIONALE DELLA MONTAGNA
CAI-TORINO

Breve storia delle guide alpinistiche del CAI

Il CAI è stato presente con un bellissimo stand al Salone del Libro di Torino, importante occasione per diffondere il Catalogo Primavera 2025 con le nuove collane *Alpinismi*, *Voci di montagna*, *Rifugio delle idee*, *Piccole tracce*, *Manuali*, oltre ai titoli più datati ancora disponibili, le coedizioni con Laterza, Hoepli, Franco Angeli, Ponte alle Grazie, Salani e i volumi e le carte del Sentiero Italia.
Su CAISTORE sia le Sezioni che i Soci possono acquistare a prezzi scontati. Il piano editoriale rilancia l'attività non solo dal punto di vista grafico ma anche della distribuzione in tutte le librerie, per portare la proposta culturale anche fuori dall'ambito associativo.
La premessa offre lo spunto per una rapida rassegna storica delle guide alpinistiche, il prodotto più specialistico dell'editoria di montagna, evoluzione dei resoconti delle ascensioni e delle esplorazioni di gruppi montuosi, come quelli raccolti nei celebri volumi *Peaks, passes and glaciers* dell'Alpine Club dal 1859, e successivamente sui periodici alpinistici dei primi Club alpini come il "Bollettino" del CAI, l'"Annuaire" del CAF, lo "Jahrbuch" del CAS.

Ispirandosi alle guide turistiche come *Manuel du voyageur en Suisse* di Johann Gottfried Ebel (1810) la produzione di quelle alpinistiche si sviluppa rapidamente con la nascita dei club alpini, a partire da quello inglese nel 1857.
Alla prima guida per alpinisti che copre in tre volumi tutto l'arco alpino, *The Alpine Guide* (1863-1868) di John Ball, fa seguito l'importante *Guida delle Alpi Occidentali* di Alessandro Martelli e Luigi Vaccarone, edita dalla Sezione di Torino del CAI nel 1880.
Come dichiarato fin dal primo Statuto, lo scopo del CAI è «promuovere la conoscenza e lo studio delle montagne, specialmente quelle italiane» perciò la voce pubblicazioni è stata sempre presente nel bilancio sociale.
Il criterio per valutare una guida alpinistica fu definito sul "Bollettino" del 1879 dalla commissione incaricata di assegnare un premio all'opera che si distingue per il "metodo di sua compilazione rispondente o non all'uso pratico di una guida alpina".
In particolare, era richiesta esattezza delle nozioni topografiche e morfologiche che

Prime Guide alpinistiche CAI

potessero rispondere a tutte le incertezze di chi per la prima volta affrontava un terreno difficile oltre che ignoto. La vincitrice fu la *Guida itinerario per le valli di Orco Soana e Chiusella,* Casanova, Torino 1878 di Luigi Vaccarone e Carlo Nigra.
La prima sezione del CAI a pubblicare una guida alpinistica fu la Valtellinese di Sondrio che nel 1873 ospitò il VI Congresso del CAI e presentò ai Soci la *Guida alla Valtellina ed alle sue acque minerali*
Limitandosi all'area nordoccidentale, oltre a *Guida alle Alpi occidentali* di Bobba Martelli e Vaccarone edita tra il 1880 e il 1896, tra le guide ottocentesche più importanti si segnala la *Guide de la Vallée d'Aoste*, di Amé Gorret e Claude Bich, Casanova, Torino 1876, frutto di anni di esplorazioni alpinistiche, ricca di indicazioni altimetriche, toponomastiche, cartografiche e bibliografiche.
Nel 1906 l'Assemblea generale dei delegati delle Sezioni del Club deliberò di limitare a ogni due anni la pubblicazione del "Bollettino" per avviare la pubblicazione della *Guida dei monti d'Italia* in più volumi da distribuire ai soci, analogamente a quanto aveva fatto la Società degli Alpinisti Tridentini.
Le prime due guide della nuova collana, realizzate dalle Sezioni di Torino e di Milano su incarico della Sede centrale, sono *Alpi Marittime* di Giovanni Bobba (1908) e *Alpi Retiche occidentali* di Luigi Brasca (1911). Nella prefazione programmatica di Brasca si legge «una guida dev'essere dettagliata e completa ma sintetica, essenzialmente alpinistica riducendo al minimo le notizie accessorie, dettagliata, impersonale nei giudizi, ma deve informare su importanza, bellezza e difficoltà delle vie; ampio uso delle illustrazioni, mole minima ma solida, facilità di richiami e collegamenti.
Deve inoltre fornire risposte alle questioni topografiche e toponomastiche. … Queste mie idee per poco non mi fecero lapidare, anche perché sostenni nientemeno che la possibilità di una graduazione decimale di quelle caratteristiche!».
Seguirono *Ortler* nel 1915 di Aldo Bonacossa, utilizzata dai militari e distribuita ai soci nel 1919; *Alpi Cozie* 1923/1927 di Eugenio Ferreri, in tre volumi; *Dolomiti di Brenta* di Pino Prati, 1926; *Dolomiti Orientali* di Antonio Berti *Dolomiti,* 1928. Quest'ultima ha un'impostazione originale rispetto alle altre guide, con contenuti storico letterari, animata da spirito patriottico che invita al ritorno ai monti sui luoghi della Grande Guerra.
Proprio in questa guida, edita dalla Sezione di Venezia, Berti adottò per la prima volta in Italia la scala delle difficoltà alpinistiche codificata da Willo Welzenbach tra il 1925 e il 1926,
Per uniformare la descrizione degli itinerari, nel 1934 il CAI pubblicò il primo *Dizionarietto dei termini alpinistici*. Con il tempo, gli autori delle guide codificarono la terminologia e

Martelli Vaccarone Guida Alpi Occidentali 1880

MARTELLI E VACCARONE

GUIDA

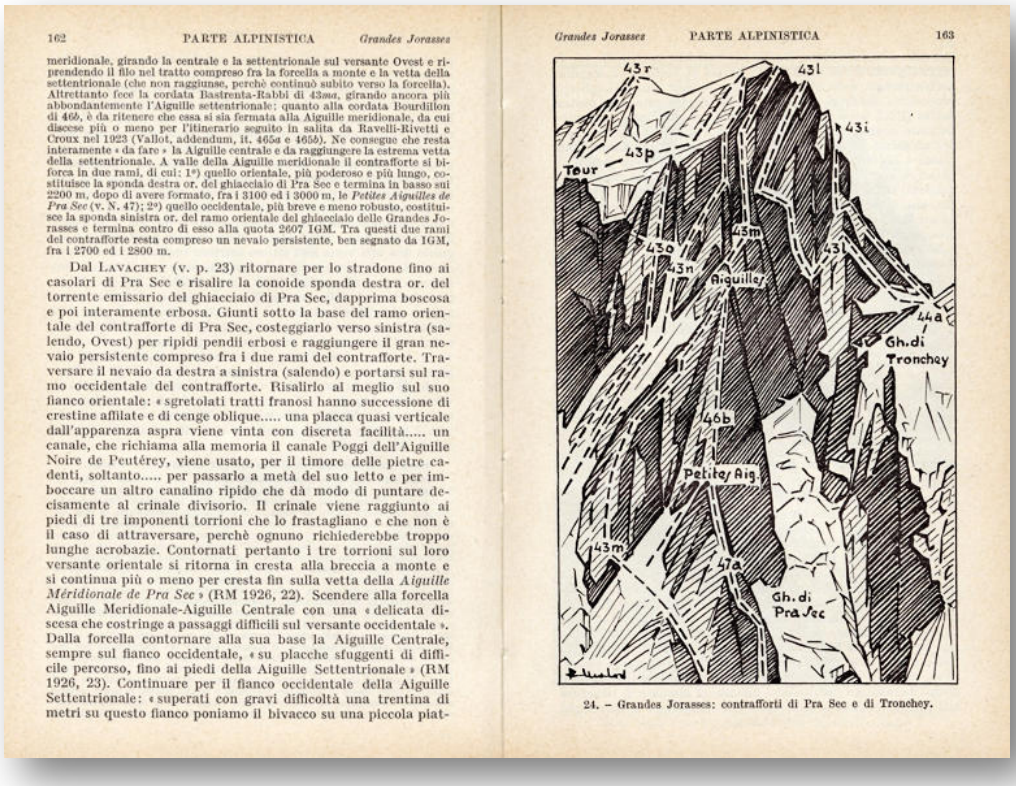
DELLE

ALPI OCCIDENTALI DEL PIEMONTE

DAL COLLE DELL'ARGENTERA
Valle della Stura di Cuneo
AL COLLE GIRARD
Valle della Stura di Lanzo
CON
CARTA TOPOGRAFICA ED ILLUSTRAZIONI

CLUB ALPINO ITALIANO

Pubblicazione
DELLA
SEZIONE DI TORINO
DEL
CLUB ALPINO ITALIANO
1880



162 PARTE ALPINISTICA *Grandes Jorasses*

meridionale, girando la centrale e la settentrionale sul versante Ovest e riprendendo il filo nel tratto compreso fra la forcella a monte e la vetta della settentrionale (che non raggiunse, perchè continuò subito verso la forcella). Altrettanto fece la cordata Basfrenta-Rabbi di 43*aus*, girando ancora più abbondantemente l'Aiguille settentrionale: quanto alla cordata Bourdillon di 46b, è da ritenere che essa si sia fermata alla Aiguille meridionale, da cui discese più o meno per l'itinerario seguito in salita da Ravelli-Rivetti e Croux nel 1923 (Vallot, addendum, it. 465*a* e 465*b*). Ne consegue che resta interamente « da fare » la Aiguille centrale e da raggiungere la estrema vetta della settentrionale. A valle della Aiguille meridionale il contrafforte si biforca in due rami, di cui: 1°) quello orientale, più poderoso e più lungo, costituisce la sponda destra or. del ghiacciaio di Pra Sec e termina in basso sui 2290 m, dopo di avere formato, fra i 3100 ed i 3000 m, le *Petites Aiguilles de Pra Sec* (v. N. 47); 2°) quello occidentale, più breve e meno robusto, costituisce la sponda sinistra or. del ramo orientale del ghiacciaio delle Grandes Jorasses e termina contro di esso alla quota 2607 IGM. Tra questi due rami del contrafforte resta compreso un nevaio persistente, ben segnato da IGM, fra i 2700 ed i 2800 m.

Dal LAVACHEY (v. p. 23) ritornare per lo stradone fino ai casolari di Pra Sec e risalire la conoide sponda destra or. del torrente emissario del ghiacciaio di Pra Sec, dapprima boscosa e poi interamente erbosa. Giunti sotto la base del ramo orientale del contrafforte di Pra Sec, costeggiarlo verso sinistra (salendo, Ovest) per ripidi pendii erbosi e raggiungere il gran nevaio persistente compreso fra i due rami del contrafforte. Traversare il nevaio da destra a sinistra (salendo) e portarsi sul ramo occidentale del contrafforte. Risalirlo al meglio sul suo fianco orientale: « sgretolati tratti franosi hanno successione di crestine affilate e di cenge oblique..... una placca quasi verticale dall'apparenza aspra viene vinta con discreta facilità..... un canale, che richiama alla memoria il canale Poggi dell'Aiguille Noire de Peutérey, viene usato, per il timore delle pietre cadenti, soltanto..... per passarlo a metà del suo letto e per imboccare un altro canalino ripido che dà modo di puntare decisamente al crinale divisorio. Il crinale viene raggiunto ai piedi di tre imponenti torrioni che lo frastagliano e che non è il caso di attraversare, perchè ognuno richiederebbe troppo lunghe acrobazie. Contornati pertanto i tre torrioni sul loro versante orientale si ritorna in cresta alla breccia a monte e si continua più o meno per cresta fin sulla vetta della *Aiguille Méridionale de Pra Sec* » (RM 1926, 22). Scendere alla forcella Aiguille Meridionale-Aiguille Centrale con una « delicata discesa che costringe a passaggi difficili sul versante occidentale ». Dalla forcella contornare alla sua base la Aiguille Centrale, sempre sul fianco occidentale, « su placche sfuggenti di difficile percorso, fino ai piedi della Aiguille Settentrionale » (RM 1926, 23). Continuare per il fianco occidentale della Aiguille Settentrionale: « superati con gravi difficoltà una trentina di metri su questo fianco poniamo il bivacco su una piccola piat-

Grandes Jorasses PARTE ALPINISTICA 163

24. – Grandes Jorasses: contrafforti di Pra Sec e di Tronchey.

aumentarono l'uso della rappresentazione grafica, redigendo relazioni sempre più tecniche ed essenziali.
Nel 1932 la Guida dei Monti d'Italia comprendeva ormai 12 titoli, suddivisi in 8 volumi e 4 fascicoli. Il piano dell'opera prevedeva la pubblicazione di molti altri titoli, ma la Commissione delle pubblicazioni valutò che al CAI mancava un'organizzazione adeguata. Dall'accordo con il Touring Club Italiano del 1933 nacque la nuova serie della "Guida dei monti d'Italia Monti d'Italia" in coedizione.
Il TCI mise a disposizione la sua organizzazione editoriale e la sua struttura di distribuzione sul territorio nazionale; il CAI contribuì alla redazione con la competenza alpinistica. La collaborazione produsse anche la collana "Da Rifugio a Rifugio" dal 1949 sospesa nel 1973 e sostituita poi dalla "Guida escursionistica per valli e rifugi".
La classica "guida grigia" ha sempre mantenuto una rigorosa impostazione grafica e una descrizione completa dei singoli gruppi e di tutti gli itinerari, indipendentemente dalla loro difficoltà.

Chabod, Monte Bianco II 1968
con disegno

La preparazione di questo tipo di guida richiede anni di lavoro e la collaborazione di esperti in vari campi, per ricercare la bibliografia esistente, ripetere gli itinerari, fotografare, disegnare cartine e schizzi delle vie.
Molti dei compilatori sono stati accademici di rilievo come Umberto Balestreri, primo presidente della Commissione CAI-TCI, e Gino Buscaini, che per 33 anni fu direttore editoriale e autore di otto guide. Dal 1934 alla chiusura della collana nel 2013 con *Alpi Biellesi e valsesiane*, sono stati pubblicati circa 120 volumi tra nuove edizioni e ristampe con minime varianti, oltre ad alcuni fascicoli di aggiornamento.

Alessandra Ravelli
Consolata Tizzani

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… SI, 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 và 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"!

Salita al colle e alla Cima del Pelvo dalla valle Argentera

- Località di Partenza: Parcheggio del Pelvo in valle Argentera mt. 1840
- Dislivello: mt. 1430
- Tempo di salita: 4 ore e 30 minuti c.ca
- Tempo di discesa: 3 ore e 30 minuti c.ca
- Difficoltà: EE
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 2 Alta valle Susa – Alta val Chisone Fraternali Editore

Il sentiero 614 che unisce il fondovalle della valle Argentera al colle e alla cima del Pelvo non è più in catalogo tra i sentieri del CAI e il perchè lo si capisce bene salendo a questa cima. La traccia originale non è più percorribile per via dei dissesti alluvionali verificatesi nel corso degli ultimi anni sostituita da un'altra in alternativa che percorre le immense pietraie sottostanti la Punta Serpentiera dove una lunga serie di ometti sempre da ricercare segna la via.

La Cima del Pelvo con la dirimpettaia Cima Serpentiera fa parte di una serie di vette separanti la valle Argentera dalla valle di Thuras: le uniche raggiungibili dalla valle Argentera insieme alla più elevata tra tutte, la Punta Ramiere.

Dopo il tratto iniziale nel bosco, raggiunto il rio che di sotto forma una spettacolare cascata, lo si supera e risalendo l'opposta sponda si raggiunge un'ampia radura dove la traccia termina ed inizia il resto del percorso contrassegnato da una interminabile serie di ometti nelle immense pietraie che percorse portano al colle del Pelvo dove la salita alla cima non presenta alcuna difficoltà.

Si intuisce che il loro posizionamento sia stato lasciato all'iniziativa individuale: così è stato anche in questa ascesa dove molti ometti sono stati riposizionati e migliorati, altri creati dal nuovo.

La salita alla vetta, stancante, lunga e faticosa, è riservata ad escursionisti con una certa esperienza soprattutto per chi sale a questa cima per la prima volta: non seguire o perdere il riferimento degli ometti vuole dire cacciarsi in una serie di guai.

Da questa solitaria cima vista impagabile sulle valli e sulle cime che le coronano, dalle più immediate alla più lontane.

Giunti a Oulx, in alta valle di Susa, si prosegue per Cesana dove rimanendo paralleli al torrente si raggiunge prima Bousson, poi il bivio per la valle di Thuras, infine Sauze di Cesana. Lasciato l'abitato si perviene al segnalato bivio dove si prende per la valle Argentera superando di sotto la Ripa sul ponte Terribile una volta pagato il pedaggio d'accesso alla valle.

Una polverosa strada sale non lontano dal corso d'acqua raggiungendo infine l'esteso pianoro dove a Brusà del Plan la valle Argentera prende corpo. Più avanti, come in parte si restringe, superata la fontana delle

Una polverosa strada prosegue verso il fondo della valle

Balme si raggiunge il parcheggio del Pelvo dove presso l'area predisposta conviene lasciare l'auto.

Sul posto cartelli di recente posizionamento segnalano il colle del Pelvo a c.ca tre ore. Probabilmente la tempistica si riferisce all'originale traccia, oggi impercorribile. La nuova raggiunge il colle e poi la cima con un lungo percorso d'aggiramento determinando l'allungamento dei tempi di percorrenza. L'attuale impegno di salita, senza soste, richiede per accedere al colle all'incirca quattro ore.

Il sentiero che in piano s'inoltra nel bosco porta più avanti ad un bivio dove si prende la traccia sulla destra perché quella sulla sinistra porta ai piedi della spettacolare cascata dove termina. Senza fatica si sale con ripetute svolte nell'ombroso lariceto per poi abbassarsi la traccia leggermente sul torrente, formante di sotto la cascata, che si attraversa, riprendendo a salire l'opposto versante con svolte e traversi che sempre assecondano la natura del pendio lungamente continuando in un ricco sottobosco di rododendri e salici nani.

Più su, come il bosco si dirada, piegando a sinistra si guadagna un esteso pianoro erboso percorso da rigagnoli, dove la traccia termina come le segnature, mentre appaiono i primi ometti che segnando la via accompagneranno sino al colle del Pelvo.

Seguendoli ci si dirige verso il fondo della radura dove si riprende a salire passando tra due rilievi rocciosi. Lambendo una scoscesa paretina si perviene ad una superiore piccola conca oltre la quale il sentiero risale una valletta al centro della quale fluisce una lunga pietraia che si rasenta rimanendo sul suo margine sinistro così come suggeriscono i ravvicinati ometti che si incontrano salendo. Alla sommità, piegando a destra si risale lungamente un ripido pendio erboso-detritico raggiungendo più sopra un'estesa conca a monte della quale s'intravede un'ampia sella sul crinale.

Non è questo il colle del Pelvo. La via per raggiugerlo passa per un primo visibile colletto, tutto sul margine destro, raggiunto che si ha su una roccia appare il numero 614 identificativo del sentiero. Più avanti, essendo ancora lontano il colle, appare l'immensa pietraia sottostante la parete sud della Punta Serpentiera che tutta occorre attraversare con la dovuta cautela avendo in vista, sempre sul

Croce di vetta della Cima del Pelvo

margine destro della stessa, un altro colletto da raggiungere.

L'attraversamento della pietraia, massi di tutte le dimensioni, spesso instabili, richiede attenzione, tempo e fatica. Gli ometti opportunamente predisposti sono di grande aiuto segnando la via. Di passo in passo, con cautela ci si avvicina a questo colletto oltre il quale, ben visibile, appare ora il colle, mentre in alto, sulla destra, spicca la Cima del Pelvo.

Percorsa una morenica, detritica dorsale contrassegnata da paletti fungenti da ometti, si raggiunge infine la base dell'ultimo tratto che porta al colle, il più impegnativo, stancante perché occorre risalire faticosamente gli instabili sfasciumi di un ripido pendio. Guadagnato il colle che dà sulla valle di Thuras, la salita alla cima del Pelvo non richiede particolare impegno sempre restando sulle numerose tracce che anch'esse ripide percorrono il detritico crinale che porta alla croce di vetta della Cima del Pelvo mt. 3264 dove la vista s'apre ampissima sui solchi vallivi e sulle cime.

4 ore e 30 minuti c.ca dal fondo valle.

Per non cacciarsi nei guai, dati gli ambienti che si attraversano, è meglio memorizzare nell'ascesa i passaggi chiavi dell'attraversamento sempre ricercando, scendendo, gli ometti così come è stato fatto nel percorso di salita. Volendolo, a monte della valletta con al centro la pietraia, una traccia raggiunge il Caire sperone roccioso precipitante a valle, assai panoramico su tutta la valle Argentera. Da qui si ha un'ampia prospettiva su tutto il percorso d'ascesa alla Cima del Pelvo.

Il rientro a fondovalle, al parcheggio del Pelvo, si fa ripercorrendo tale e quale il percorso di salita.

3 ore e 30 minuti c.ca dalla Cima del Pelvo.

Beppe Sabadini

Chi va ad abitare nelle terre alte

I Walser, immigrati svizzeri alle pendici del Monte Rosa

La notizia sarebbe, a dirla in breve, che in Italia sono immigrati per lavoro un gran numero di svizzeri di lingua tedesca. Qualcuno potrebbe aggiungere: sarà una di quelle cose un po' curiose che capitano solo in montagna, anzi probabilmente in alta montagna, insomma nelle terre alte. E poi chissà quanti anni fa.

In effetti, alle pendici del Monte Rosa, tanti anni fa, è successo così: e di questa immigrazione tedesca rimangono diverse testimonianze ancora oggi, custodite da persone che tuttora vivono nelle valli italiane alle pendici della seconda montagna più alta delle Alpi.

I Walser (dal tedesco *Walliser*, cioè abitante del canton Vallese, dice Wikipedia) sono una popolazione di origine germanica che si è insediata a partire dal 1200 nelle regioni alpine del Piemonte tra la Valsesia e l'Ossola, e anche in Val d'Aosta, intorno al massiccio del Monte Rosa. "Insediatasi senza violenza né armi", fanno notare i loro discendenti, come invece spesso accadeva nel Medioevo (e purtroppo tuttora, verrebbe da precisare) anche perché quei luoghi, come del resto la montagna in generale, erano di fatto disabitati.

E così alcuni gruppi di coloni, per migrazioni successive, si trasferirono dalle terre tedesche nelle nostre valli a sud delle Alpi, per l'esattezza alle testate di quelle valli, ossia a quote costantemente sopra i 1000 metri, e progressivamente cominciarono ad adibirle a pascolo per il bestiame, a coltivarle, a costruirci i primi edifici, e così poi anche a finir che abitarci: in sostanza, "a crearci nuove patrie, in una vasta area alpina compresa tra la Savoia e il Vorarlberg" ora austriaco.

E dovendo quindi resistere, come ci raccontava Lia, una cordiale guida turistica della preziosa casa-museo di Macugnaga, in abitazioni dove la temperatura, nelle stanze da letto al piano di sopra, non riscaldate, scendeva d'inverno fino a meno venti-venticinque gradi, perché l'unico locale temperato era il salone della *Stube*, come si dice in quella lingua che è una forma arcaica di dialetto svizzero tedesco, chiamata *altissimo alemanno*.

Eppure rimanendo là, nei loro paesi, nelle loro valli, tra la propria gente, "con la peculiarità - come riporta sempre Wikipedia - di aver dato vita a un modello di colonizzazione delle alte quote che ha saputo trasformare alpeggi abbandonati e montagne spopolate in

Una tipica casa in architettura walser a Gressoney Saint-Jean (Valle d'Aosta)

insediamenti permanenti", tracciando sentieri tra le valli del Monte Rosa e trasformando così quelle zone remote in nuovi luoghi coltivabili e abitabili, in simbiosi con un panorama incantevole ma anche con una natura fatta di rocce e ghiacci.

E cioè in simbiosi con "condizioni ambientali che costrinsero quei Walser immigrati a integrare le loro attività rurali e di allevamento con il commercio, soprattutto di animali e di formaggio, di solito mediante il baratto con le popolazioni vicine", e quindi con chi stava più a valle e che così forniva loro in cambio ciò che lassù non si poteva coltivare né ottenere.

Abbiamo visitato, a fine maggio, al termine di una gita dell'Unione Escursionisti Torino, uno degli insediamenti Walser più storico e radicato, appunto a Macugnaga, in fondo alla Valle Anzasca, davanti alle imponenti pareti est del Rosa e alle sorgenti del torrente Anza, che poi confluisce decine di chilometri più in giù nel fiume Toce, verso il Lago Maggiore, in quel territorio all'estremo nord del Piemonte che nelle cartine geografiche sembra una punta verso la Svizzera, nella lunga Val d'Ossola che termina al tunnel del Sempione.

Macugnaga poi, come del resto gran parte dei nomi dei luoghi e degli abitanti di queste valli, sarebbe poi anche un termine tedesco, la cui incomprensibile radice forse non merita qua di scrivere, ma che testimonia appunto anche nelle parole il profondo carattere di questi paesi: formati da persone che, dopo centinaia di anni, mantengono e conservano la propria cultura, e ne hanno fatto musei, corsi di lingua anzi di dialetto, testi di architettura, una grande e preziosa memoria storica.

Si potrebbe dire, oggi: un modello di integrazione europea, tanto che - come scrive il sito *Walserweg*, quello del Grande sentiero Walser - tuttora "la comunità Walser rappresenta un fenomeno unico: un popolo caratterizzato da una coesione di lingua e tradizioni che supera le barriere geografiche e politiche, che continua a conservare con grande orgoglio un ricco patrimonio culturale, tramandandolo di generazione in generazione, con il passare dei secoli".

Questa massiccia emigrazione tedesca del Medioevo non ebbe probabilmente una sola ragione, ma fu dovuta a una serie di cause concomitanti: forse la sovra popolazione delle aree svizzere dell'Alto Vallese, che spinse

La Stube, il locale principale della casa-museo walser di Macugnaga, con la Ofe, la stufa in pietra ollare, dai bassi consumi, che ha la capacità di rilasciare calore anche a fuoco spento

Il museo “antica casa walser di Borca” nel comune di Macugnaga, istituito nel 1982 grazie al restauro conservativo di un’abitazione di pregio del 1600 e arricchito dalle donazioni di oggetti degli abitanti del luogo.

alcuni Walser alla ricerca di nuovi pascoli per il loro bestiame e di nuove terre da poter utilizzare.

Ma di certo contribuirono decisamente anche le particolari condizioni climatiche di quel favorevole periodo storico, divenuto famoso come *optimum climatico*, tra il 900 e il 1300, che rese possibile la sopravvivenza anche a quote elevate, quando molti valichi alpini grazie al ritiro dei ghiacciai erano diventati percorribili per gran parte dell'anno.

E forse, come spesso avviene, aiutarono anche motivi economici, ossia gli incentivi che venivano offerti ai Walser da alcuni signori delle terre da colonizzare (e anche da qualche grande istituzione monastica) che sostennero i nuovi insediamenti, con la promessa di libertà personali e anche di favorevoli trattamenti fiscali.

Quello che merita raccontare di questa comunità etnica e linguistica annidata tra le nostre Alpi, soprattutto dopo averne osservato i villaggi, le architetture, anche le scritte sugli edifici, in quel loro dialetto mezzo tedesco, tanto che “nelle comunità walser dovevano venir normalmente assegnati dei parroci bilingue”, ciò che va raccontato anche con una semplice visita a un museo sono soprattutto le loro cose: tipo il legno, il pane, il matrimonio, la casa, ché a volerle scoprire sono tutte cose particolari.

Il pane, per esempio, dato che “a Macugnaga si panificava una volta all’anno, in autunno, dopo che era maturata la segale, l’unico cereale che riusciva a crescere a quelle quote. E l’incarico di farlo era dato a turno a una famiglia per volta, perché andava preparato il forno, e ci andava tanta legna, e poi tutte le altre famiglie aiutavano, portandone una parte”.

Un pane che, lasciato raffermare, diventava inevitabilmente duro come una pietra, veniva quindi riposto su raggere di legno per

Il Tracht, l'abito che le donne walser indossavano nelle grandi occasioni o il giorno del matrimonio. Era composto dalla Halbhamd, la camicia di canapa, dal Liberock, la preziosa pettorina ricamata in filo d'oro, e dal Foscher, il grembiule di stoffe pregiate, il tutto raccolto in vita dal Bendal, il nastro col fiocco dal colore diverso per condizione sociale, e coperto dal Wollihamd, il soprabito di lana

difenderlo dai topi "e per mangiarlo bisognava frantumarlo con un coltello a leva, per poi ammorbidirlo nel brodo o nel latte".

Oppure la *Stube*, ossia il locale principale della casa, l'unico riscaldato, dove si lavorava, si cenava, si partoriva, e quando necessario si alloggiavano i malati, al tepore di una grande stufa in pietra ollare (detta con un tedesco *Ofe*), alimentata dal camino del locale di fianco.

E quindi il legno, che i Walser sapevano lavorare e utilizzare in modo molto più avanzato delle popolazioni circostanti, tanto da essere il principale materiale che veniva utilizzato per la costruzione di case, granai, stalle, con quel tipico incastro delle travi negli angoli (il *Blockbau*) che assicurava una grande solidità all'intera costruzione.

E poi i matrimoni, "che soprattutto nei villaggi più poveri avvenivano per gli uomini a circa quarant'anni: ed era un sistema per regolare le nascite, che non dovevano essere troppo numerose rispetto alle possibilità economiche e demografiche della comunità, anche perché prima di quell'età difficilmente un uomo riusciva a guadagnare il necessario per mantenere una famiglia".

E però infine anche un'altra emigrazione: "i giovani, almeno fino a una certa età, erano costretti ad andarsene, alcuni aprendo in Francia apprezzati negozi di pasticceria, altri andando nelle miniere delle Indie dietro richiesta delle compagnie inglesi, altri facendo mille mestieri, dal raccoglitore di resina, al peltraio, al fabbricante di vasi di legno, in modo da procurarsi quello che non sempre il villaggio era in grado di assicurare.

Tanto che in quelle terre alte la coltivazione della terra e l'allevamento erano prevalentemente affidati agli anziani e soprattutto alle donne, le quali poi al solito si curavano anche della casa e della prole".

E questo però succede in tante altre comunità, senza troppe distinzioni di lingue, si sa.

Gianluigi Pasqualetto

Il medico risponde

Le domande e le risposte sulla nostra salute

Mal di schiena: cause e come curarlo

Il mal di schiena è uno dei disturbi muscolo-scheletrici più diffusi tra la popolazione generale e può colpire chiunque, indipendentemente dall'età e dal sesso.

Causato molto spesso, ma non esclusivamente, dalle posture errate mantenute per lungo tempo durante tutto l'arco della giornata, viene identificato, a seconda della zona della colonna vertebrale colpita, con i nomi di mal di schiena lombare, sacrale o dorsale.

I fattori scatenanti sono in realtà molteplici; per questo motivo, in presenza di un dolore alla schiena persistente e intenso, che non tende a risolversi nel giro di pochi giorni, è importante consultare il proprio medico di base o uno specialista del settore.

Mal di schiena: le cause principali

Tra le principali cause del mal di schiena e, in particolare, del mal di schiena lombare, rientrano le posture errate che vengono assunte durante il lavoro e lo studio, ma anche quando ci si rilassa davanti alla televisione o semplicemente quando si sta seduti a tavola.

Un fattore scatenante è anche la sedentarietà, la quale indebolisce la muscolatura e riduce l'elasticità delle vertebre, rendendo la schiena più debole e, di conseguenza, più soggetta a traumi e affaticamento.

Anche chi solleva di sovente dei pesi, per lavoro oppure durante l'attività sportiva, può andare incontro a questo fastidioso disturbo, così come chi subisce un trauma in seguito a un movimento improvviso o a un incidente.

Talvolta alla base di un comune mal di schiena possono esservi infezioni o patologie anche gravi, come i tumori.

Come si manifesta

Il sintomo principale del mal di schiena è un dolore di intensità variabile che interessa una specifica area della colonna vertebrale, associato a una riduzione della mobilità e alla difficoltà di stare in piedi con la schiena eretta.

In alcuni casi, il dolore può irradiarsi ad altre zone del corpo, in particolare agli arti superiori e inferiori, ma anche alla testa; in questi casi, possono verificarsi formicolii e perdita di forza muscolare.

Nei casi più gravi, si può andare incontro a labirintite e difficoltà di deambulazione.

Mal di schiena rimedio immediato

Il dolore alla schiena ha una durata che varia in base alle cause scatenanti e alla gravità della situazione. Nella maggior parte dei casi, tende a regredire spontaneamente nel giro di pochi giorni dalla prima comparsa, ma non sono rare le recidive. Queste si verificano soprattutto quando ci si trova di fronte a un mal di schiena lombare o cervicale causati da posture errate che vengono perpetuate nel tempo.

I rimedi immediati per eliminare il dolore alla schiena esistono, ma nella maggior parte dei casi fungono esclusivamente da palliativi in quanto non agiscono sulla causa scatenante, ma unicamente sul sintomo. Ricorrere ad antidolorifici può aiutare ad affrontare la situazione nell'immediato, ma non elimina il rischio che il dolore si ripresenti a distanza di giorni o mesi.

L'unico rimedio a cui ricorrere per sbarazzarsi definitivamente del dolore alla schiena consiste nel contattare il proprio medico di fiducia e nel fissare un appuntamento per sottoporsi a una visita di controllo.

Diana Cecchi

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

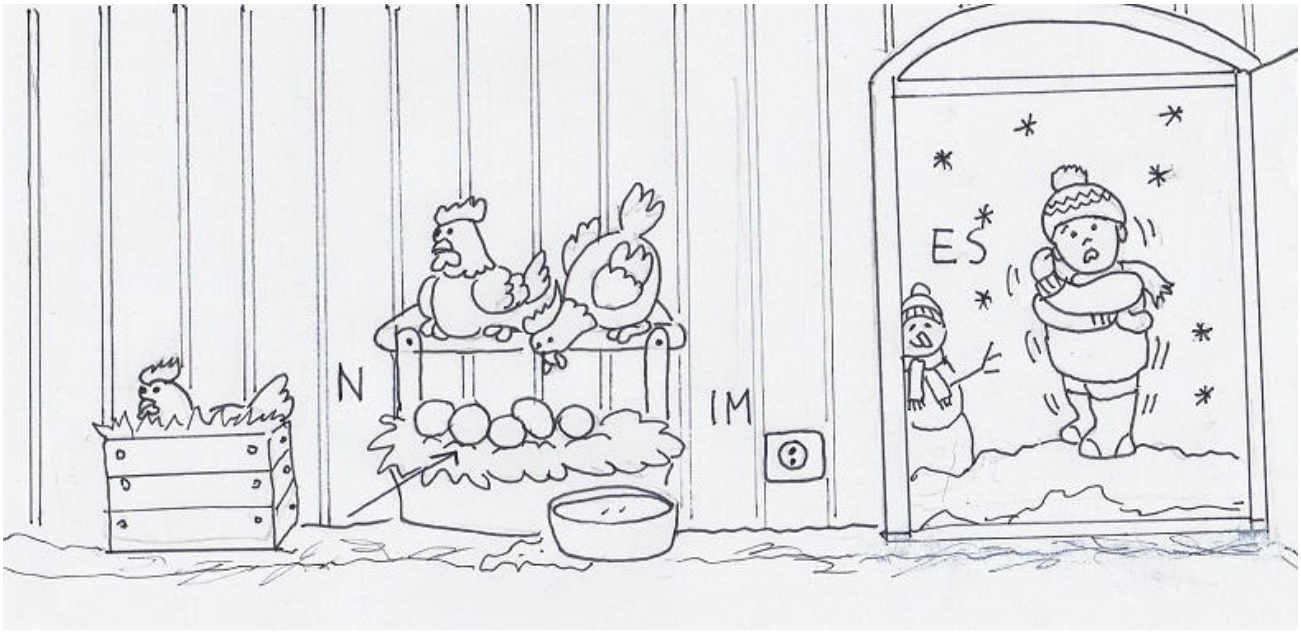
S.O.S. Montagna

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

IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

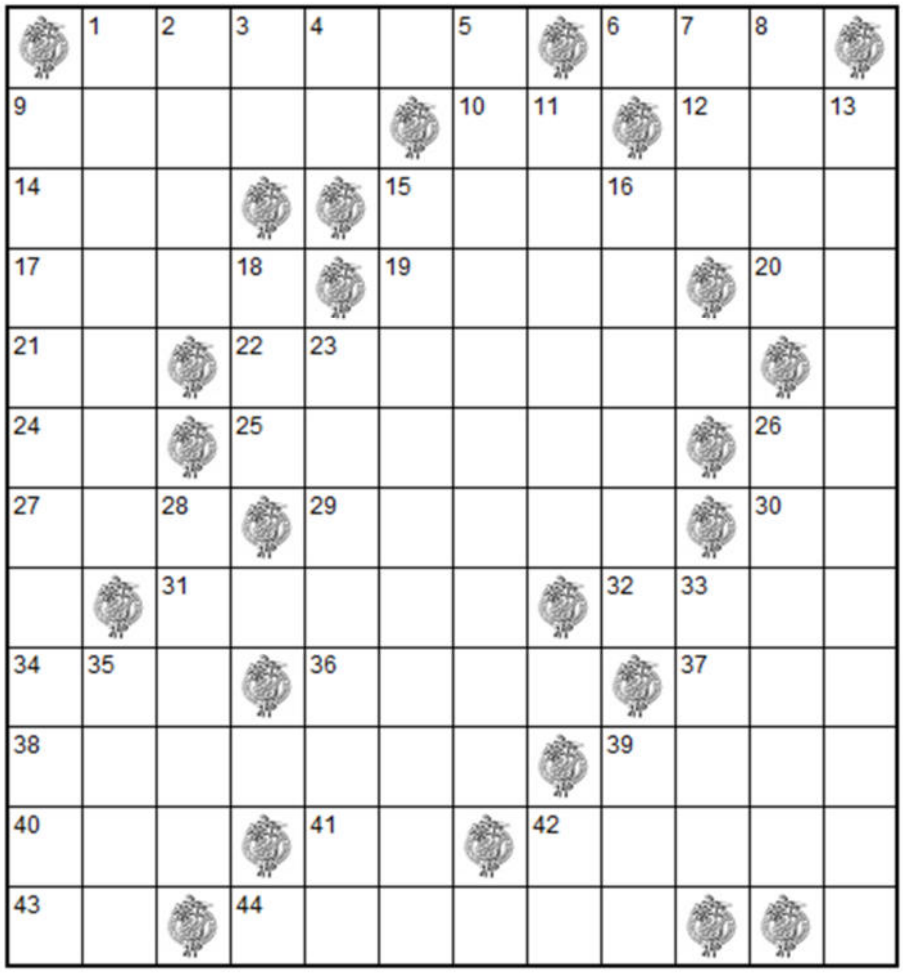
REBUS: 5, 7, 7



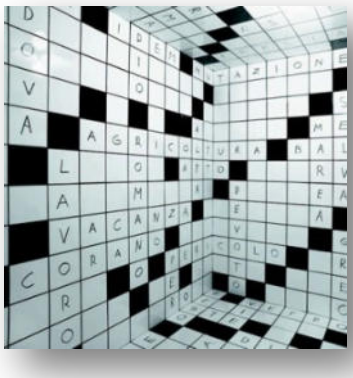
(la soluzione verrà pubblicata nel numero di LUGLIO/AGOSTO dell'Escursionista)

IL CRUCIVERBA del mese

(a cura di www.crucienigmi.it)



(la soluzione verrà pubblicata nel numero di LUGLIO/AGOSTO dell'Escursionista)



ORIZZONTALI:

1. Gigantesco albero tropicale
6. Il tiolo di Churchill
9. Piano inclinato per superare un dislivello
10. Sigla d'Imperia
12. Denominazione di Origine Controllata
14. Altari pagani
15. Estremamente disordinati e confusi
17. Rilievo sabbioso
19. Ha dodici mesi
20. Iniziali di Costner
21. Se per gli inglesi
22. Luogo di detenzione
24. In mezzo ai garofani
25. Una stagione
26. Una consonante dell'alfabeto greco
27. Brucia in cucina
29. Ecoscandaglio
30. Onde Medie
31. Occhielli per infilare i bottoni
32. Si getta al cane
34. Arrivo sulle tabelle
36. Servizio militare nello stesso anno
37. Quantità non meglio definita
38. Conti, note
39. Regalo, presente
40. Stato di violenta irritazione
41. A te
42. La benzina che… non c'è più
43. Sigla di Aosta
44. Un colore.

.

VERTICALI:

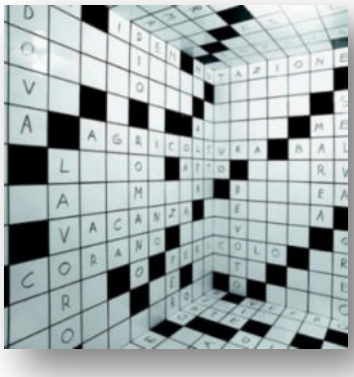
1. Litigio più o meno violento
2. Così sia
3. Iniziali del regista Preminger
4. Simbolo del bario
5. Un famoso personaggio della Disney
7. Furono fatali a Cesare
8. Un genere musicale
9. Riproduce fotograficamente parti interne del corpo
11. Dischetto di metallo coniato dagli Stati
13. Un veicolo a due ruote
15. Negozio che vende quaderni, gomme e matite
16. Si esibisce con la muleta
18. Colpo vincente in battuta
23. Campionati nei quali si disputano titoli nazionali
26. Elemento decorativo circolare sulle facciate delle chiese
28. Donna che usa ago e filo
33. Un segnale stradale ottagonale
35. Quasi unico
39. Coppia di cantanti che si esibiscono insieme
42. Iniziali della Loren.

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						

(la soluzione verrà pubblicata nel numero di LUGLIO/AGOSTO dell'Escursionista)



ORIZZONTALI:

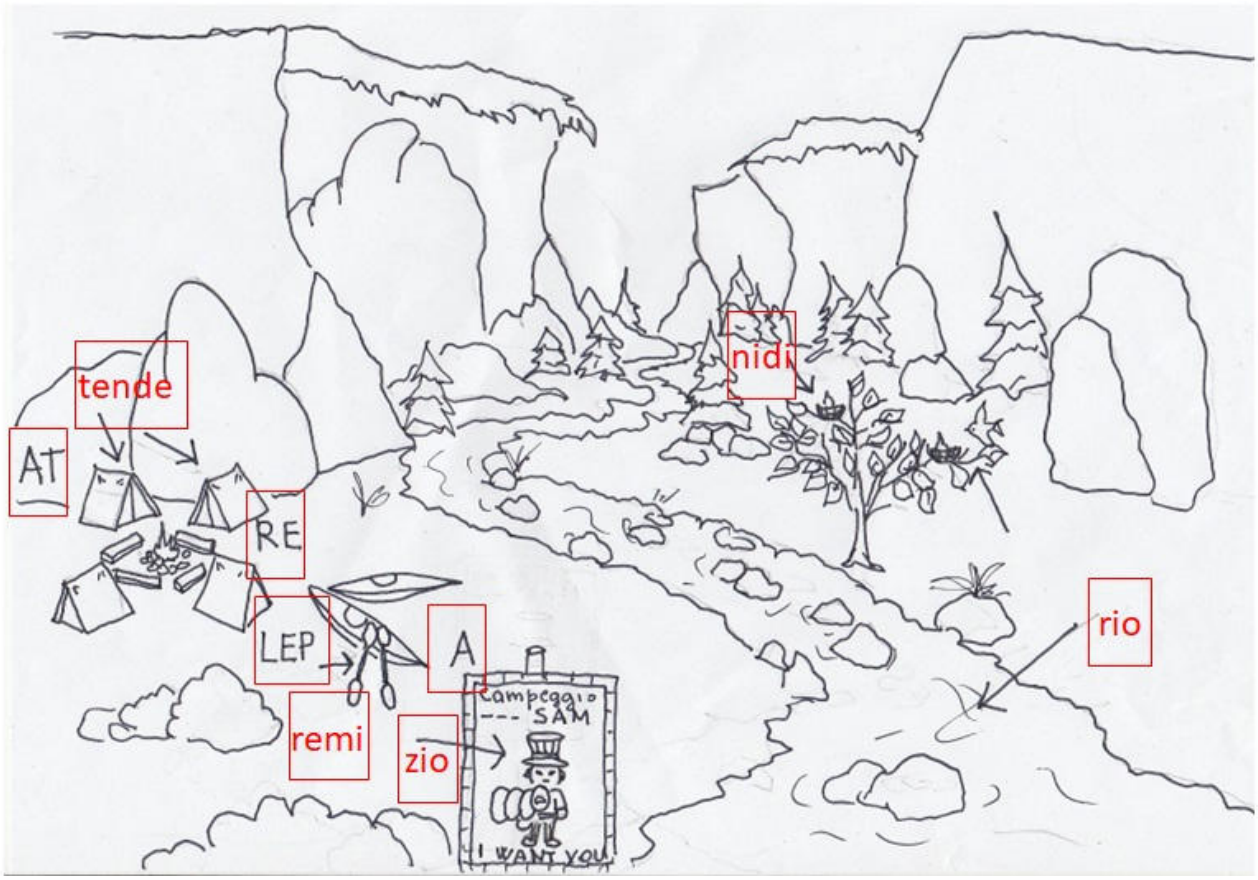
1 Comune italiano in provincia di Sondrio
7 il Sergio cantante,arrivato 2° a San Remo Giovani
11 la moglie di Isacco
13 con questa sigla si indicavano le lire
14 il Francesco medico naturalista di Arezzo
15 sentimento di malanimo
16 Istituto Dermatologico Europeo
17 fiume dell'Italia centromeridionale
18 precede sab.
19 il Romeo giocatore del Grande Torino
21 bambino molto piccolo
23 immediato, improvviso
25 lo sono i legni vecchi
26 un'affermazione gradita
27 Comune italiano della provincia di Teramo
28 anagramma di rate
30 è al centro della festa
33 una vittoria fuori casa
34 che deriva dagli antenati
35 il nome d'arte di Ferdinando Buscaglione
37 cacciato via dalla tana, scovato
39 ha una durata breve
41 c'è quello del gelato
42 ossatura arcuata della sell

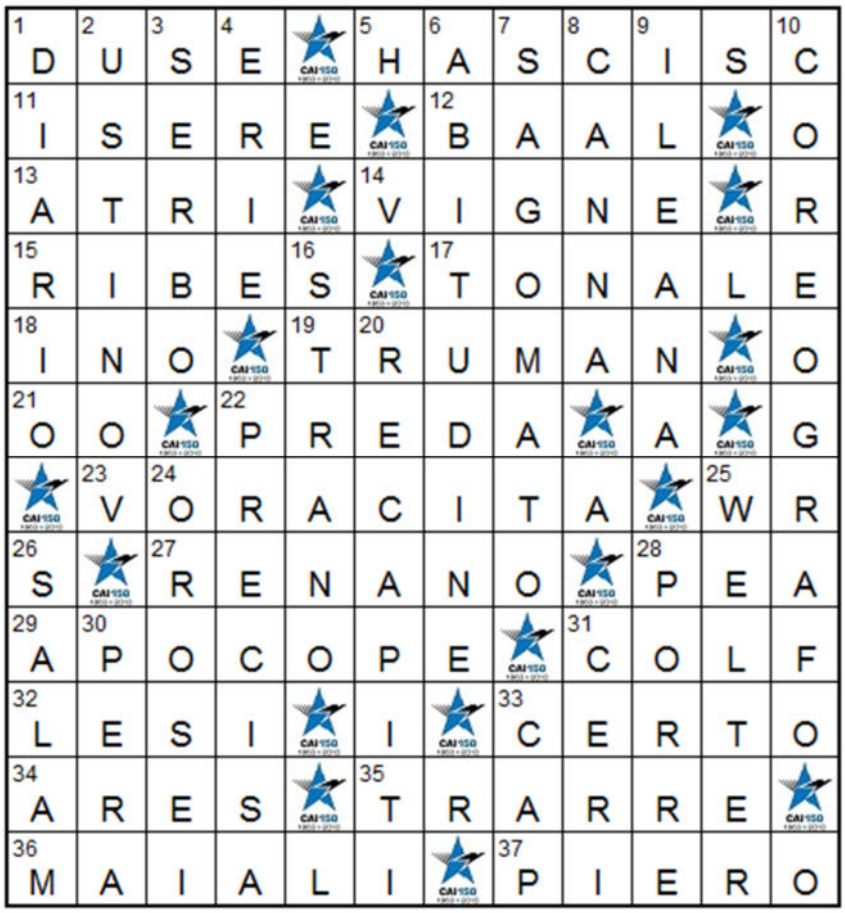
VERTICALI:

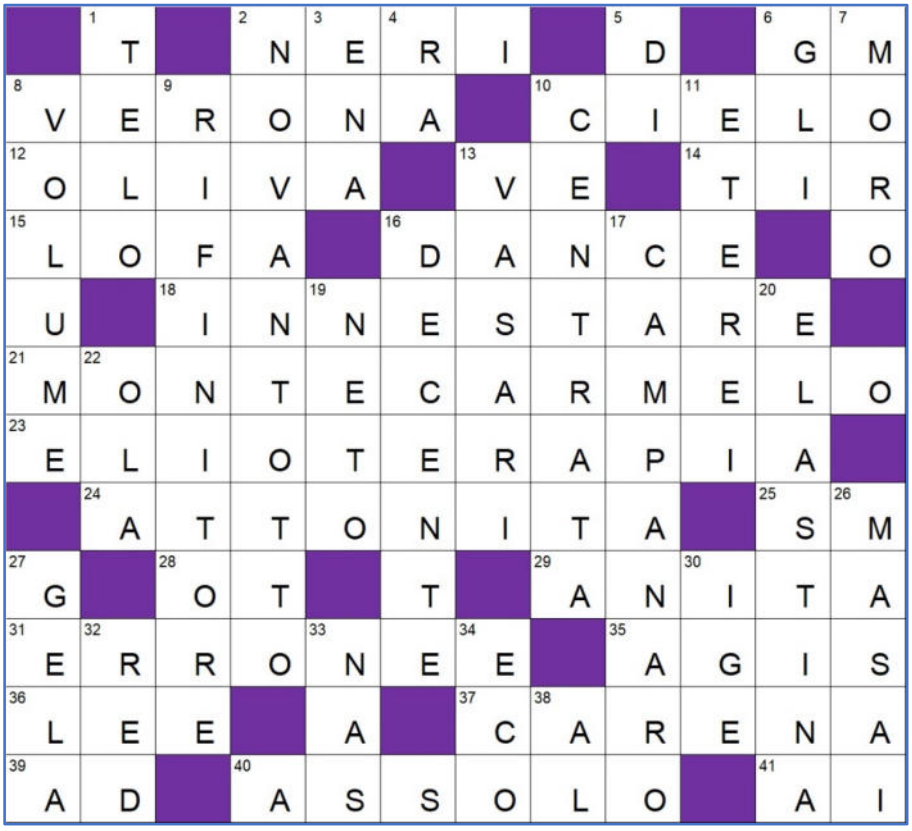
2 il suo futuro è già scritto
3 affrancata, liberata
4 Istituto Bancario Italiano
5 l'inizio delle cene
6 misure terriere
7 modo particolare di fare
8 Stato dell'Europa Centrale confinante con l'Italia
9 l'Irlanda
10 chiari e forti
12 è diamante o grafite
14 deposito, garage
17 lo è una circolazione controllata
20 è l'ideale per cuocere due uova
22 incrociare le armi
24 c'è quella di massima
29 l'Auguste Renè scultore e pittore francese
31 nome d'uomo
32 le consonanti di Orfeo
36 risponde in parte
37 l'inizio della scena
38 un'ora più corta
40 le vocali del sale

Le soluzioni dei giochi del mese di MAGGIO

Invio rebus.
REBUS: 9, 2, 11, 2, 3
Soluzione:
AT tende RE LEP remi A zio nidi rio - Attendere le premiazioni di Rio




1 D 2 U 3 S 4 E 5 H 6 A 7 S 8 C 9 I S 10 C
11 I S E R E 12 B A A L O
13 A T R I 14 V I G N E R
15 R I B E 16 S 17 T O N A L E
18 I N O 19 T 20 R U M A N O
21 O O 22 P R E D A A G
23 V 24 O R A C I T A 25 W R
26 S 27 R E N A N O 28 P E A
29 A 30 P O C O P E 31 C O L F
32 L E S I I 33 C E R T O
34 A R E S 35 T R A R R E
36 M A I A L I 37 P I E R O


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

Prossimi passi

Calendario delle attività UET

In giugno, in bene o in male, c'è sempre un temporale

Giugno, chiamato anche “Mese del Sole” o “Mese della Libertà”, è il sesto mese dell'anno secondo il calendario gregoriano, ed è il primo mese dell'estate nell'emisfero boreale e il primo dell'inverno nell'emisfero australe; consta di 30 giorni e si colloca nella prima metà di un anno civile.
Il suo nome deriva dalla dea Giunone, moglie di Giove.
La denominazione “Mese del Sole” deriva dal fatto che in corrispondenza del 21º giorno del mese, ovvero nel solstizio d'estate (anche se a volte cade il 20 Giugno), l'asse terrestre presenta un'inclinazione tale da garantire la massima durata di luce nell'arco di un giorno (nell'emisfero nord).
La traduzione inglese del nome, June, viene usata come nome proprio femminile. Come suggerisce il proverbio contadino «Giugno la falce in pugno», per la natura segna un periodo di grande fioritura: dalla mietitura dei campi di grano al taglio dell'erba nei prati, alla frutta che in molte specie raggiunge la giusta maturazione ed è pronta per essere raccolta; senza dimenticare i tanti fiori che sbocciano e rendono i giardini più colorati in questa fase dell’anno.
Quindi, benissimo! Questo sarà il mese in cui avremo tanto sole (magari anche qualche temporale, però…), tante ore di luce, grandi fioriture e buonissimi frutti da assaggiare, ma anche tante e belle occasioni di stare insieme con la UET scoprendo nuove valli e montagne sempre incantevoli.
Quali saranno infatti le gite che la UET ha programmato per noi nel mese di giugno?

Vediamole…

- Domenica 15 giugno raggiungeremo il Lago Santanel da Piamprato Soana con eventuale inserimento del Colle della Marmotta. Bel giro panoramico in valloni poco conosciuti. La parte inferiore, fino alle Grange Santanel, è ancora utilizzata, mentre dopo di questa non vi è più presenza dell'uomo e la natura ha il sopravvento.Bei panorami sulle punte della Val Soana e fino al Monviso.

- Domenica 29 giugno raggiungeremo invece il lago Lillet, Escursione molto bella e poco frequentata, ma piuttosto impegnativa per il dislivello e per la salita che è abbastanza ripida per tutta la lunghezza del percorso.

A presto ritrovarvi dunque, per scoprire insieme queste belle località alpine e trascorrere momenti lieti con gli Amici dell'UET.

Mauro Zanotto
Direttore Editoriale

Reportage

Ai “confini” del mondo

Val d’Aosta mon amour

Appunti di viaggio

Ci vado da sempre.

Mia mamma in cinta di me che passeggiava fino al ghiacciaio del Miage.

Allora era ancora tutto intatto.

Un po’ come il compianto Tom Ballard.

Sua mamma la mitica Hallison Hargraves scalo’ l’Eiger in cinta di 6 mesi.

Ogni anno una gita fuori porta era in Val Ferret e dopo aver mangiato la polenta concia io partivo per il sentiero che va al Boccalatte.

E venivo sempre ripreso da mio zio che mi riportava giù.

Classici i trekking anche in Val Veny con il Rifugio Elisabetta gestito alla grandissima dall’amico Davide Gonella compagno di 1000 scalate su cascate di ghiaccio.

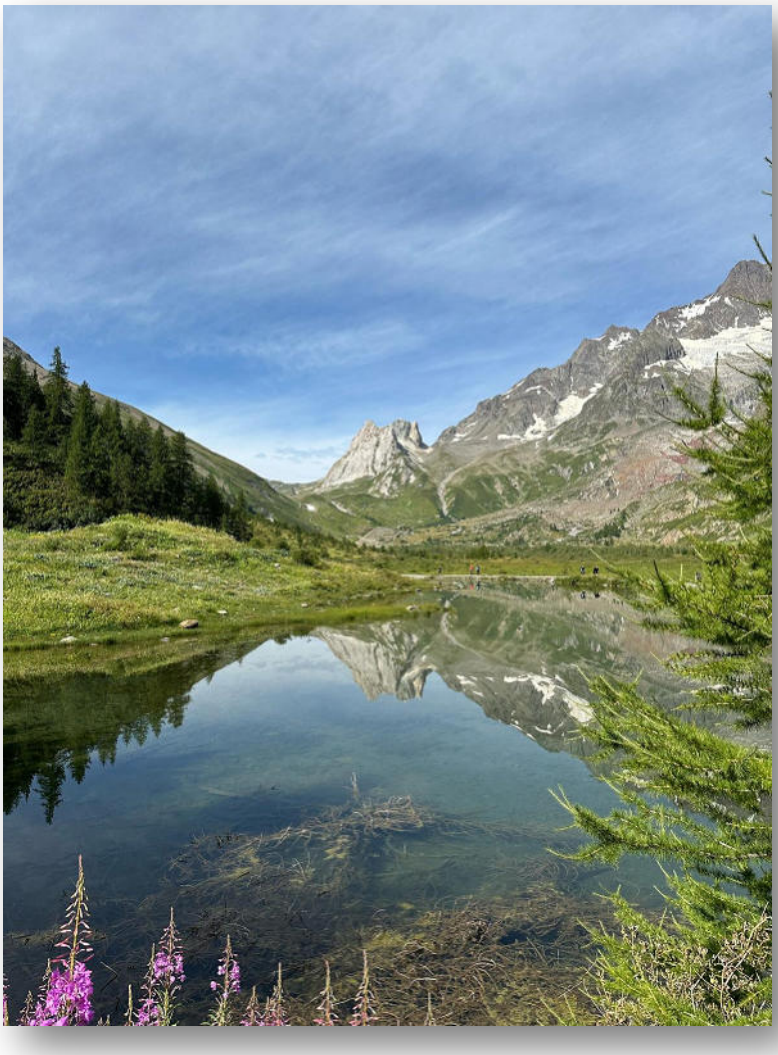
Il giro delle Pyramid Calcaires dove fisso al 100% puoi ammirare gli stambecchi.

Ricordo un anno da solo mi trovai quasi faccia a faccia con un maschio adulto imponente.

Sono sicuro che ci parlammo e ci capimmo.

La Valnontey con il gran trekking al Bivacco Leonessa per non parlare delle decine di cascate fatte da inizio a fine stagione.

Pensate quasi tutti i week end a Cogne a spicozzare.



Stavano per darmi la residenza.

Ma la Val d'Aosta è cultura ed anche tanta.

Passeggiare per Aosta meravigliosa città romana e perdersi tra i famosissimi castelli della valle.

O cercare primizie culinarie come i formaggi e prepare la sera in campeggio a Morgex la polenta.

Ovviamente se parlo di campeggio per me è solo il Camping du Parc.

Quasi una famiglia da sempre.

Tanto che la RAI è venuta ad intervistarmi al mio ritorno dal Pakistan proprio in campeggio.

Dalla mia piazzola tiro fuori la testa dalla mia tenda Ferrino ed ho sua maestà il Monte Bianco che mi da' il buongiorno.

Ricordo da giovane sciate pazzesche a Cervinia anche ovviamente in piena estate ed una in inverno a -23.

Eravamo davvero pochi sulle piste in quel week end.

I 4000.

Bella lunga storia.

2 volte il Castore, con la sua cresta da sogno che taglia in 2 il cielo.

Ricordo un bel Mont Blanc du Tacul, forse il mio primo 4000.

Ero giovane forte e sempre allenato.

I 3 4000 in un solo giorno con Monte Rosa, Ludwig e Cristo delle Vette.

E per forza, ero appena tornato dai 5600 del Pakistan.

Ma anche l'Emilius un 3500 con tanto di grandinata estiva che rese la salita molto più avventurosa.

E poi Pyramid Vincent il 4000 da fare quando l'amico vuole provare l'aria sottile e fai tappa al Mantova dove ci si sente a casa davvero.

Penso anche alla semplice traversata dal Torino al Cosmiques, l'ambiente e tutte le grandi pareti che hanno fatto la storia dell'Alpinismo.

Già solo lo Sky Way vale il viaggio.

Pensate una funivia che mentre sale gira su stessa.

E poi gli incontri.

In un solo viaggio trovai Confortola sul ghiacciaio ed il grande e compianto Ueli Steck al Cosmiques con cui scambiai due chiacchiere davanti ad una tazza di te' caldo.

Insomma il famoso Custa quel che custa tornate in Val d'Aosta.

Mai slogan fu' più' azzeccato.

Fabrizio Rovella
(Esploratore e Sognatore)
Fabrizio Rovella
Saharamonamour
www.saharamonamour.com

Una Escursionista torinese a bordo della "Memphi"

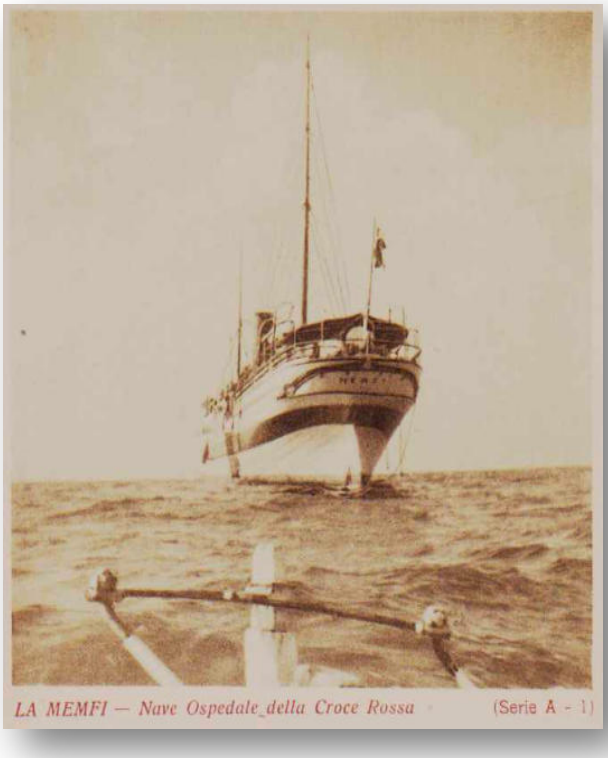
Una valorosa escursionista, innamorala della poesia infinita del mare, in occasione della gita a Barcellona volle unirsi alla nostra comitiva e formare, con altre molte coraggiose signore, quel forte manipolo di graziose gitanti che del mare apprezza il fascino e non teme le ruvide carezze.

Quest'autunno, quando l'Italia chiamò a raccolta i suoi figli per portarli sulle sabbie africane a dare il loro contributo di energia e di sangue per la gloria e la grandezza della Patria, un altro stuolo di valorose signore, dimentiche degli agi e delle comodità che loro offriva la famiglia, volle imbarcarsi su di una piccola nave, sballottala dalle onde, per portare un largo contributo di dolci attenzioni e quei prodi cui la guerra aveva fiaccato il corpo senza intaccarne lo spirito.

La nostra escursionista, la signorina Vittorina Gniffetti volle essa pure unirsi a quella caritatevole schiera per compiere la nobile ma difficile missione di infermiera della Croce Rossa, e malgrado le diuturne occupazioni, l'animo suo gentile, commosso da quelle manifestazioni di eroismo, da quei dolci sentimenti di famiglia, di patria, di religione, sempre vivi sulle labbra e nel cuore dei poveri feriti, volle eternarli in un diario.

Ritornata a Torino, diede alle stampe queste sue memorie, di cui apparve un saggio apprezzatissimo sui giornali cittadini, ed oggi infine, la coraggiosa escursionista, con atto squisitamente gentile, volle donare il libro a chi personifica quell'Associazione, che indirettamente contribuì forse ad accrescere il suo amore per l'Oceano.

Io sono lieto ed orgoglioso di segnalare ai Consoci l'opera altamente umanitaria e patriottica di un valoroso membro della nostra grande famiglia e sento il dovere di esprimere a Lei tutta l'ammirazione che noi proviamo, augurandomi, come spera l'autrice, che una lacrima strappata dal suo racconto di eroismi e di dolori ignorati, inviti a riconoscere l'opera santa della bianca nave, e ad alleviare le sofferenze di chi combatté e cadde nel nome grande d'Italia.



sacrificio ha innalzato al grado più alto della pietà e dell'eroismo.

Lea Perotti Aimeri

Dedica autografa che introduce l'importante relazione di questa crocerossina sull'attività della nave ospedale Memphi durante il primo periodo della guerra di Libia, dall'ottobre al dicembre 1911.

Il libro, immediatamente redatto da Vittorina Corbelli Gnifetti, al ritorno della prima missione, ebbe un iter travagliato e venne diffuso solo nel 1912, a causa di una serie di modifiche che furono richieste dal Comitato Centrale della Croce rossa in riferimento ad alcuni avvenimenti bellici.

Angelo Perotti

tratto da "l'Escursionista" del 6 aprile 1912

Bibliografia

Sulla "Memphi"

Lettere e appunti di Vittorina Gniffetti, Dama Infermiera della Croce Rossa Italiana.

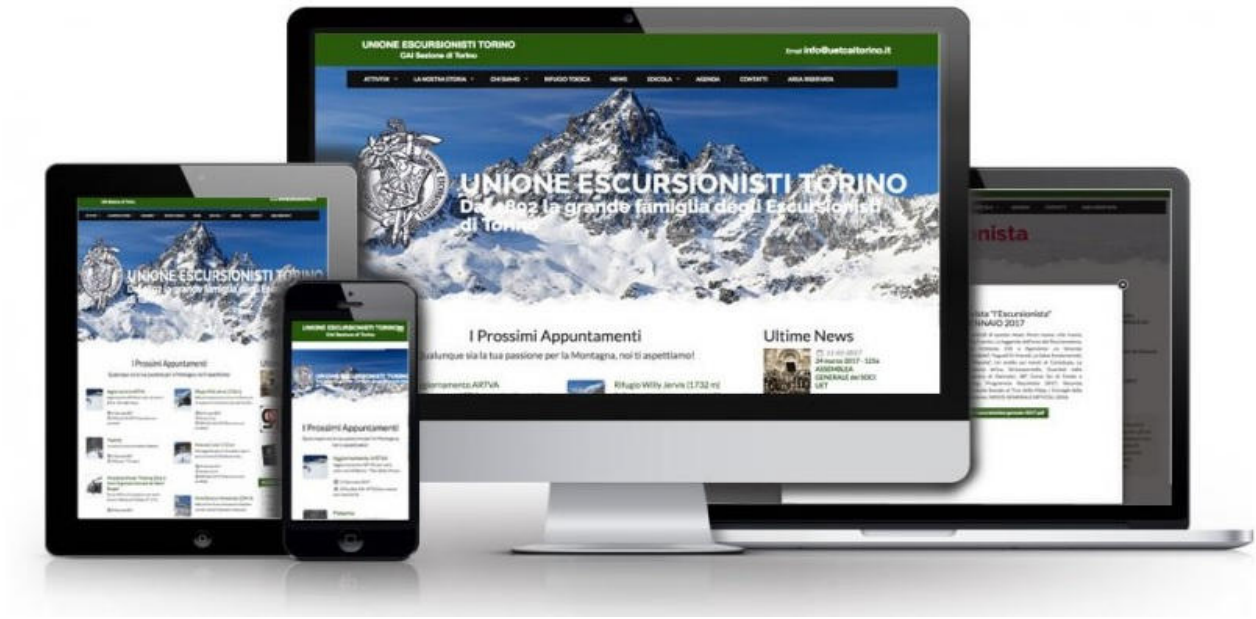
Tipografia PANIZZA - Torino 1911

E' una raccolta di letterine commoventi dalle quali spira un raro olezzo di soavità femminile.

Ogni spirito gentile vi partecipa con un palpito di entusiasmo e sente in ogni pagina la nota vibrante del sentimento che ha informato la giovane eroina della carità, durante il suo nobile apostolato di pietà e di abnegazione.

Sono racconti di eroismi e di dolori, sono mesti ricordi di lacrime versate, di angosce indescrivibili fra i si intrecciano e spandono il loro profumo di poesia episodi gentili di riconoscenza e di amore, che strappano lacrime di commozione infinita e di intensa pietà anche ai cuori più insensibili e fanno sentire in noi donne più forte l'orgoglio di appartenere a quel sesso che la nobiltà del

www.uetcaitorino.it



Tramite Smartphone, Tablet, PC, SmartTv vieni ad incontraci sul nuovo sito www.uetcaitorino.it!

Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!

Registrati gratuitamente come utente **PREMIUM** *– non ti costa NULLA - ed accedi a tutti i contenuti multimediali del sito... le foto, i video, le pubblicazioni, la rivista!*

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!

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