



l'Escursionista

la rivista della Sotto Sezione CAI UET novembre 2014

Rivista realizzata dalla Sotto Sezione CAI UET e distribuita gratuitamente a tutti gli amici del CAI Torino

Nella terra dei giganti

Vivere come loro, imparare da loro

La parete ed il fiore

La prima volta sulla Torre di Lavina

Baffidirame

Il cavaliere senza paura, il mago e la principessa

Un anello nel Vallone degli Invincibili

Nei luoghi che furono di rifugio per i Valdesi

Riapre il Buco di Viso...

Uno sbocco sul mare per il commercio del sale



Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013



Attesa...

Chi meglio di Pascoli ha colto le peculiarità del mese di novembre!

Inizialmente il pensiero va alle immagini della primavera, grazie a quelle poche giornate soleggiate durante la cosiddetta "estate di S. Martino", ma poi subito l'illusione della primavera si volatilizza per lasciare posto alla realtà dell'autunno, triste, secco, vuoto, nero e cavo.

Così anche le nostre uscite autunnali chiudono l'anno escursionistico, quasi a ricercare un periodo di riflessione, di attesa di una futura programmazione ricca di novità e piena di ulteriori stimoli.

Novembre è il mese in cui noi uetini solitamente confezioniamo i programmi del prossimo anno, in cui ci prepariamo ad organizzare le uscite sociali invernali, in cui elaboriamo nuovi progetti da sviluppare nel periodo estivo. Ma è anche il mese in cui rimembriamo sulle attività svolte durante l'estate, magari organizzando qualche bella proiezione di immagini sulle escursioni svolte.

Attesa, dunque, per rinnovarci e per ritrovare nuove energie da reinvestire regalandole e riversandole all'interno dell'Unione.

E' anche il mese del ricordo dei soci che non sono più con noi, e Pascoli evoca bene questo sentimento: tutto attorno è vuoto, è silenzio.

Su tutti noi incombe tristezza e silenzio pensando ai nostri cari defunti, ma anche ai nostri amici uetini, compagni con i quali abbiamo condiviso nel passato tanti bei momenti e camminate.



*Gemmea l'aria, il sole così chiaro
che tu ricerchi gli albicocchi in fiore,
e del prunalbo l'odorino amaro
senti nel cuore...*

*Ma secco è il pruno, e le stecchite piante
di nere trame segnano il sereno,
e vuoto il cielo, e cavo al piè sonante
sembra il terreno.*

*Silenzio, intorno: solo, alle ventate,
odi lontano, da giardini ed orti,
di foglie un cader fragile.
E' l'estate fredda, dei morti.*

Novembre di Giovanni Pascoli

Laura Spagnolini



SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della sottosezione CAI UET di Torino

Anno 2 – Numero 17/2014
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
Laura Spagnolini

Direttore Responsabile
Fedele Bertorello

Relazioni con il CAI Torino
Francesco Bergamasco

Redazione CAI UET Torino

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

Collaboratori esterni : Beppe Sabadini,
Chiara Peyrani, don Valerio d'Amico

Email : info@uetcaitorino.it
Sito Internet : www.uetcaitorino.it

Sommario novembre 2014

Nella terra dei giganti	04
Baffidirame	09
Riflessioni sulla transumanza in Piemonte	14
Riapre il Buco di Viso...	16
Doman l'è Festa	18
Mostarda d'uva	20
La scuoletta – museo Beckwith degli Odin nel vallone di Angrogna	22
Un anello nel Vallone degli Invincibili	24
La parete e il fiore	27
Tutti i miti dell'acne	32
Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza	34
Strizzacervello	35
Ultime sgambate	42
Programma Escursionismo Invernale 2015	43
Programma Escursionismo Estivo 2014	46
La riapertura del Buco di Viso	49
Settimana bianca sull'Alpe di Siusi	52



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

rivista.escursionista@uetcaitorino.it



Sul cappello un bel fior la rubrica dell'Escursionismo estivo



Nella terra dei giganti

E' arrivato il momento.

Come sempre, come tutti gli anni, la gente UET si ritrova in questo luogo, al rifugio Toesca, per festeggiare senz'altro un anno di attività speso "avventurosamente" sui campi innevati o su "ardite" cime alpine, ma anche (e lasciatemi dire soprattutto) per festeggiare il proprio stare bene insieme, con amici e compagni d'alpe che insieme vogliono ricordare questi "primi" 120 anni di attività di questa bella avventura che ad oggi è stata e sarà l'UET.

E quest'anno ho scelto di prendermi più tempo per stare insieme con i miei amici cari, sicchè ottenuto il rigoroso "nulla osta" da parte di moglie e figlio nel potermi assentare già dal primo mattino del sabato, parto alla volta del Toesca con Emilio, Valter ed Angelo.

Il primo saluto con l'iniziale vigorosa stretta di mano nel consueto luogo di ritrovo, già prelude alla bella giornata, pardon... alle belle due giornate che passeremo insieme agli altri uettini.

E la macchina (di Emilio) che ci trasporta in quel di San Giorio e poi fin su a Cortavetto (ove parcheggeremo) ben si presta a diventare luogo ideale per raccontarci delle belle gite estive fatte, gli episodi più divertenti del magnifico trekking sull'Oberland bernese vissuti ad agosto, i dettagli del "mitico" secondo "Concerto sotto le stelle" che questa sera, in rifugio, avrò il piacere di presentare.

Devo dire che proprio uno degli elementi di "punta" della (piccola ma significativa) rappresentanza del coro CAI Edelweiss che questa sera per noi si esibirà, ovvero Emilio, proprio in buona salute non è: sfidando le ira della moglie che di gran lunga l'avrebbe preferito a casa anziché febbricitante sui sentieri che portano al Toesca, stoicamente ha scelto di essere con noi, fedele a quella promessa che mi aveva fatto, quando contattato telefonicamente gli avevo chiesto di essere presente come uno dei cantori della serata, di cantare per noi uettini.

Questo è lo spirito uettino di cui ci sentiamo orgogliosi portatori: una parola data ad un amico è una parola mantenuta, sempre e comunque, nella buona come nella cattiva sorte. Sempre.

Arriviamo a Cortavetto, al laghetto (o meglio... paradiso) delle rane.

Zaino a spalle (il mio ha un peso terribile, in considerazione di tutta la strumentazione elettronica che mi sono portato appresso per la regia "multimediale" del concerto di questa sera), scarponi nei piedi e si parte.

E' un passo dolce e rilassato il nostro, senza fretta (nonostante Valter qualche urgenza in realtà sarebbe autorizzato ad avercela, visto che è atteso al rifugio Amprimo per partecipare ad una mattinata di "ripasso" nodi & manovre propedeutica all'esame ASE per diventare accompagnatore sezionale e che presto dovrà sostenere) e che ci consente di godere pienamente di quanto ci sta tutt'intorno: i colori del bosco autunnale, il profumo di foglie e funghi, il ritornello dell'acqua dei ruscelli, la carezza del vento leggero che soffia dal monte a valle.

Arrivati al primo rifugio, l'Amprimo, è bello ritrovare i primi amici uettini bardati di tutto punto con imbrago, moschettoni e cordini, intenti a legare e slegare corde ai larici per realizzare chissà quale manovra simulata di salvataggio.

Ed è qui che lasciamo Valter al suo laborioso destino dall'allievo: Angelo, Emilio ed io ripartiremo subito alla volta del rifugio superiore, il nostro Toesca.

Dolce e panoramica è salita che per la verità faccio da solo con l'amico Emilio: febbricitante e con qualche colpo di tosse che bene non depone alla sua esibizione vocale della serata, "assisterlo" sulla strada del Toesca mi sembra sinceramente dovuto.

Ancora passo lento e cadenzato e piano piano si arriva alle bergerie del Balmerotto: come trascorrere bene questo poco tempo che ho per stare con lui, se non chiacchierando da buoni amici del passato e di cosa ci aspetterà nel futuro?

Continuiamo con passo lento e cadenzato e piano piano arriviamo all'inizio del Pian del Roc, con il tetto del Toesca che lassù si

intravede appena tra i larici guardinghi che dall'alto ci osservano.

<<Facciamo ancora questi dieci minuti di sentiero, Emilio?>> domando, sapendo bene che è l'unica risposta possibile alla mia ironica domanda.

Ed una prima rampa del sentiero finale è stata fatta quando all'improvviso un severo gnomo di larice, con il suo sguardo inquisitorio, ferma il nostro passo e quasi pare ci dica <<Altolà viandanti alpini! Dove state andando? Sapete in quale territorio state entrando?>>

E' una bella statua di almeno un metro di altezza, ricavata a suon di sgorbia e scalpello dal tronco di un vecchio larice spezzato dal vento o dalla neve: bellissima! e complimenti (penso) ad Andrea, il nostro gestore del Toesca che oltre ad esibirsi nella buona cucina biellese (lui arriva da quelle zone) sa dare il meglio di sé anche nell'arte della scultura!

Quale sia però il vero significato di quello sguardo, di quel volto severo che dal bordo del sentiero ci guarda e forse ci giudica, resta per noi un mistero da capire...

Siamo al rifugio, un saluto agli altri amici uettini già arrivati sul posto e poi, vista l'ora, in complicità con Emilio decidiamo di concederci un bel piatto di polenta fumante con spezzattino d'asina annegato da un buon vinello rosso: questa sì che è vita!

Il pomeriggio trascorre lieto, chiacchierando con Giorgio (e che scoprirò essere chiamato dalla moglie con l'affettuoso epiteto di "papero"...), sua moglie, Emilio, Laura, discutendo su tutto e di tutto e godendoci, seduti sulle panche esterne al rifugio, il bel sole caldo di montagna che tuttavia fra non molto scomparirà dietro il crinale dell'Orsiera.

A sera, grande cena in stile uettino: tagliere di salumi della valle, acciughe al verde, "pescoj" e cipolle ripiene fatte al forno... come "antipasti" (in realtà la cena potrebbe anche finire qui, dopo tutto questo ben di Dio, invece...), a seguire l'irrinunciabile "bagna caoda" servita nel caratteristico "fujot" di terracotta ed accompagnata dalle migliori verdure crude e cotte imposte dalla tradizione piemontese! Buon appetito amici!

La cena (forse ancor più del pranzo) è



senz'altro uno dei momenti più caratteristici della nostra festa UET al Toesca: il sole tramonta, le fresche ombre della sera incombono e si rientra in rifugio per scaldarsi, ci si racconta tra amici delle belle attività vissute per monti e si aspetta (con un certo languorino) il momento in cui Andrea (il gestore) ci chiamerà a tavola annunciando l'immane <<è pronto!>>. E poi si mangia, gomito a gomito, scambiandosi i vassoi di cibarie, riempiendosi vicendevolmente i bicchieri di vino, senza troppo preoccuparsi dell'esercito di calorie che sta arrivando... la dieta la faremo a partire da (dopo) domani!

Ma la serata naturalmente ha ancora da esibire il suo "pezzo" forte: la seconda edizione del "Concerto sotto le Stelle" che vedrà la partecipazione di un certo numero di "maestri" cantori del coro CAI Edelweiss.

A stupirci con i propri vocalizzi saranno Emilio (che dopo un breve pisolino pomeridiano ed un generoso compresso di aspirina appare in quasi buono stato di salute), Valter (invece stremato dall'intensa mattinata trascorsa a

fare nodi, manovre ed orienting nei dintorni di Alpe Togle) e l'insostituibile Gigi.

E' la seconda edizione quella di quest'anno, ed in effetti la conduzione della regia così come la preparazione della accattivante presentazione multimediale che supporterà i cantori, non è più un'esperienza del tutto nuova per me, tuttavia gli sguardi impazienti degli uettini che attendono la partenza dello "spettacolo" una certa emozione riesce a comunque a generarmela.

Le emozioni più grandi, però, e non solo mie naturalmente ma anche quelle del pubblico, non possono che nascere dai bellissimi canti che il coro ha preparato per questa serata: 13 canti, contestualizzati coreograficamente con video ed immagini che ben si presteranno ad esprimere la cultura e le tradizioni popolari delle regioni da cui essi provengono.

Un'ora sarà la durata di questo concerto, durante la quale a ciascun uettino il concerto riuscirà a regalare la propria intima emozione e sarà un successo! voluto, pianificato e realizzato per pura passione da un gruppo di

volenterosi uettini!

Questa bella serata conclude una (prima) bella giornata di festa UET: domani sarà un altro giorno, con l'arrivo di Padre Dante, tanti altri uettini che non hanno potuto raggiungerci il sabato causa indisponibilità di posti letto, la Santa Messa e sicuramente tante risate da consumarsi con tra amici.

Notte.

E' mattino, abbiamo dormito come tanti "piselli nel baciello" (per altro inaugurando le nuove belle stanzette realizzate in luogo dell'unico inospitale camerone dormitorio di cui il rifugio disponeva prima) e niente se non una buona tazza di caffè (con qualche biscotto... magari?) può aiutarci a "carburare" per la giornata che ci aspetta.

E "fortuna" vuole (perché tale la considero) che io abbia a dividere il tavolo della colazione con gli amici Ornella e Gigi: due parole sulla bella serata precedente e poi il discorso si trasferisce sui figli, sulle loro vite, i loro progetti per il futuro, le preoccupazioni che spesso li accompagnano e che noi genitori viviamo talvolta con altrettanta apprensione.

Ed è in questo spazio d'intimità che si viene a creare tra me e loro, che poi finiscono per parlarmi di Gabriele, del loro giovane figlio salito al cielo al termine di una brutta malattia che gli ha rubato la vita. E me ne parlano con serenità (magari solo apparente ma ugualmente rara ad immaginarsi), accompagnando alla sua storia quella delle altre persone a cui si stanno dedicando in un atteggiamento d'amore e di servizio al prossimo.

Ascolto e nel mio animo non trovo parole per esprimere il sentimento che provo: quale sobrietà, coraggio, disponibilità ed amore verso gli altri stò trovando in queste persone e nelle cose che mi raccontano.

Li ringrazio per questa "intimità" che hanno condiviso con me, a modo mio, nell'unico modo che posso, con un sorriso, un lungo sorriso di cui spero il loro cuore, ancor prima del loro cervello, possa accorgersi: e poi le parole credo, non sarebbero altrettanto efficaci.

Intanto, arriva Padre Dante.

Grandi strette di mano, un abbraccio ed è

tempo di partecipare alla Messa, quest'anno con la fortuna di un cielo quasi terso e clemente che ci permette di celebrarla all'aperto.

La Messa per noi uettini (per quelli di noi che sono cattolici, naturalmente) non è solo il tempo ed il luogo dell'eucarestia e tramite questa della testimonianza dell'impegno cristiano con la condivisione del pane e del vino (che poi sono il corpo ed il sangue di Cristo): è anche il luogo in cui sentirsi comunità con quanti vivono la dimensione spirituale dell'alpinità ed il tempo in cui pregare anche per quanti hanno condiviso con noi un percorso che poi hanno continuato in cielo.

Quindi ci troviamo ad "assaporare" la bella spiritualità di questo momento ed i bei canti del coro che ancora una volta accompagnano la nostra Messa.

E poi il rinfresco.

Una bella iniziativa di Andrea, il gestore, che preparati stuzzichini e prosecco ci invita a brindare per il "nuovo inizio" del nostro bel rifugio, migliorato nell'aspetto e nel servizio, con la disponibilità - ora - di ben più comode camerette (più idonee a nuclei familiari o a chi necessiti di maggiore riservatezza) per gli escursionisti intenzionati a pernottare nella nostra struttura.

E poi il pranzo.

In cui saranno un quarantina gli uettini affamati e seduti (come si dice) "con le gambe sotto al tavolo" in attesa delle ghiottonerie con le quali il gestore saprà senz'altro stupirci.

Ma il pranzo, il mangiare tutti insieme, diventa soprattutto un'occasione per conoscere meglio le persone accanto a noi, nella misura in cui si ha la pazienza ed il desiderio di ascoltarle, ascoltare i loro racconti, le loro storie, i loro ricordi.

Ed è così che mi ritrovo ad ascoltare i ricordi della vita "alpinistica" giovanile di Padre Dante e di quando, giovane scavezzacollo (tuttavia già frate) desideroso di cime, si aggregava in cordata ad alpinisti francesi a lui perfettamente sconosciuti (persuasi però dall'offerta di una buona bottiglia di vino rosso) per arrivare in cima al Bianco (il Monte), cima poi ripetuta per ben sette volte

nello spazio della sua lunga attività montanara.

Ed ancora ascolto dei racconti del nostro "grande" Piero, classe 1928 (cosa questa, che a "pronunciarla" mi impressiona sempre un po'... essendo l'anno in cui nacque anche la mia mamma) e di quando, giovane geometra di appena 24 anni, già si ritrovava a lavorare come tecnico presso il mitico rifugio Torino sopra Courmayeur.

Ora, non so dire se sia stata la conseguenza dell'atmosfera conviviale, dell'ebbrezza derivatami da tutti i racconti ascoltati o semplicemente da un'accresciuta sensibilità nel cercare di entrare in comunione con le persone, ma, infine comprendo il messaggio che lo gnomo di larice, con il suo sguardo severo, aveva cercato di comunicarci il giorno prima, al nostro passaggio, mio e di Emilio.

Era vero che stavamo entrando in un territorio speciale, un territorio di cui lui era il solo guardiano solitario: quella era la "terra dei Giganti"!

Perchè erano davvero dei "Giganti" quelli che in questi due giorni avevo incontrato: Giganti "della parola data" e che come tale, quando viene data viene sempre mantenuta, Giganti "dal cuore grande" e che per quanto infranto non esitano a mettersi al servizio di chi ha bisogno di aiuto, Giganti "dal passo intrepido e leggero" capaci di scalare con umiltà le montagne più severe della terra e Giganti "dalla grande saggezza alpina" che alle terre alte hanno dedicato l'intera loro esistenza.

Avrò imparato qualcosa da loro? Forse molto. Forse no, ancora non so.

Ma senz'altro è stata una fortuna l'averli incontrati, l'averli riconosciuti e questa cosa me la terrà stretta stretta nel mio animo.

Mauro





C'era una volta un re che aveva una figlia così bella, da far girare la testa persino a un mago, che se ne innamorò perdutamente.

Quest'ultimo, nel pieno della notte, riuscì ad entrare a palazzo senza essere visto da nessuno e si portò via la sua innamorata.

La ragazza, oltre che bella, era anche molto educata e tutte le mattine, appena alzata, andava a salutare suo padre.

Non vedendola arrivare, il re manda la cameriera a chiamarla: bussa e ribussa ma non ottiene risposta e alla fine, dopo aver fatto sfondare la porta, trova soltanto la camera vuota.

Il re si dispera, perché pensa subito al mago innamorato e sguinzaglia allora tutto l'esercito alla ricerca della figlia: i soldati setacciano ogni più piccolo angolo del regno, ma della principessa non c'è la minima traccia. Il re emette un bando: colui che sarà capace di riportargli a casa la figlia diventerà il suo sposo e sarà nominato principe ereditario del regno.

Allora si fa avanti un soldato, conosciuto per il suo grande coraggio e che era soprannominato Baffidirame perché aveva un bel paio di baffi spruzzati di rosso: "Maestà, se mi date qualche giorno di licenza, ci vado io a prendere vostra figlia per riportarvela a casa".

Il re gli accorda subito il permesso e allora il

soldato va a chiamare due compagni del suo reggimento, di nome Cuordiferro e Spaccalosso, spiegando loro per filo e per segno l'impresa che dovranno affrontare insieme.

Cammina e cammina, quando sta per calare la notte, si trovano nel folto di un bosco. Dopo qualche passo a tentoni, incontrano una vecchia e le chiedono: "Brava donna, ci potete mica dire dove abita il mago che ha rapito la figlia del re?"

"Poveri noi! Quello è meglio perderlo che trovarlo, perché si pappa tutti quelli che incontra. Ma se ci tenete proprio, andate ancora avanti nel bosco e, proprio nel punto più fitto, troverete la sua casa, ma ricordate che di lì non è mai tornato vivo nessuno", risponde la vecchia.

I tre riprendono a camminare, ma la notte è talmente buia che dopo un po' perdono la strada.

Allora Baffidirame monta su un albero per guardarsi intorno e dall'alto scorge una lucina lontana.





Per essere sicuro di non sbagliare, butta giù il cappello da quella parte. Quando scende, lo ritrova subito e s'incammina con i compagni in quella direzione.

Cammina e cammina, arrivano a un palazzo tutto illuminato.

Bussano al portone, ma non arriva nessuno.

Si accorgono che è aperto e allora entrano e incominciano a girare per tutte le stanze, finché arrivano in una che aveva al centro una tavola apparecchiata con ogni ben di Dio.

Baffidirame si mette subito a mangiare e a bere, mentre invece gli altri due hanno paura che possa arrivare qualcuno. Poi vedono che tutto è tranquillo e allora si mettono a tavola anche loro.

Dopo la cena, se ne vanno a letto in una delle tante camere del palazzo e passano una notte scandita da sogni di vittoria e di felicità.

Il mattino dopo controllano bene le dispense e la cantina e si accorgono che c'è da mangiare e da bere per una vita intera.

Manca però la carne, ma questo non è un problema: sono tutti e tre dei bravi cacciatori e, mentre uno di loro resterà a far la guardia al palazzo, gli altri due andranno a procurarsela.

La prima volta tocca a Baffidirame e Cuordiferro, che se ne escono di buon mattino.

Spaccalosso, che si guarda intorno per

controllare la situazione, vede ad un tratto sbucare non si sa da dove una povera vecchia, che gli chiede l'elemosina di un pezzo di pane.

Spaccalosso si gira per cercarlo e allora la vecchia tira fuori da sotto il grembiule una bacchetta di ferro e gli scarica addosso una gragnuola di colpi, per poi sparire in un baleno.

Quando tornano dalla caccia, i due compagni lo trovano a letto e non sanno spiegarsi il motivo: "Ma come! Quando siamo usciti, stavi così bene!"

Spaccalosso non ha il coraggio di dire che a picchiarlo è stata una vecchia e allora tira in ballo l'aria del posto, che gli ha fatto venire i dolori alla schiena, aggiungendo che l'indomani sarebbe stato sicuramente meglio.

"E allora andrai tu a caccia con Baffidirame", dice Cuordiferro.

E il giorno dopo, anche a Cuordiferro tocca la stessa sorte: arriva la stessa vecchia con il solito trattamento di botte sonanti.

"Adesso capisco che cosa è successo a Spaccalosso!"

E domani toccherà a Baffidirame far la guardia e vedremo come se la caverà., lui che si fa chiamare il senza paura!"

E intanto si mette a letto, dove lo trovano al loro rientro i due compagni.

Stessa scena e stessa spiegazione, anche se Spaccalosso e Cuordiferro si guardano con complicità, ridendo alle spalle di Baffidirame.

Ed è quello che continuano a fare l'indomani, quando sono ormai lontani dal palazzo: "A quest'ora il nostro amico si starà buscando la sua razione di botte e vedremo che scusa troverà stasera!"

Infatti, proprio in quel momento, verso le dieci del mattino, si presenta la vecchia e chiedere l'elemosina a Baffidirame.

"Non ho niente da darti", le fa il soldato.

Guardandola bene, capisce subito che è una strega e per questo non le stacca gli occhi di dosso.

La vecchia è seccata perché non può tirare fuori la sua bacchetta di ferro da sotto il grembiule e allora la tira in lungo.

"Fammi almeno prendere un po' di caldo accanto al fuoco".

"Devo ancora preparare la legna per accenderlo, se mi passi quel ciocco già pronto, facciamo prima", le risponde Baffidirame.

La strega si china per raccogliarlo e il soldato, che aveva l'accetta in mano, le trancia di netto le punte delle dita.

La vecchia se ne scappa urlando in giardino, con Baffidirame dietro, che poi la vede alzare come se niente fosse una macina da mulino che c'è in un'aiuola, per sparire là sotto.

Rientrando dalla caccia, i compagni trovano Baffidirame che sta bevendo un buon bicchiere e cantando arie allegre di caserma.

"Ma come! Sei proprio sicuro di stare bene?", gli chiedono meravigliandosi che a lui non sia toccata la solita riserva di botte.

"La vecchia è venuta, se è questo che volete sapere. Però le ho tagliato le dita e lei si è rifugiata sotto la macina che c'è in giardino. E domani andremo a cercarla insieme, anche se siete stati dei bei vigliacchi a non dirmi niente!", risponde Baffidirame.

L'indomani, dopo enormi sforzi, riescono finalmente a smuovere la macina, per trovarvi sotto un pozzo così profondo che non se ne vedeva la fine.

Tirano alla morra per vedere a chi tocca scendere per primo. Il prescelto dalla sorte è

Spaccalosso.

Gli legano intorno alla vita una corda e gli mettono in mano un campanello.

"Così, se c'è qualcosa che non va, tu suoni e noi ti tiriamo subito su", gli fanno gli altri due.

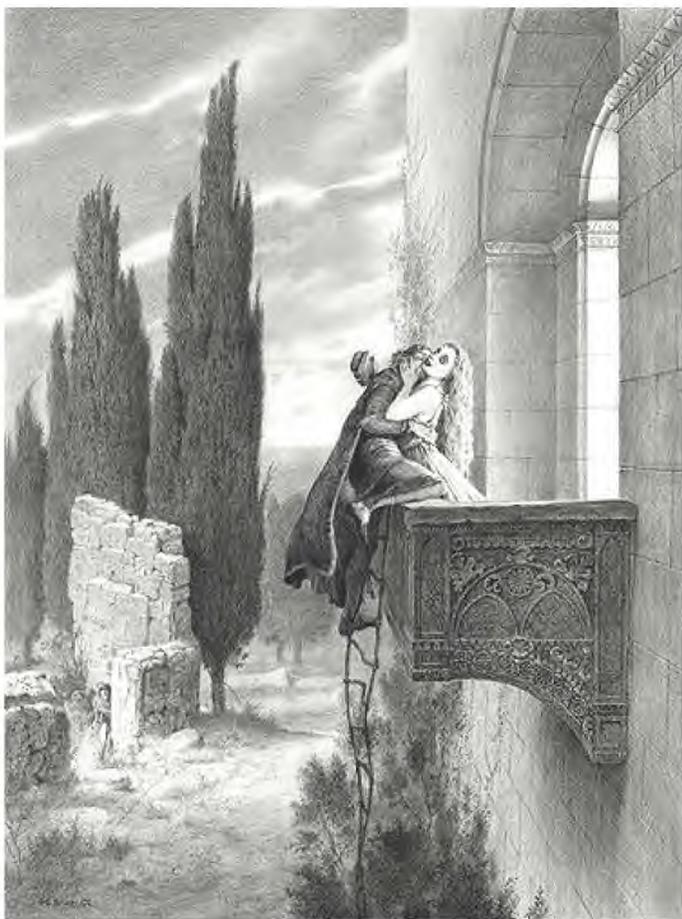
Lo calano giù ma, qualche secondo dopo, sentono suonare il campanello. Quando è fuori, Spaccalosso trema dalla paura e dice: "Non si può star là sotto: c'è buio pesto e il pozzo è senza fine".

Si fa avanti Cuordiferro, convinto che il compagno è un coniglio, ma anche lui suona il campanello quasi subito.

Tocca allora a Baffidirame che si fa calare e comincia a scendere: il pozzo sembra senza fondo, ma alla fine intravede baluginare una luce come all'uscita di una galleria.

Quando tocca terra, si trova in un giardino con al centro una casa. E' pieno giorno e vede subito alla finestra la figlia dei re che sta ricamando un fazzoletto.

Quest'ultima lo chiama, tutta contenta di



vedere finalmente una faccia da cristiano, poi lo bacia buttandogli le braccia al collo.

Baffidirame le dà notizie del re e le spiega che è venuto a salvarla, raccontandole per filo e per segno come ha fatto ad attivare fin lì.

Passato il primo entusiasmo, la principessa lo mette in guardia: "E' meglio che te ne vada: se ti trova qui, il mago ti mangia come ha fatto con tutti gli altri. Ti do questo fazzoletto che ho appena finito di ricamare da tenere in mio ricordo".

"Non me ne vado di sicuro proprio adesso che ti ho trovata! Mi batterò da buon soldato e vedremo tra me e il mago chi avrà la meglio", le risponde Baffidirame.

"Ma il mago è troppo bravo a battersi: non ne uscirai vivo!", ribatte la figlia del re.

"Non preoccuparti: dimmi soltanto con quale arma se la cava meno", le chiede il soldato.

"Con la sciabola", gli risponde la ragazza' "Benissimo, ma adesso nascondimi da qualche parte", conclude Baffidirame. La figlia del re lo nasconde in una grossa pentola.

Verso mezzogiorno se ne arriva il mago, che ha un fiuto sopraffino, e comincia ad annusare qua e là dicendo: "Ucci ucci, sento odor di cristianucci!"

E va a colpo sicuro in direzione della pentola, dove scopre Baffidirame: "E ché ci fai qui? Poco male: sarai il mio pranzo di domani".

La principessa si butta in ginocchio e gli chiede di risparmiarlo, spiegando che si tratta di un soldato mandato dal re suo padre a portare notizie della sua famiglia.

"Molto bene: se è un soldato, vorrà dire che prima di mangiarlo mi batterò con lui!", dice il mago.

Baffidirame accetta subito la sfida e allora il mago dice che tocca al soldato scegliere l'arma del combattimento, visto che è stato lui a lanciare la sfida.

"Vada per la sciabola", esclama Baffidirame.

"Va bene!", replica il mago che fa finta di niente.

All'inizio il soldato ha la peggio, tanto che resta ferito alla spalla. Ma poi il suo coraggio ha il sopravvento e alla fine riesce a mollare al mago un fendente micidiale, che lo trapassa da parte a parte.

"Scappiamo subito, prima che arrivino i suoi fratelli e lo trovino morto. Sarebbe la fine di tutti e due!" esclama la ragazza.

E così arrivano allo sbocco del pozzo, dove c'era ancora la corda penzolante così come l'aveva lasciata Baffidirame.

Quest'ultimo vi lega un bastone di traverso perché la figlia del re possa poggiarvi i piedi mentre la tirano su.

"Devi andare tu per primo! Se vedono arrivare me, i tuoi compagni ti lasceranno qui sul fondo!" gli dice la principessa.

"Non c'è problema, sono amici fidati!" le risponde Baffidirame.

La ragazza si lascia convincere: Baffidirame suona il campanello e i suoi amici la tirano subito su. Non appena la vedono, si mettono a bisticciare su chi la sposerà tra loro due.

"Non state a perdere tempo: io sposerò soltanto Baffidirame. Tiratelo subito su!" fa loro la figlia del re.

I due hanno invece in mente un piano preciso: dopo che avrà suonato il campanello, tireranno su per un po' Baffidirame e poi taglieranno la corda, facendolo sfracellare in fondo al pozzo.

Ma Baffidirame, che era già stato fregato una volta e che aveva ripensato a quanto gli aveva detto la figlia del re, aveva legato alla corda un pietrone pesante come lui.

E tutto si svolge come da programma: dopo un po' il soldato sente il pietrone che rimbalza contro le pareti per poi precipitare sul fondo e capisce la sorte che gli sarebbe toccata.

Comincia allora a cercare per ogni dove una via d'uscita, ma non la trova.

Rientra nella casa del mago e al fondo di una stanza trova una porta con la serratura di legno e con infilata una chiave anch'essa di legno. La apre e passa in un corridoio lungo lungo in fondo al quale c'è una stanzetta, dove la vecchia strega stava medicandosi le dita.

"Ah, se tu! E adesso devi aiutarmi a uscire di qui", le fa Baffidirame.

Dopo quello che è successo, la strega ha paura del soldato e perciò è ben disposta verso di lui.

Prima di tutto, gli medica la ferita alla spalla, poi se lo prende in groppa e, spiccando il



volò, lo riporta fuori in un secondo. Quindi lo saluta dicendogli: "Corri subito a palazzo, dove i tuoi due compagni si stanno spacciando per i salvatori della principessa".

"Se non arrivi in tempo, uno di loro finirà per sposare la figlia del re".

E Baffidirame si mette in cammino e, dopo ore e ore, se ne arriva al palazzo, stremato dalla fatica e tutto stracciato, proprio quando già si stanno facendo i preparativi per le nozze.

La figlia del re lo riconosce subito e dice a suo padre: "Ecco il mio salvatore, gli altri due sono solo degli imbroglioni. Chiedi a loro una prova di quello che dicono; per esempio che ti facciano vedere il mio fazzoletto ricamato".

Messi alle strette, Spaccalosso e Cuordiferro si guardano e si chiedono: "Il fazzoletto? Ma che fazzoletto?"

"Eccolo qua!", fa Baffidirame, tirando fuori il

fazzoletto che gli aveva dato in ricordo la figlia del re.

E la sposò subito dopo, diventando il principe ereditario del regno, mentre i suoi due compagni finirono in prigione.

Mauro





Un articolo letto sul quotidiano La Stampa mi ha incuriosito e mi ha fatto riflettere. Niente soldi in cassa per il verde pubblico? Ci pensano mucche e pecore, nel parco del Boschetto di Nichelino, spazi affittati agli allevatori.

Pare che il risparmio per il Comune, a conti fatti, sia considerevole, grazie all'intervento degli allevatori e dei margari con mucche e pecore che si sfameranno con la fienagione di pianura. La notizia mi ha fatto pensare per correlazione, invece, alla pastorizia e agli allevamenti di mucche, capre, pecore in quota, che, pare, siano in decrescendo per gli alti costi dei trasporti e per i problemi organizzativi sempre più pesanti.

Il mio pensiero è quindi volato alle terre alte piemontesi che da sempre vedono ogni anno, in giugno a San Giovanni, 24 giugno, e in settembre, a San Michele, 29 settembre, il movimento perenne di uomini e animali che sono pronti ad affrontare i divari di altitudine e di clima.

La transumanza è la forma di occupazione più antica del territorio alpino non solo piemontese. Tant'è che nei secoli i passi lenti delle greggi e delle mandrie si sono succeduti, stagione dopo stagione, camminando su strade, piste, sentieri, su itinerari percorsi nei due sensi, in giugno e in settembre.

Chissà che non sia quindi il momento per riconoscere e rivalutare questa attività.

Ad esempio, nelle valli cuneesi già dal XIV secolo i grandi proprietari di armenti della pianura del Rodano erano soliti portare i loro capi di bestiame organizzando la transumanza in grande stile verso la Montagna, avvalendosi dei pastori alpini delle valli. Nel Medioevo e in Epoca Moderna i pastori delle valli cuneesi incominciarono poi a scendere in pianura con i loro animali per approfittare dei pascoli disponibili e così la pastorizia transumante, a poco a poco, si trasformò in una agricoltura intensiva e in una forma di gestione capitalistica che è quella che ora noi vediamo quando attraversiamo la pianura della Granda per raggiungere le valli in cui svolgiamo le nostre escursioni sociali. Non a caso i pecorai e i margari alpini delle

valli cuneesi sono ancora oggi, seppure in diminuzione, una presenza tangibile nelle cascate piemontesi.

Oggi la transumanza di mucche e pecore, intesa secondo la concezione classica che conosciamo, è sempre più legata al folclore locale in tutto il Piemonte. Tant'è che, sia nelle valli cuneesi che nelle valli torinesi e dell'Ossola, è occasione di conoscenza e promozione delle tradizioni, della cultura e degli aspetti naturalistici di un territorio montano. L'attraversamento dei paesi da parte dei margari e dei pastori diventa un motivo di turismo enogastronomico per far conoscere i prodotti dei margari, i piatti e i vini della tradizione delle valli, i balli e le musiche franco-provenzali e occitane, un'occasione per svolgere laboratori didattici, esperienze nella natura in alta valle e momenti per organizzare mostre zootecniche della razza bovina piemontese.

Accanto a questi eventi, l'allevamento in quota dei bovini, caprini e ovini attraverso la transumanza incontra sempre più problemi, in particolare l'elevato livello di invecchiamento delle popolazioni che abitano le ristrette aree pastorali. Tale fenomeno sta portando ad un rapido e progressivo abbandono di ambienti alpini a favore di sporadiche iniziative per una zootecnia di tipo stanziale, come è rappresentato dall'allevamento delle pecore da latte.

Eccetto pochissimi casi di pastori giovani che emergono nelle cronache giornalistiche come esempi di "nuove occupazioni", questa rappresenta una delle cause più importanti della forte riduzione dell'attività pastorale e della contrazione di alcune razze, come ad esempio la pecora delle Langhe nell'alta collina cuneese.

Che dire poi della tradizione di allevamento nomade degli ovini? In valle Sesia e nelle valli Ossolane, percorrendo itinerari nel novarese, vercellese e verbanese, resi possibili dai continui e adeguati approvvigionamenti di erba e

acqua, le greggi attraversano la pianura novarese in primavera e in autunno e vi stazionano in inverno, in quanto questa pratica dell'allevamento nomade poteva avvenire grazie ad un'ampia varietà di ambienti agrari e seminaturali. Non a caso questa attività è legata a delle caratteristiche paesaggistiche ed ambientali come la brughiera o "baraggia". Diversi progetti regionali sono stati finalizzati a valorizzare le potenzialità naturalistiche e paesaggistiche di queste zone attraversate dai pastori, evidenziando il ruolo ambientale svolto da questo tipo di allevamento nomade e gli effetti di carattere economico e turistico.

Oggi alcune vie praticate dai pastori nomadi come le zone baraggive del vercellese sono minacciate dalla disponibilità di foraggi e dalle autorizzazioni di permessi di transito. Anche l'eccessiva urbanizzazione dei terreni, l'infrastrutturazione delle aree di pianura sono ostacolo al mantenimento della pastorizia nomade. Spesso poi i permessi di transito sono negati per i disagi che si possono verificare per la popolazione residente.

Studi agropastorali hanno infatti evidenziato che si stanno sempre più riducendo i "reticoli ecologici" per il passaggio delle greggi e dunque occorrerebbe apportare opportune misure di protezione per salvaguardare queste particolari nicchie economiche.

Oggi la transumanza a piedi dalla cascina di pianura all'alpeggio è spesso sostituita dall'utilizzo dell'autotrasporto fin dove arriva la strada carrozzabile e l'incremento costante

Transumanza per le strade di Garesio



dei costi di trasporto ha fatto sì che il fenomeno della transumanza, seppur ancora vivo nel panorama economico e sociale non solo del Piemonte, sia in lento e irreversibile declino.

La notizia che si possa in qualche modo parlare di margari e allevatori nel contesto di un parco pubblico come quello del Boschetto di Nichelino, seppure in un primo tempo mi ha visto perplessa, riflettendo sull'attività svolta dall'allevatore, dal pastore, mi porta a considerare che queste figure oltre a provvedere alla cura degli animali, svolgono un ruolo di manutenzione del territorio con lo sfalcio dei prati, la pulizia dei fossi e dei canali, determinando una regolarizzazione delle acque superficiali, mantenendo vitale l'ambiente nel suo complesso.

Come avviene in Montagna, in cui i pascoli subiscono un impatto ambientale e paesaggistico a seguito del contenimento delle erbe infestanti e foraggiere in modo da ostacolare lo scorrimento delle masse nevose in caso di crescita indiscriminata delle erbe, così anche in prossimità delle città si potrebbe perseguire un avvicinamento del pastore e della sua funzione alla città, quale distinto soggetto economico che sceglie un tipo di vita "tradizionale" in contrasto con la modernizzazione e la standardizzazione dei costumi e del lavoro.

Questa esperienza può rappresentare un esempio culturale per insistere sull'allevamento e sulla pastorizia e sulle sue ricadute, un modo per valorizzare il ruolo che gli allevatori rivestono nel tessuto economico-sociale locale, una occasione non solo per mantenere viva ai cittadini questa pratica ma anche per sviluppare e capitalizzare il valore di un territorio che è il Piemonte, ad alta vocazione agropastorale.

...Vedi un pastore che passa con il suo gregge e senti un desiderio di liberarti di tutto quello che di artificioso ti circonda e di partire e di andare per strade polverose con la solida e vecchia terra sotto i piedi e l'ampio e vecchio cielo sopra la testa e respirare aria che sa di aria vera e vedere nuvole e vaste distese di terra ed erbe e fiori...

Gianfranco Bini-Giorgina Vicquèry "Fame d'erba"

Laura

Riapre il Buco di Viso...

Il Buco di Viso, anche conosciuto come Buco delle Traversette e, in piemontese, il Pèrtus del Viso, riapre dopo una attenta ristrutturazione da parte della Regione Piemonte che ha finanziato l'opera. Hanno collaborato l'Ente di Gestione delle Aree Protette del Po Cuneese, il Parc Régional du Queyras, la Réserve Nationale Ristolas-Mont Viso, i Comuni di Crissolo e Ristolas, i gestori dei rifugi alpini prossimi ai versanti interessati, il Club Alpino Italiano e la società I.P.L.A.

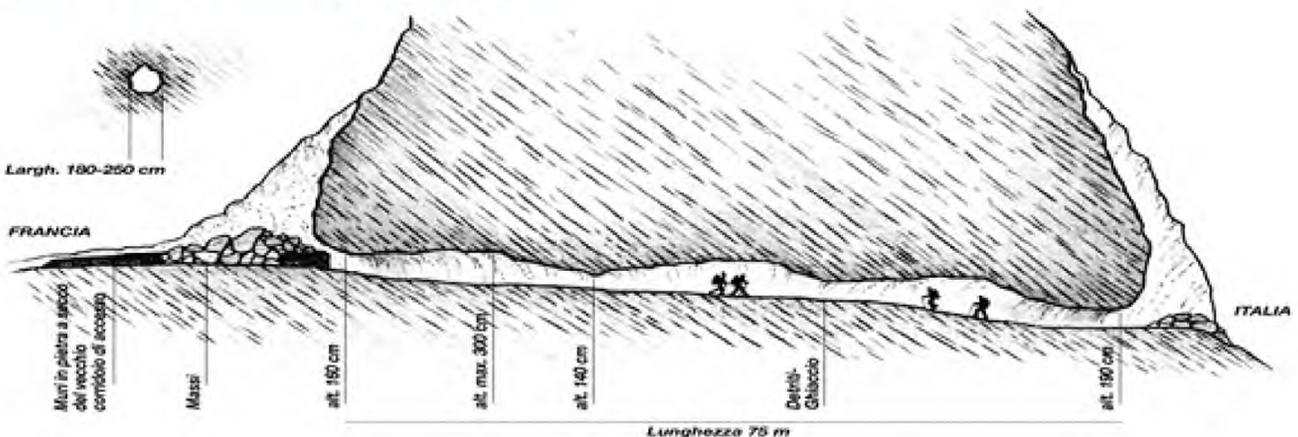
Primo traforo di collegamento tra l'Italia e la Francia, nei corso dei secoli grazie al formarsi di una vera coscienza storica per la sua conservazione, è stato oggetto nel 1907 di primi interventi ad opera del CAI. Successivamente sono stati svolti lavori di mantenimento e di valorizzazione dai comuni interessati e da associazioni sensibilizzate sulla sua presenza.

Sbocco sul mare operato nel 1475 da Ludovico II, marchese di Saluzzo, permise a quei tempi il commercio del sale attraverso la Provenza, fiorente scambio tra Piemonte e vicina Francia per la conservazione degli alimenti, aggirando le gabelle imposte dal ducato di Savoia, nel confine settentrionale, e dal Delfinato, nel suo confine meridionale.

Ricordo a fine degli anni '70, a seguito di una uscita sociale del CAI di Asti con meta questa destinazione, alla quale partecipai, che il Buco di Viso era in una situazione di emergenza per

la sua transitabilità. Gli interventi, che si sono succeduti nel corso degli anni, hanno visto in certi periodi la sua chiusura per motivi di sicurezza per gli escursionisti. Tuttavia queste opere sono state fondamentali per continuare a renderlo praticabile. Anche se però non risolutivi, tant'è che ricordo spesso la periodica ostruzione dell'ingresso sul versante francese nella Valle del Queyras, generata da condizioni ambientali e climatiche particolarmente avverse, causando un continuo restringimento dell'apertura. Proprio queste criticità hanno motivato un progetto regionale definitivo di respiro transfrontaliero per il suo transito nonché una sua valorizzazione più completa per gli aspetti escursionistici, tenuto conto che il Buco di Viso è collegato strettamente agli itinerari di interesse internazionale del Tour del Monviso e della Via Alpina. Il progetto ha pertanto messo in sicurezza entrambi gli ingressi e ha migliorato la segnaletica legata al Tour escursionistico del Monviso. Il lato italiano è stato particolarmente curato per garantire la sicurezza del passaggio tramite il posizionamento di reti dissipative a basso impatto ambientale al fine di contenere la caduta di materiale roccioso dalla parete sovrastante. Nel lato francese, l'intervento maggiore ha richiesto la realizzazione di una galleria artificiale in cemento armato che si prolunga complessivamente per 23,5 metri, raccordandosi all'uscita del tunnel naturale. L'opera è stata ricoperta con materiale proveniente dagli scavi al fine di ridurne al minimo l'impatto ambientale

Buco del Viso, considerato il primo traforo alpino





Phototype H. Ferrand

TUNNEL DE LA TRAVERSESETTE (versant français)
Inauguration de la réouverture (25 août 1907)

Non resta quindi che incentivarvi a ripercorrere il tunnel, lungo l'itinerario originario, calpestando il medesimo terreno di Ludovico II.

Laura

« [...] il passaggio nella galleria sarebbe di grandissimo vantaggio non solo a questo luogo oltre a tutto il Piemonte pel comodo commercio. » - delibera del Comune di Crissolo del 1781



F. M. del. 1781

Ludovico II,
Marchese di Saluzzo.

Doman l'è Festa

Dopo una dura e faticosa settimana di lavoro nei campi, il meritato giorno di riposo. E' un canto trentino che esprime la gioia e la trepidazione dell'innamorato che alla vigilia della festa pregusta l'incontro con la sua bella

*DOMAN L'E' FESTA NON SI LAVORA
GO LA MOROSA DA ANDAR TROVAR*

*VADO A TROVARLA PERCHE' L'EI BELA
LA GA 'NA STELA IN MEZO AL COR*

*LA GA 'NA STELA CHE LA RISPLENDE
CHE LA MI RENDE CONSOLAZION*

Armonizzatore: Luigi Pigarelli.

Noto anche con lo pseudonimo di Pierluigi Galli (Trento, 15 dicembre 1875 – 25 aprile 1964) Luigi Pigarelli è stato un compositore e magistrato italiano.

Magistrato dal 1902 al 1949, fu docente di



Canta che ti passa !

Armonizzata dal Coro Edelweiss

diritto e successivamente Procuratore della Repubblica ed infine Consigliere di Cassazione.

Parallelamente agli studi universitari in giurisprudenza all'università di Graz, in Austria, Pigarelli si dedicò con viva passione allo studio della musica, in particolar modo del pianoforte e, successivamente diresse la sua attenzione alla musica corale e al canto popolare armonizzando 94 canti popolari per il coro della SAT di Trento.

Tra i brani più famosi si ricordano La Paganella del 1925, Serenada a Castel Toblin del 1926, e l'armonizzazione della famosissima canzone La Montanara.

Nel 1900 divenne Segretario della Società Filarmonica di Trento quindi presidente dal 1946 al 1958. Il 24 giugno del 1944 fu testimone, per la magistratura, dell'eccidio nazista che toccò da vicino la cittadinanza di Riva del Garda.



Fù lui infatti, all'indomani della strage, a recarsi nella città trentina per raccogliere la documentazione sull'accaduto, che fu però successivamente occultata dai suoi superiori.

A lui è intitolata la via dirimpetto all'entrata principale del Tribunale Civile e Penale di Trento.

Valter



*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.*



Il mestolo d'oro

Ricette della tradizione popolare

Vi propongo questa ricetta autunnale della mia terra astigiana. Fa parte della tradizione popolare della campagna astigiana la Mostarda d'uva fragola o Cougnà. Ha origini antiche, pare risalire ai saraceni che abitarono le nostre colline del Monferrato e delle Langhe, tanto da venire definita nel 1556, "vin cheuit dij vej". E' ottima compagna del bollito misto!

Ricordo che mia nonna materna, che disponeva di una grande cucina a legna, con un vecchio putagè, a noi nipoti ci preparava, durante i caldi pomeriggi d'estate, un piacevole dissetante diluendo questo miele in un bel bicchiere di acqua fresca.

Mostarda d'uva fragola o Cougnà

INGREDIENTI

- 3 litri di mosto di uva
- 1 piccolo bicchiere di vino
- 1 bicchiere di zucchero
- 3 grammi di cannella
- 1-2 grammi di chiodi di garofano e noce moscata
- 1 pizzico di sale

PREPARAZIONE

Occorrono tre litri di mosto di varie qualità di uva astigiana, che, se di uva fragola, darà un tocco aggiunto a questo miele prelibato. Si cuoce e si schiuma finchè non si riduce a metà del suo volume. Lo si filtra dopo averlo fatto bollire pazientemente a fuoco basso con lo zucchero, 1 bicchiere di vino, 3 grammi di cannella e 1-2 grammi di chiodi di garofano e di noce moscata, a seconda se si vuole ottenere un maggior risalto del gusto del garofano e della noce moscata. Infine un pizzico di sale. Non si deve aggiungere altro tipo di frutta.

Otterremo una semplice e deliziosa salsa che veniva tradizionalmente cucinata nelle nostre cuscine per accompagnare il bollito misto, ma anche le tome o altri formaggi, la polenta arrostita, vera leccornia delle sere invernali.

Esiste poi una variante di Mostarda d'uva,

propriamente detta Marmellata d'uva, che viene preparata ancora oggi aggiungendo al mosto d'uva, barbera o dolcetto, zucchero a piacere, nocciole, noci, mele cotogne, pere Martin sec, fichi secchi, cannella, chiodi di garofano, scorretta di limone.

Per la merenda, è una vera prelibatezza da spalmare sul pane!

Mostarda d'uva o Marmellata d'uva

INGREDIENTI

- 10 litri mosto d'uva, barbera o dolcetto
- 1/2 kg. fichi maturi ma sodi
- 1 kg. mele cotogne
- 1 kg. pere Martin sec (martine)
- alcune noci e qualche nocciola
- scorretta di limone
- 1-2 grammi di chiodi di garofano e noce moscata

PREPARAZIONE

Lavare e pelare le mele cotogne e le pere Martin sec, poi tagliarle a pezzi. Mettere a scaldare il mosto insieme alla frutta preparata, unire i fichi spezzettati ma non pelati, i gherigli di noce scottati e pelati e le nocciole tostate in forno e poi strofinate sopra un setaccio di ferro al fine di staccarne tutta la pellicina bruciacchiata. Cuocere molte ore, a fuoco lento, sino a ridurre il composto ad una mostarda densissima, i pezzetti di frutta dovranno risultare quasi disfatti. Versare la marmellata ancora bollente in piccoli vasi e conservarla in dispensa.



COGNA' MOSTARDA DOLCE D'UVA



PER FORMAGGI CREMOSI O DI MEDIA
STAGIONATURA, ROBIOLE, BOLLITI E POLENTA

CIBUS MEMORIAE

SELEZIONI DI ARTIGIANATO ALIMENTARE

La scuioletta – museo Beckwith degli Odin nel vallone di Angrogna



C'era una volta
Ricordi del nostro passato

Il 17 febbraio i valdesi fanno festa in ricordo delle Lettere Patenti con cui Carlo Alberto, nel lontano 1848, poneva fine a secoli di discriminazioni riconoscendo loro i diritti civili e politici.

Se si vuole fare un percorso storico legato alle vicende dei valdesi, che si snoda dalla borgata Carlevà appena sopra S.Lorenzo di Angrogna e che tocca prima l'antro della Ghieisa d'la Tana e poi il prato con la stele di Cianforan, eretta a ricordo dello storico sinodo che si svolse nel 1532 e che sancì la loro adesione alla riforma protestante e che termina presso il tempio di Serre, troviamo, subito dopo la Ghieisa d'la Tana, la piccola borgata degli Odin dove c'è una scuioletta Beckwith che dalla metà degli anni settanta è diventata museo.

Nella vicina borgata Serre, invece, dietro il Tempio, una scuioletta Beckwith accoglie il museo della donna valdese.

Nelle valli valdesi la scuola ha sempre avuto una grande importanza poiché la gente aveva capito che l'istruzione è fondamentale per la sopravvivenza.

In tutti i villaggi vi era un locale in cui i bambini si recavano, nei mesi invernali, per imparare a leggere e a scrivere.

Come si è potuto fare una cosa simile, quando in quel periodo, in tutta l'Italia, la scolarizzazione era sconosciuta e l'analfabetismo diffuso?

E' presto detto. Agli inizi dell'ottocento il generale John Charles Beckwith, nato in Canada, ma che aveva fatto la carriera militare in Inghilterra e che aveva perso la gamba sinistra nella battaglia di Waterloo, si trasferì a Torre Pellice per aiutare le popolazioni protestanti della zona, con la costruzione di strutture sociali quali ospedali e



asili per bambini e anziani e soprattutto per potenziare il sistema scolastico.

Fece costruire moltissime scuole, chiamate in seguito "scuolette Beckwith", e costituì una commissione che doveva preoccuparsi di scegliere i maestri e di vigilare sul programma da svolgere.

Queste scuole, oltre ad avere una funzione didattica per i bambini, ne avevano anche una sociale, perché alla sera si trasformavano in centri d'incontro dove gli adulti della borgata potevano ritrovarsi per le varie attività religiose, politiche o sociali.

Nella scuola della frazione Odin quasi nulla è cambiato da quando era stata istituita: la cattedra, i banchi, la stufa (ogni bambino portava ogni giorno un pezzo di legno per contribuire al riscaldamento del locale), la lavagna, il pallottoliere, una tipica cartella in

legno, dei lumi a olio.

Nelle bacheche, poste a lato, vi sono conservati quaderni, registri, pagelle, la Bibbia in francese.

Vi è inoltre la bandiera italiana, che viene portata in corteo il 17 febbraio in occasione della festa valdese, l'immane carta geografica dell'Italia, un ritratto del re Umberto I, diversi documenti relativi al generale Beckwith e un quadro, particolarmente significativo, che sostituirebbe il crocefisso delle scuole cattoliche, che raffigura Gesù mentre benedice i bambini.

C'è pure una bacheca nella quale risulta che soltanto nel comune di Angrogna nel 1858 c'erano 15 scuole, frequentate da circa 300 scolari e, alla fine del secolo, nelle tre valli valdesi (Pellice, Germanasca e Chisone), se ne contavano 200.

Per visitare la scuoletta – museo Beckwith degli Odin informarsi presso la borgata.

Beppe



Fondazione Centro Culturale Valdese



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

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

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

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

Un anello nel Vallone degli Invincibili (Eventuale salita alla vetta del monte Costigliole)

- Località di Partenza: Piazzole oltre la borgata Bessè mt. 1030.
- Tempo di salita: 4 ore e 30 minuti c.ca da Bessè all'alpe Caugis
- Tempo di discesa: 2 ore c.ca dall'alpe Caugis a Bessè
- Dislivello: mt. 1200 c.ca sino al colle Chiot di Cavallo
- Difficoltà: EE
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 7 Val Pellice Fraternali Editore

L'aspro vallone degli Invincibili, per l'ambiente suggestivo e selvaggio ancora integro che offre, ma soprattutto per l'importanza storica che riveste, è da considerarsi uno dei siti più interessanti della val Pellice.



Marco Polo *Esplorando... per Monti e Valli*

La dicitura sulla bacheca all'inizio dell'itinerario dice: “In questo vallone, tra “barne” e anfratti quasi inaccessibili, trovarono rifugio e riparo molti valdesi che si videro costretti a lasciare le loro case di fondovalle a seguito della revoca dell'editto di Nantes del 1685.

Questi, favoriti dalla profonda conoscenza di quei luoghi e sorretti dalle proprie convinzioni, diedero parecchio filo da torcere agli eserciti del duca di Savoia che non riuscirono ad avere ragione di questi ribelli”.

L'anello s'inoltra in questo vallone raggiungendo gli alpeggi di Barma d'Aut e di Subiasco. Poi, con un lungo traverso in quota, ci si porta verso il colle Chiot di Cavallo per salire, volendolo, sul monte Costigliole. Di seguito si ridiscende all'insellatura e poi all'alpe Caugis e da questa sino a valle percorrendo il lungo, interminabile sterrato di servizio all'alpeggio che si può abbreviare con qualche scorciatoia.

Giunti in val Pellice, una volta lasciato l'abitato di Villar, occorre proseguire verso Bobbio Pellice che non si raggiunge perché, prima del ponte sul torrente Subiasco, si svolta a destra seguendo le indicazioni per Meynet, Bessè e il

In vista dell'alpe di Subiasco



vallone degli Invincibili.

La strada, ora tutta asfaltata, attraversa da prima le case di Subiasco per poi subito alzarsi con varie svolte e portarsi verso Bessè. Giunti al tornante che precede questa borgata, si procede dritti senza voltare e andare verso le case. La strada, con un successiva svolta, raggiunge un poggio (cartellonistica) a cui segue un breve tratto che si porta ad attraversare un modesto rio subito raggiungendo due piazzole poste ai lati della strada dove è possibile parcheggiare.

Lasciata l'auto si individua sulla sinistra il sentiero per l'alpe Barma d'Aut nei pressi di una bacheca illustrativa dell'anello Barma d'Aut – Alpe Caugis.

La mulattiera che ora si percorrerà è sempre molto evidente e segnata con le solite tacche bianco-rosse sino all'alpeggio abbandonato di Barma d'Aut; è ancora oggi ben conservata, salvo brevi tratti dov'è rovinata, soprattutto negli attraversamenti dei ruscelli, il primo dei quali è attrezzato.

Nell'avanzare si raggiungono e si superano di continuo barriere e promontori rocciosi compiendo lunghi traversi e percorrendo incassate combe.

Ora, con un corto traverso in piano, subito si raggiunge una casa isolata. Di qui ci si inoltra all'interno del vallone per raggiungere un primo ruscello dove l'attraversamento è stato facilitato con un rustico ponticello sulle rocce insidiose. L'ardita mulattiera, a tratti sorretta da notevoli e geniali muretti a secco, sale in

moderata ascesa tagliando il fianco del pendio, percorrendo un tratto con alte felci a lato della pista.

Segue l'attraversamento di un successivo rio colmo di vegetazione abbattuta dove si risale sull'opposta rovinata sponda per riprendere la traccia che subito s'alza ripida e che, con ripetute svolte sotto la guglia della Rubinella, guadagna alla fine un primo promontorio roccioso.

Appaiono i primi larici. Si continua poi in moderata ascesa addentrandosi sempre più all'interno del vallone per portarsi ad attraversare un terzo incassato ruscello. Con una lunga diagonale si guadagna un successivo promontorio con su scritta l'altitudine (mt 1350) ed il numero del sentiero (128).

Dalla parte opposta si intravede la mulattiera che sale l'erto versante sorretta da arditi muretti a secco. Così continuando si guadagna un successivo promontorio roccioso, passando sotto una ripida parete e attraversando un suggestivo passaggio tra due rocce con scritta l'altitudine (mt 1440).

Poi con un scendi-sali si oltrepassa una zona franata a cui segue nuovamente un lungo traverso ascendente che supera una comba asciutta (sorgente) che porta ad un ultimo promontorio roccioso. Un breve tratto in piano nella faggeta e l'attraversamento di una pietraia precedono di poco l'alpeggio di Barma d'Aut mt. 1508.

2 ore c.ca dal parcheggio.

Si prosegue seguendo l'evidente traccia nell'erba a monte delle case verso il successivo superiore alpeggio di Subiasco. Il sentiero all'inizio sale moderatamente e, tagliando il pendio, guadagna due piccole combe con ruscello; poi più ripido si alza con alcune svolte, intervallate da lunghe diagonali che permettono di superare una barriera rocciosa incuneandosi sempre più all'interno del vallone dominato dalla Punta Cornour, inaccessibile da questa parte.

Ancora un lungo traverso, poi si scende di poco ad attraversare un ruscello per risalire e uscire sul poggio dov'è posta la diroccata Alpe di Subiasco mt. 1880.

1 ora c.ca dalla Barma d'Aut.

Si passa tra le rocce





L'evidente pilastrino che occorre raggiungere

Il successivo tratto che conduce all'Alpe Caugis è da affrontare con molta attenzione perché sommariamente segnato e, per certi versi, poco evidente perdendosi inizialmente nei cespugli di rododendro e poi tra le erbe dei pascoli alti.

Le tacche rosse che lo segnano andrebbero ridipinte e la traccia pulita. Comunque, lasciando l'alpeggio, occorre prendere come riferimento due pilastrini di pietre, uno dei quali assai notevole, che già da qui si intravedono, posti al di sopra dell'ardita e notevole Roccia Pejroun sorpassata da sotto salendo all'alpe di Subiasco.

Giunti ai citati pilastrini si sale, con alcune svolte nell'erba, il pendio verso monte per poi intraprendere un lungo traverso verso destra, sempre nell'erba, superando due vallette. Subito dopo la traccia diventa più evidente quando si aggira un rilievo roccioso.

Di qui in avanti riappaiono le tacche bianco rosse che segnano un breve tratto discendente che poi s'immette nella notevole traccia che sale da valle per guadagnare il sovrastante colle Chiot del Cavallo mt. 2234. Da questo, volendolo, si sale e si ridiscende senza difficoltà in c.ca 45 minuti superando un ulteriore dislivello di mt. 150 c.ca, alla sovrastante cima del monte Costigliole mt. 2385 che si raggiunge per tracce che percorrono un ripido pendio.

Altrimenti dal colle Chiot del Cavallo ci si porta

verso la già visibile sottostante Alpe Caugis mt. 2007 che in breve si raggiunge.

1 ora e 30 minuti c.ca dall'alpe di Subiasco.

Presso questo alpeggio si trova un ricovero sempre aperto e ben attrezzato predisposto dal comune di Villar Pellice. Di qui si può ammirare quanto sia impervio, dirupato e selvaggio questo vallone dove più in basso s'erge notevole la mole della Gran Guglia e altre guglie minori.

Non resta che scendere verso valle percorrendo il notevole, lungo ed interminabile sterrato di servizio all'alpeggio che con lunghi traversi discendenti raggiunge da prima i prati dell'alpe Pra la Comba mt. 1695 e subito dopo il bivio segnalato per Pertusel.

La traccia s'abbassa con numerose svolte nella faggeta per incrociare altre case isolate prima di raggiungere i prati sopra Bessè ed alla fine lo slargo dove si ha lasciato l'auto chiudendo così il lungo anello.

2 ore c.ca dall'alpe Caugis.

Beppe



Sullo sfondo la Gran Guglia



La parete e il fiore

Dal Colle della Maddalena alle colline del Monferrato e delle Langhe, lo sguardo vola per fermarsi là, sulla Torre di Lavina, in bella vista sul profilo della catena alpina, tra il trapezio a due cravatte delle Levanne e la lunga, dolce china, che porta all'ardimentosa Rosa dei Banchi.

Da quando ho abbandonato la mia Torino, per rifugiarmi su questo "ermo colle" langarolo di Mango, ogni tanto, quando le gambe ancora me lo permettono, m'incammino lungo la Strada dei Martin, quella che scende in Valle Belbo, e marcio fino a raggiungere il curvone da me battezzato "La Prua", perché la collina, in quel punto, si protende verso la Valle Tanaro simile alla prua di una nave, tesa a fendere il mare di colline del Roero, mentre lo sguardo si perde nella pianura di Poirino, per risalire le colline di Torino e, infine, smarrirsi sulle Alpi...

Lì, sulla Prua, c'è un muretto. Mi ci siedo e "Le" guardo.

Sono tutte là, le mie Montagne, dall'Argentera al Monte Rosa...

Ci sono le vette ambite, tanto desiderate e mai raggiunte : a sinistra il Monviso, a destra il

Torre di Lavina (Vallone di Forzo, Valle Soana - TO - Parco Nazionale del Gran Paradiso)



Pensiero libero
Quello che mi vada di raccontare

Cervino...e quelle che mi hanno respinto: l'Argentera, la Bessanese.

Poi il fiume di ricordi mi sommerge ; a volte mi capita di trascorrere ore seduto su quel muretto, a guardare, proprio davanti a me, il triangolo della Torre di Lavina!

Ai giorni nostri è una montagna snobbata.

E chi si umilierebbe ancora, ad arrampicare su un terzo grado, come massima difficoltà ? E poi bisogna accettare, oltre a una settantina di chilometri in auto, su strada neanche troppo facile, di sgropponare alcune ore su mulattiere e tracce di sentiero, per arrivare alla base di quella magnetica parete, che sovrasta il Vallone di Forzo.

Quando io e Mario decidemmo di salire quella montagna, a Forzo ci arrivammo in bicicletta, e la lasciammo alle cure della padrona dell'unica trattoria del paese. Il nome non lo ricordo, ma il suo faccione cordiale, le sue mani di contadina di montagna, arrossate e callose, li ricordo molto bene; soprattutto

ricordo il suo minestrone!

Il mattino dopo partimmo spavaldi, col pesantissimo sacco sulla schiena, la camicia sbottonata sul petto e la piccozza in mano... Sì, io avevo anche la piccozza, quella di mio padre, che era stata con lui sul Cervino, e la impugnavo con fierezza cavalleresca, anche se non mi sarebbe servita a nulla e, più che altro, avrebbe potuto essermi d'impaccio. Ma era il "simbolo" dell'alpinista e dovevo impugnarla sempre, anche quando andavo a camminare sul Musiné!

Avevo diciassette anni. Sei anni prima mio padre, dopo esser salito su tante montagne, era salito sulle Sue montagne, come dice una bella canzone dei nostri tempi, senza aver avuto il tempo di portarmi su quelle rocce, su quei nevai da lui tanto amati. Anche perché ero sempre alle prese con qualche malattia..."T'ses an rostu!", diceva mia madre nel suo linguaggio langarolo, ogni volta che le tonsille mi si gonfiavano.

A mio padre, tuttavia, era riuscito, non so proprio come, a trasmettermi quella tensione, tutta spirituale, che mi faceva sognare imprese ardite, stelle e casolari, tutte le volte che il mio sguardo si posava lassù, sulle Montagne.

Purtroppo la morte mi strappò il papà quando in casa c'erano pochi soldi e tre bocche da sfamare, oltre a mia madre, cosicché dovetti interrompere gli studi e andare a lavorare in un'officina di Borgo Dora, dove un rude caposquadra tentava di insegnarmi il mestiere d'apprendista aggiustatore meccanico: "I giustör" Mario, più anziano di quasi due anni, era un provetto fresatore e, sulle prime, mi guardava dall'alto in basso. Poi, un po' perché entrambi orfani, ma soprattutto perché appassionati di montagna, tra noi era nata una solida amicizia.

Così, mentre quelle verdi vallate, quelle vette arcigne e quei candidi nevai stavano per diventare teatro di orribile, empia guerra fratricida, noi ci trovammo un bel giorno di luglio, il cielo appena rosato, carichi come muli (ero riuscito a farmi prestare una bella corda di canapa che, da sola, pesava almeno una decina di chili!) a scarpinare, in marcia verso le Grange Lavina.

Volevamo salire sulla Torre passando per il Colle della Cadrega e poi, su su per la cresta, fino in cima, per lanciare un saluto al cielo,

nella certezza che i gracchi lo avrebbero portato ai nostri papà.

Un pastore, dall'aria un po' sorniona, mezzo toscano incastrato nell'angolo sinistro della bocca e due cagnoni guardinghi ai piedi, ci insegnò ad aggirare un costolone roccioso che si perdeva nella parete, sopra alle nostre teste, e noi, prima per verdi prati cosparsi di genziane e di arnica, poi per spossanti ciaplé, avevamo raggiunto quel passaggio tra il Vallone di Forzo e quello di Campiglia, sulla cresta sud-est della nostra preda.

Chissà chi glielo aveva dato quel nome, e chissà perché...

Il crestone su cui avevamo posto i piedi era abbastanza pianeggiante, ma quel "colle" non aveva proprio nulla della "cadrega", anzi, non invitava proprio a sedere, irto com'era di pietrisco a spigoli vivi, in bilico tra lo scoscendimento sul vallone di Forzo, da noi appena risalito con grande fatica, e la brutale discesa in quello di Campiglia.

Ci spostammo di una decina di metri e trovammo un posto adatto a tirare il fiato: un bel lastrone compatto tendente al verde, su cui sedere e fare il punto della situazione.

Sopra di noi il cielo blu cobalto tendeva a sbiancare..."Dobbiamo farcela prima di sera, perché con questo cielo mi sa che marca male!", sentenziò Mario.

La scelta della via di salita era stata imposta da me, perché le pareti non mi piacevano.

Mi davano un senso d'angoscia...forse un po' di claustrofobia?

Per me era importante arrivare in cresta nel più breve tempo possibile, e poi arrampicare avvolti dalla luce verso la vetta, vedendola avvicinarsi a poco a poco, salendo quasi come la mano che risale il collo di un cavallo, accarezzandone la criniera.

Mario era diventato impaziente: "Allora, quando ci leghiamo? Siamo ormai in cresta e lassù ci aspetta quel bel saltone...come faremo a superarlo? Fossimo in parete, a quest'ora saremmo quasi in cima! Ma questa cresta è lunga chilometri ed è per niente facile!"

Quando si racconta forse non è bene perdersi nel ricordo dei conversari, ma nel rimbrotto di Mario stavano concentrati tutti i nostri problemi...

Soprattutto quel salto, quella paretina che si interponeva tra noi e la vetta.

E la raggiungevamo rapidamente, col cuore in gola e col presentimento di dover far marcia indietro.

Allora io non mi accontentavo di essere in montagna, allora io volevo la vetta, volevo sollevare sguardo e braccia verso il cielo e non vedere più niente attorno a me, soltanto l'Infinito...

Mario, più smilzo e più allenato di me, era partito come una cavalletta, ma ora stava appiccicato alla roccia, pochi metri sopra di me e pareva un Crocifisso. La punta degli scarponi chiodati artigliata a una spaccatura, la mano sinistra su un minuscolo appiglio, mentre la destra annaspava alla ricerca di qualcosa, sopra la testa. "Stacca la pancia dalla roccia!...Attento! Se vieni giù io non ti tengo!..."

In effetti, poiché non avevamo chiodi né moschettoni (articoli troppo cari per le nostre tasche), mi stavo rendendo conto che la corda non sarebbe servita proprio a nulla, se Mario avesse perso la presa. Proprio a nulla no, ma a volare entrambi giù, nel vallone di Campiglia, sì. Così Mario, molto cautamente, era ridisceso e stava cupo accanto a me.

La valle di Campiglia, laggiù, era un tappeto verde smeraldo cosparso di diamanti, che ora lanciavano sprazzi di luce ora si spegnevano. Scherzi dell'aria umida e della luce del sole di luglio che, a mezzogiorno, piove quasi verticale sulla terra, creando sensazioni cromatiche uniche.

Anche quel salto roccioso, che noi consideravamo ormai insuperabile ostacolo, frapposto diabolicamente tra noi e la vetta, aveva assunto colori da thriller.

I tratti in risalto o strapiombanti erano neri come l'antracite e il resto sfumava dal grigioverde al cupo color del sangue raggrumato.

Mario ansava, a me tremavano le gambe e desideravo soltanto togliermi di lì.

Qualcuno, lassù, dovette aver pietà di noi, così ci accorgemmo della cengetta, sulla destra, che risalendo la parete sfumava in una zona abbastanza rotta, da lasciar sperare in appigli numerosi e facili.

Mario partì a razzo e dovette pensare a filargli la corda. "Si passa!...Si passa!", gridava, anzi urlacchiava come una taccola in amore.

Saliva a grandi bracciate e scomparve presto alla mia vista.

Ciò che mi obbligò a seguirlo, anche perché la corda era finita.

Superato lo spuntone, dove la cengia si smarriva, lo vidi lassù, sopra di me, stagiato in nero contro il cielo ormai quasi bianco per lo sfolgorio del sole, a picco sopra di noi.

Agitava le braccia in segno di vittoria, poi cominciò a tirare la corda e fui issato, quasi come un pacco, sulla piattaforma dove lui si trovava.

Mi riconciliai con la corda! E fu incontenibile esplosione di gioia! Non eravamo ancora sulla vetta, ma quel testone roccioso, scandito sull'azzurro pallido del cielo, era ormai lì, a portata di mano e noi ci lanciammo alla sua volta, come sorretti da una sinfonia beethoveniana...L'Eroica?, chissà!

Lassù ci abbracciammo commossi, e ci sentimmo veramente FRATELLI.

Al nostro abbraccio fecero da testimoni tutte le montagne che portavamo, vive, nel cuore... dal Monviso al Gran Paradiso, là a due passi, e fino al Monterosa, fino alla VETTA, quella che rimase un sogno incompiuto : il Cervino!

Purtroppo il tempo volgeva rapidamente al brutto, così decidemmo di accontentarci della prima Lavina, lasciando perdere la seconda, del resto di pochi metri più alta...o più bassa ?, più non ricordo, e ci preparammo a discendere per la stessa via da cui eravamo saliti.

Ci fu invero una breve discussione, perché Mario voleva "farsi" la parete, almeno in discesa, ma la mia smorfia e soprattutto un bel colpo di tuono lo decisero ad accettare la cresta.

Ancora una volta la corda mi dimostrò la sua utilità mentre, trattenuto dal buon Mario, scivolavo velocemente lungo la paretina che tanto ci aveva fatto tribolare in salita.

Poi Mario diede una vigorosa dimostrazione della "discesa a sbalzi", in cui lui si sentiva particolarmente forte: abbrancava con forza uno spuntone o un appiglio (il meglio era una fessura), e poi balzava giù facendo stridere i chiodi degli scarponi sulla roccia, finché si arrestavano su un appoggio qualsiasi...un paio di volte i chiodi non trovarono lo "appoggio" e lui dovette spostarsi con grande fatica e mia grande trepidazione.

Tuttavia avevamo imparato la via in salita, quindi la discesa non fu troppo impegnativa e arrivammo alla base del salto mentre le prime

nubi, prorompenti dalla Valle d'Aosta attraverso il Colle dei Morti, venivano a infrangersi contro la nostra cresta e a incappucciare le cime attorno.

Il temporale raggiunse il Colle della Cadrega prima di noi e sulle nostre teste arruffate e sulle spalle sudate l'acqua cadde a catinelle, mentre la nebbia pareva scenderci in gola come cotonina, e i bagliori e gli scoppi dei fulmini ci atterrivano.

Arrivammo comunque sani e salvi alla Cadrega e ci buttammo giù per il macereto verso le Grange Lavina, mentre la pioggia mutava in grandine.

Poco sopra il costolone roccioso, aggirato la mattina, un fulmine cadde a poca distanza e Mario, ormai evidentemente saturo, parti come uno stambecco, gridando che mi avrebbe aspettato a Forzo. A nulla valsero le mie perorazioni, sulla eventuale inesorabilità del fulmine, qualora avesse deciso di colpirlo, sulla pericolosità del correre su un terreno così rotto e difficile e sotto la pioggia... in breve scomparve alla vista e lo ritrovai, appollaiato su un muretto di pietre, soltanto prima di Forzo.

Rassegnato, per la stanchezza causata dagli sforzi e dalle emozioni di quella giornata intensa, continuai a discendere lentamente, anche perché i vecchi scarponi, induriti dalla pioggia e le calze, piuttosto sottili, avevano martoriato i piedi, cosicché pur con la migliore delle buone volontà, non mi sarebbe stato possibile di aumentare la battuta.

Intanto, velocemente com'era arrivato, il temporale se n'era andato e il sole era tornato a risplendere sopra al Monveso di Forzo, riaccendendomi nelle vene il piacere di vivere. Avevo raggiunto le grange di Lavina Grossa e stavo divallando, cantando, verso le Alpi Costa.

A mezza strada dovetti attraversare il rio, assai ingrossato dal temporale, che scende dal Colle di Bardoney, ma scarponi e piedi erano così inzuppati, che il nuovo bagno nelle acque di quel ruscello non mi preoccupò più di tanto. Anzi, invitato dallo sfolgorio del sole e dall'aria fattasi secca e vibrante, mi lasciai cadere su un bel masso, al di là di quell'acqua.

Alzai gli occhi : ero esattamente sotto la parte centrale della Parete, che non avevo avuto il coraggio di affrontare.

Le nubi temporalesche erano arroccate sul fondo valle, sopra Pont Canavese e formavano un fondale viola livido alla base, bianco panna sulla cima.

Sopra di me era l'azzurro intenso del cielo.

Il sole, ormai quasi sul filo di cresta del Gran San Pietro, illuminava avvangando la mia Parete.

Proprio quella Parete che adesso, da queste colline e carico di tanti anni, vedo laggiù all'orizzonte...

Allora mi apparve come mano enorme, rivolta al cielo in atto di preghiera, le dita formate dalle cordonature rocciose che tutta la percorrono.

Il grande diedro, origine del salto tanto ostile nei nostri confronti e ormai in ombra, dava maggior risalto alla Parete.

Perché mi era mancato il coraggio di salire quei lastroni compatti e lucidi, ora che erano stati bagnati dal cielo?... Eppure, lassù, era salito mio padre.

Mi ritornò alla mente l'impressionante fotografia scattata dal suo compagno di cordata. Egli stava ritto, colto di spalle dall'obiettivo, alla base di un enorme lastrone quasi verticale, macchiettato dai licheni, e teneva tesa la corda che lo univa al primo della cordata, ormai quasi in cima, appeso a un invisibile appiglio. Quella fotografia, ornamento del nostro ingresso di casa, m'aveva sempre impaurito!

Adesso, seduto su quel masso, con la schiena ancora umida di pioggia, ma riscaldata dall'ultimo sole di luglio, ammiravo quella "faccia" della montagna.

Montagna che era stata di mio padre e che oggi era stata mia.

E su quella "faccia" leggevo la storia mai finita, mai conosciuta, mai raccontata di tutti gli uomini nati, vissuti e morti ai suoi piedi...

Anche di quel pastore che, in mattinata, ci aveva indicato la strada per arrivare su, verso la vetta.

Mi colpì l'intuizione del "VOLTO" della Montagna. Le montagne hanno un volto : le loro pareti. Similmente a quello degli uomini, a chi vi sa leggere esse raccontano le storie della terra e degli uomini vissuti ai loro piedi, in lotta contro le intemperie e le difficoltà ambientali, a volte in lotta feroce tra di loro per il possesso della poca zolla che ricopre quei loro piedi, più spesso però in contemplazione

di quel cielo avaro di sole, che scioglie la neve e lascia maturare l'avena.

Anche se giovane e imberbe, compresi allora il significato contenuto nella frase del Poeta della Montagna, Guido Rey: "La Montagna parla a chi sa capirla" !

Chinai il capo, così scoprii un magnifico fiore di arnica...o un doronico ? Stava lì, ritto ai miei piedi sulla sponda del ruscello, quasi accordando i suoi colori alla musica dell'acqua saltellante tra un sasso e l'altro. Non so bene cosa provassi a quella vista ; oggi non lo ricordo più e, forse, neanche allora avrei saputo esprimerlo.

Come si fa a dire con parole umane la maestosità di quella parete incombente, illuminata dal sole, compresa tra la cornice del cielo azzurro, sopra di noi, e la cupa massa di livide nuvole sopra Pont Canavese ?

A raccontare la magnificenza di quel fiorellino, nato forse pochi giorni prima e che sarebbe morto pochi giorni dopo, simbolo della vita umana ?

Io ero quel doronico in fiore, ma non lo sapevo !

E fui in piedi, capelli scarmigliati al vento.

Vento che rotolava giù dalla Parete e scacciava le nubi malvage, laggiù, su Pont, oltre Pont, via dalla mia vita!

E il doronico oscillava ai miei piedi, a seconda del vento, in armonia con il canto dell'acqua ruscellante anch'essa giù dalla Parete.

E mi sentii forte, mi sentii partecipe, fin nelle fibre più intime, di quel mondo che mi avvolgeva, che mi sovrastava. Ripresi a scendere, cantando forte !

Quella Parete sarebbe stata mia, la prossima volta !

Con Mario, silenziosi e stanchi raggiungeremo Forzo, recuperammo le nostre biciclette, ci abbracciammo e ci lanciammo nella discesa verso Pont Canavese.

Laggiù, sulla destra, ardevano i fuochi della guerra su Torino. Due mesi dopo anche Mario partiva per la guerra. Non ci rivedemmo più.

Non molto tempo dopo anch'io fui aspirato dal vortice impazzito della guerra e ne conobbi gli orrori, gli occhi dilatati dal terrore, i volti agghiacciati dalla morte...

E non ci fu più quella "prossima volta".

Oggi, seduto sul muretto della mia Prua, guardo laggiù.

Rivedo e rivivo: la Parete, immensa mano giunta, protesa verso il cielo; il fiorellino, simbolo della Vita, della mia vita, della vita di Mario, di tutti gli uomini che sono stati e che verranno...

E ringrazio Iddio di avermelo fatto capire, ai piedi di quella Montagna.

Ciao, Torre di Lavina !

Luigi



L'acne in breve

E' un disturbo della pelle molto comune che colpisce soprattutto gli adolescenti, ma sta aumentando anche tra gli adulti. Nonostante la cause siano ancora sconosciute, sono noti alcuni fattori che contribuiscono al suo sviluppo, legati alla produzione di sebo, all'infiammazione e alla presenza di batteri nei dotti ghiandolari. Se non viene curata, può durare anche per 8 o 12 anni dopo la sua insorgenza.

L'opinione comune lo ritiene assodato, i dermatologi lo negano: astenersi da cioccolato e dolci, lavarsi il viso con cura, esporsi al sole aiuterebbe nella gestione dell'acne.

Secondo una revisione sistematica da poco pubblicata (Magin 2005) non ci sono prove certe a supporto di questa convinzione, ma neanche studi che la confutino.

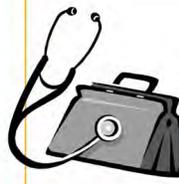
«Sorprensamente, pochi studi si sono occupati dell'effetto della dieta sull'acne e i pochi condotti hanno studiato un campione di persone ristretto, e comunque sono di bassa qualità metodologica» sostiene Parker Magin, tra i ricercatori dello studio.

Lo stesso accade per gli studi sull'effetto di saponi e prodotti per la pulizia e il lavaggio del viso, che non hanno dato prova della loro efficacia.

Anche riguardo ai benefici dell'esposizione al sole non ci sono risultati certi e univoci.

Uno studio condotto in Arabia Saudita, per esempio, ha mostrato un aumento di nuovi casi di acne durante i mesi invernali: «questo ha portato i ricercatori a concludere che l'effetto dei raggi UV dei mesi più caldi fosse benefico per l'acne, senza però riportare dati sulle procedure seguite nello studio, sui contesti in cui è stato condotto, sui tempi di osservazione e su altri fattori che possono averne influenzato il risultato».

Altri studi sembrano infatti aver mostrato che l'estate per alcuni individui si è accompagnata a un peggioramento dell'acne, per altri a un miglioramento, per il terzo gruppo non ha



Il medico risponde

Le domande e le risposte sulla nostra salute

portato a cambiamenti di nessun tipo.

«La questione è rilevante soprattutto per le conseguenze che possono avere queste credenze» diffuse soprattutto in occidente «sulle abitudini delle persone che le seguono.

Molti di coloro che soffrono di acne infatti decidono di seguire una dieta, e questo può avere ripercussioni sulle proprie abitudini alimentari che risultano gravose per la persona» chiarisce Magin.

Anche le modalità e la frequenza di lavaggi e pulizia del viso possono essere faticosi a lungo andare; inoltre i prodotti che vengono usati sono spesso costosi, a fronte di una mancanza di prove sulla loro efficacia.

«Una questione ancora più delicata è quella dell'esposizione al sole: prendere il sole troppo di frequente e troppo a lungo può aumentare il rischio che si sviluppi un melanoma o un tumore della pelle in genere, e i recenti dati che suggeriscono una possibile efficacia di alcuni spettri di luce artificiale non sono generalizzabili in modo diretto alla luce del sole».

Non vanno dimenticati gli aspetti psicologici di questo disturbo e di ciò che viene fatto per curarlo: spesso indicazioni troppo rigide o restrittive riguardo a dieta e igiene del viso possono risultare come punizioni, anziché come azioni di cura.

Per completare il quadro, da alcuni studi sui gemelli emerge che l'acne è legata a fattori genetici, che contribuiscono per oltre l'80 per cento alla comparsa del disturbo, rispetto a meno del 20 per cento associato a fattori ambientali.

Sembra quindi che il margine di intervento agendo su abitudini alimentari e igieniche sia ridotto e marginale, anche se non per questo da escludere totalmente: «Rispetto a questi fattori mancano in definitiva prove sia a favore sia contro la loro efficacia: per decidere quale intervento seguire va quindi considerato caso

per caso, oltre alle implicazioni che ciascuno di questi accorgimenti può avere sulla vita della persona. In questo senso non possono essere nemmeno messe da parte o dimenticate le evidenze aneddotiche di persone a cui certi alimenti peggiorano l'acne» commenta concludendo il ricercatore.

Insomma occorre una valutazione del rapporto tra i benefici e i costi, non solo economici, che possono comportare questi comportamenti, senza prove certe al riguardo.

E allora, quali sono le cure efficaci?

Per controllare l'acne riducendo il numero di lesioni infiammatorie e non, e le cicatrici, si sono dimostrati efficaci alcuni antibiotici per uso locale (per esempio in crema o gel) e altri farmaci locali, come un acido derivato dal retinolo (vitamina A), da assumere sempre secondo le indicazioni del proprio medico.

Altri medicinali che possono dare benefici sono antibiotici per uso orale, per i quali è sempre bene valutare il rapporto tra benefici e rischi rispetto a quelli per uso locale (Purdy 2005).

Cinzia Colombo

Istituto di Ricerche Farmacologiche Mario Negri

<http://www.partecipasalute.it>

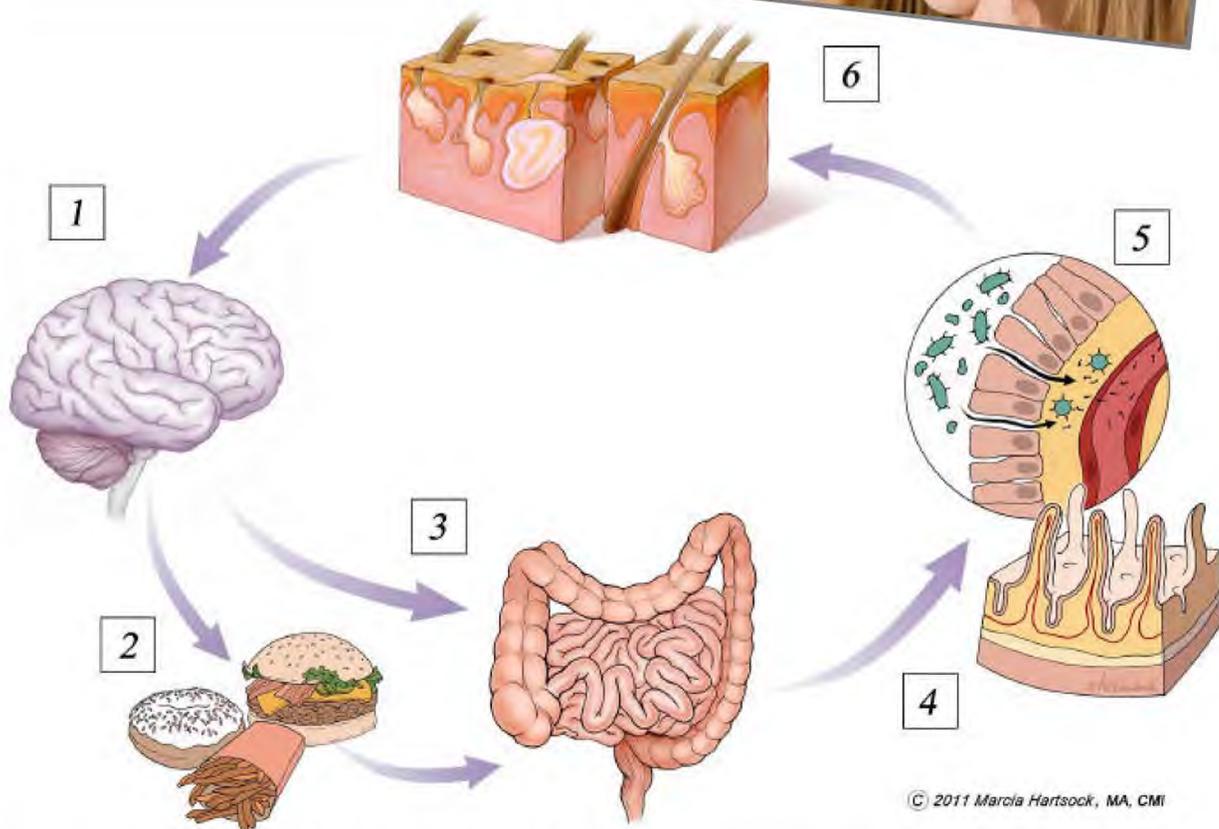


Figure 1 Potential Pathways of the Gut-Brain-Skin Axis in Acne Vulgaris: [1] Psychological distress alone or in combination with [2] high fat diet, processed comfort foods devoid of fiber, cause alterations to [3] gut motility and microbiota profile [4]. Loss of normal microbial biofilm (*Bifidobacterium* in particular) causes intestinal permeability and endotoxins gain systemic access [5]. Burden of inflammation and oxidative stress is increased, substance P is elevated, insulin sensitivity is decreased due to endotoxemia [6]. In those genetically susceptible to acne vulgaris, this cascade increases the likelihood of excess sebum production, exacerbations in acne and additional psychological distress. Both probiotics and antimicrobials may play a role in cutting off this cycle at the gut level.



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

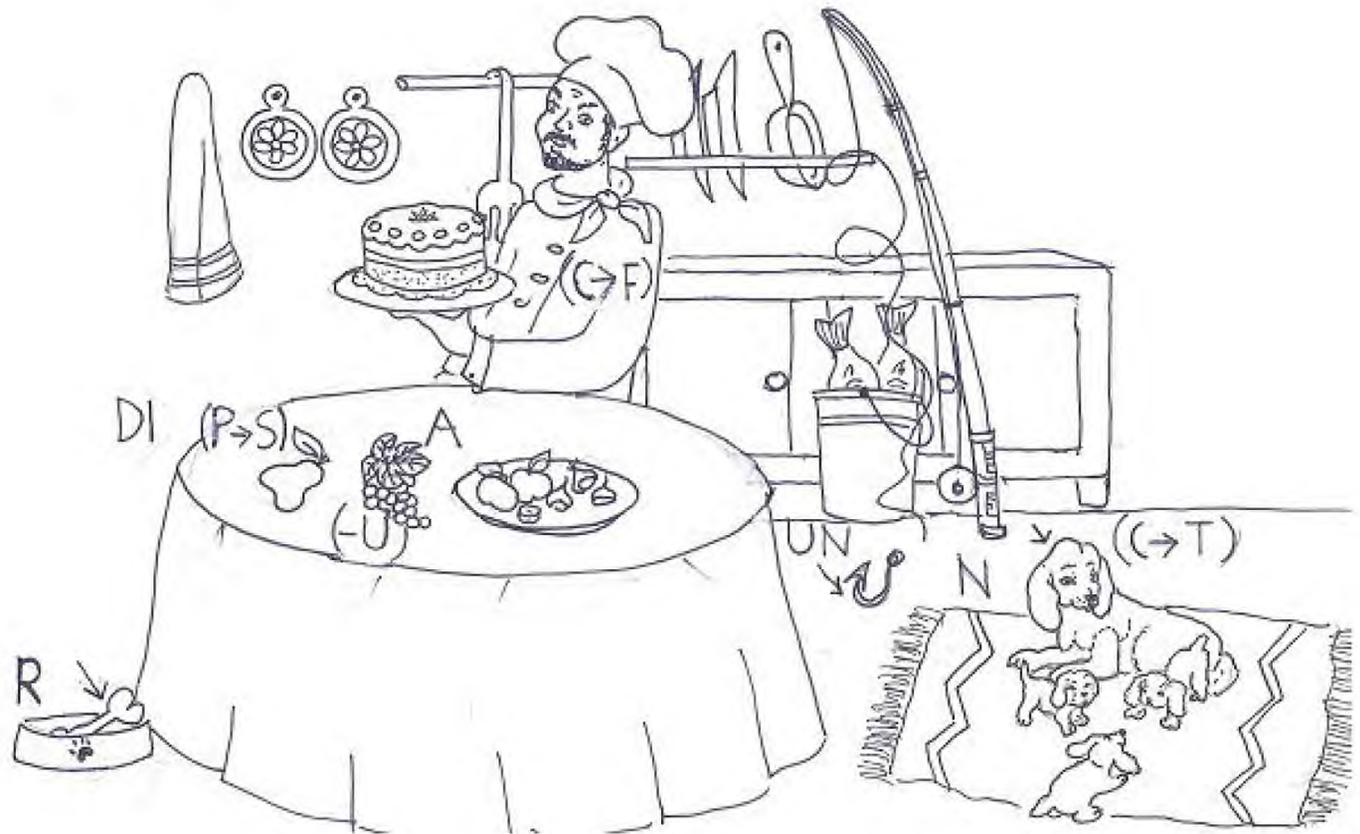


REBUS

(Ornella)

REBUS CON VARIAZIONI

Sostituendo od eliminando una lettera (come indicato tra parentesi)
si otterrà una frase di Jack London
(5, 2, 4, 2, 1, 5, 3, 8)



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

IL CRUCIVERBA del mese

(prodotto da www.crucienigmi.it)

1	2	3		4		5		6	7	8	9
10								11			
12			13		14		15		16		
17		18		19		20		21			
22										23	
24				25							
		26	27							28	29
30			31				32		33		
		34		35							
36	37		38					39		40	
41					42				43		
44								45			

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

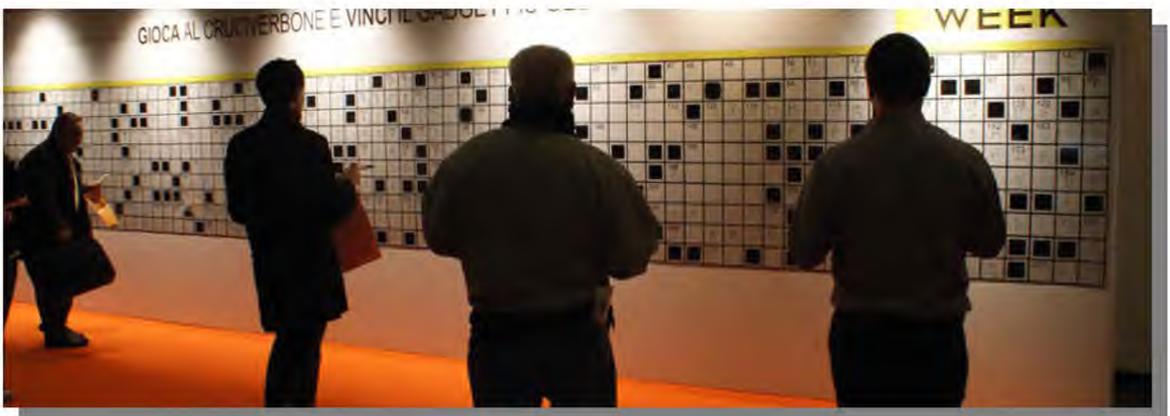


ORIZZONTALI:

1. Ballonzolante, saltellante
10. Suffisso accrescitivo
11. I pallini di certi tessuti
12. In mezzo all'onda
16. L'ottava preposizione
17. Dolore, pena
22. Può esserlo una foresta fiabesca
23. Mezza pera
24. Né noi né loro
25. Una scarpata ripidissima
26. Una località sul lago Maggiore
28. Un articolo indeterminativo
30. Due quinti di sette
31. Vi si amministra la giustizia
35. Il coniuge della moglie
36. Santuario del Biellese dedicato alla Madonna Nera
39. Il lago chiamato anche Sebino
41. Vivono tra le più alte vette del mondo
43. Quantitativo non precisato
44. Volere, pretendere
45. Abitazioni, dimore

VERTICALI:

1. Spartizione, comunione
2. Relativo alla cordigliera sudamericana
3. La seconda nota
4. A noi
5. Articolo per scolaro
6. Targa di Ascoli Piceno
7. Possono essere disciplinari
8. Un gigante della strada
9. Prova, test
13. Società Per Azioni
14. Un capoluogo siciliano
15. Si soffre per l'arsura
18. La lascia la nave
19. Incontro privo di ufficialità
20. Il dialetto della regione italiana con la Sila
21. A un pelo di distanza, vicinissimi
23. McCartney dei Beatles
27. Le separa la S
29. Cornelio storico dell'antica Roma
32. Le vocali dei turchi
33. Il capoluogo sulla Dora Baltea
34. Ratti, roditori
37. La cosa... latina
38. Abbreviazione di pagina
40. La dea greca dell'aurora
42. In fondo al charter



CRUCIVERBA CON SCHEMA

(Franco)

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			

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

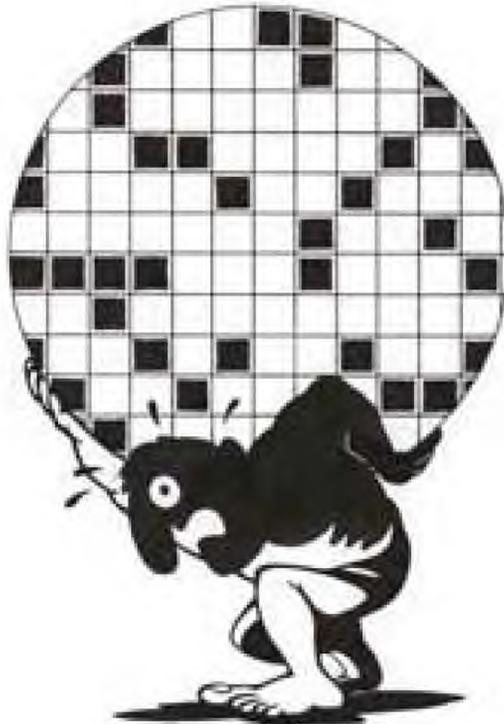


ORIZZONTALI:

1. E' conosciuto quello di Pitagora
7. Indica grado superiore al normale
10. Isernia
11. Ebbe una lampada magica
13. Li trovano nelle cantine sociali
15. Formaggio piemontese
16. Reso senza vocali
17. Così finiscono tanti participi passati
18. Bara
20. Negazione straniera
21. Sono in turno ed in terno
22. Tubercolosi
23. Un extraeuropeo
26. Compassionevole, generoso
29. Piani edili di tante città
30. Fosse vero!
31. Anagramma di MAS
33. Unicini ingannevoli
34. Fiume italiano
36. Integro, intero
38. Il centro del tiro
39. Barattò la primogenitura
40. Asti
41. Piccola insenatura marina

VERTICALI:

1. Affondò tragicamente dopo il varo
2. Risultati
3. Trasmette in Italia
4. Al centro del SELE
5. Non gli interessa la spiritualità
6. Ornata, addobbata
7. Non fa nulla!
8. Sono in poco ed in troppo
9. Consiglieri del Negus
12. Molto profonde
14. Salvò la fauna
16. Malattia virale infantile
19. Si fa contro una sentenza appellabile
24. Una materia scolastica
25. Infezione causata da un bacillo
27. Uno dei moschettieri
28. Pezzo degli scacchi
30. Esprime un valore avversativo
32. Per prenderla si chiude un occhio
35. E' dopo sett
37. Un mezzo tutù
38. Articolo



Le soluzioni dei giochi del mese di OTTOBRE

REBUS

ACCOPIATE LE IMMAGINI DELLA RIGA A CON QUELLE DELLA RIGA B,
INTERPONENDO UNA LETTERA: OTTERRETE COSI' DELLE SCIARADE (es. busta R elle).

A

 cera	 cavo	 mano	 filì	 stiva	 AZZURRA CANNES costa	 mura
---	---	---	---	---	---	---

B

 ali	 orme	 tino	 ori	 fiore	 etto	 acca
V	F	N	T	L	L	L

Soluzione:

cera L acca, cavo L fiore, mano V ali, filì F orme, stiva L etto, costa N tino, mura T ori



	1	2	3	4	5	6	7						
	C	O	M	P	E	T	E	N	T	I			
8	P	A	L	9	A	R	A	10	A	R	11	S	
	E	12	I	13	E	R	O	14	E	T	E	R	E
16	17	S	O	M	M	A	18	S	C	A	N	I	A
19	C	A	P	O	P	O	P	O	L	O	20		N
21	I	S	O	22	E	N	O	N	E	23	T		
	I	24	A	N	E	L	O	25	A	A	26	R	
27	A	28	A	N	D	R	E	M	A	R	I	E	
30	31	R	E	S	T	I	E	32	I	R	I	T	I
33	P	A	T	I	O	34	I	S	E	O	35	T	
A	35	E	C	36	I	N	T	37	S	38	T	A	
	39	O	R	O	L	O	G	I	A	I	O		



1	A	E		3	R	O	M	A	N	T	I	C	I	
11	N	R		12	I	D	A		13	C	O	N	A	N
14	T	O	C	E		16	N	S		18	R	O	V	I
19	I	S	O		20	T	I	G	R	I				
22	C	O	N	T	R	A	R	I		24	L	A	B	
	O		26	G	I	O	C	A	T	27	T	O	L	O
		28	M	E	N	T	O	N	I	E	R	E		
29	M	E	N	T	E		30	A	R	T	E			
31	A	R	I	O		32	S	T	A	R	N	E		
34	S	C	A	R	I	C	A	R	E		36	I	E	
38	S	I	L	I	C	I		S		39	S	A	N	
A		E		40	S	A	N	I	T	A	R	I		





Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

Ultime sgambate...

Ricordiamo agli indefessi camminatori l'uscita ai laghi di Sagnasse di domenica 9 novembre. Sperando che il tempo ci consenta il loro raggiungimento, considerata l'altezza dei 2083 metri dei laghi, sarà una piacevole escursione autunnale di 600 metri di dislivello nella val Grande di Lanzo.

Conclude la stagione escursionistica l'uscita ai Monti Pelati nell'omonima riserva naturale speciale delle valli canavesane. Il venerdì precedente, 21 novembre, ci sarà la serata a cura degli accompagnatori che ci faranno risaltare gli aspetti naturalistici e le caratteristiche del suolo di detti monti. Quindi nella domenica, 23 novembre, ci accompagneranno in loco per constatare la loro particolarità geologica.

Appuntamento venerdì 14 novembre alle ore 21 per la proiezione degli scatti più interessanti e affascinanti del trekking 2014 nell'Oberland bernese. Non perdetevi questa carrellata di immagini scelte appositamente dai nostri accompagnatori!

Il mese di novembre, in genere, è il periodo in cui si chiude l'attività escursionistica estiva, ma già si profila all'orizzonte l'inizio delle attività invernali...così venerdì 7 novembre alle ore 21 si terrà la presentazione del Capodanno 2015 all'Alpe di Siusi. Luisella ci travolgerà con tante notizie importanti per coloro che vi parteciperanno. Come sempre sarà un successo!

Infine, anticipo che venerdì 5 dicembre prossimo ci sarà la consueta serata per presentarvi il programma dell'attività escursionistica invernale con racchette.

Non mancate, quest'anno il programma è ricco di sorprese per gli appassionati camminatori nella neve.

Laura



GITE SOCIALI

Vengono organizzate durante la stagione invernale gite sociali aperte a tutti i soci, sulla base delle date riportate nel calendario.

Le località verranno scelte in Piemonte e Valle d'Aosta con l'intento di alternare le destinazioni più conosciute con quelle meno note ma ugualmente meritevoli di frequentazione. Quest'anno le mete non sono indicate preventivamente e verranno scelte di volta in volta tenendo conto delle condizioni meteo e di innevamento del momento.

Le iscrizioni dovranno avvenire tassativamente entro il venerdì precedente la gita presso la sede sociale, con il versamento dell'intera quota prevista, che potrà variare in funzione della località scelta.

Per le gite di più giorni è indispensabile confermare la partecipazione almeno dieci giorni prima della data prefissata, versando una caparra pari al 50% del costo, che si perderà se la disdetta avviene nella settimana immediatamente precedente l'uscita. I posti in rifugio verranno assegnati fino a esaurimento della disponibilità.

REQUISITI

Tessera CAI valida per l'anno in corso.

Per i minori, autorizzazione scritta dei genitori.

L'iscrizione alla gita comporta l'accettazione integrale del regolamento generale del CAI e di quello specifico dell'attività.

COSTO

La quota è comprensiva di trasporto in pullman (se previsto) e dell'iscrizione associativa giornaliera pari a 3,00 € per i soci in regola con l'iscrizione annuale per il primo giorno più 2,00 € per i giorni seguenti.

I non soci verseranno anche la quota per la copertura assicurativa prevista dal Regolamento CAI.



Prossimi passi
Altri Eventi



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI TORINO

UNIONE ESCURSIONISTI TORINO

Programma
Escursionismo
Invernale

Racchette
2014-2015



uscita sociale del 25 e 26 gennaio 2014
Rifugio Gabiet

PROGRAMMA 2014-2015

5 DIC	PRESENTAZIONE ATTIVITA' INVERNALE 2014-2015
11 GEN	LOCALITA' DA DESTINARSI IN BASE ALL'INNEVAMENTO
MR/WT2 DISLIVELLO TEMPO CAPOGITA RESPONSABILE	LOCALITA' DA DESTINARSI m. 450 h. 2,30 PADOVAN MONICA – INCERPI VALTER BEGAMASCO FRANCESCO
24 25 GEN	RIFUGIO GATTASCOSA M. 1993
1G MR/WT2 2G MR/WT2 DISLIVELLO TEMPO CAPOGITA RESPONSABILE	VAL BOGNANCO – ALPE SAN BERNARDO m.1630 PASSO MONSCERA m 2105 PROVA ARTVA/Autosoccorso in valanga m. 363 + 112 h. 2,00 + 1,15 TRAVERSA GIOVANNA – MURA ALBERTO MOTRASSINI LUCA - GRIFFONE FRANCO
08 FEB	LOCALITA' DA DESTINARSI IN BASE ALL'INNEVAMENTO
MR/WT2 DISLIVELLO TEMPO CAPOGITA RESPONSABILE	LOCALITA' DA DESTINARSI m. 500 h. 2,30/2,50 INCERPI VALTER – TRAVERSA GIOVANNA SPAGNOLINI LAURA
13.FEB	PREPARAZIONE E CONDUZIONE DI UNA GITA IN AMBIENTE INNEVATO
	TRAVERSA GIOVANNA – MURA ALBERTO PADOVAN MONICA
22 FEB	LOCALITA' DA DESTINARSI IN BASE ALL'INNEVAMENTO
MR/WT2 DISLIVELLO TEMPO CAPOGITA RESPONSABILE	LOCALITA' DA DESTINARSI m 650 h. 3,00/3,30 MURA ALBERTO – PADOVAN MONICA BIOLATTO DOMENICA

07 08 MAR	RIFUGIO MARIA LUISA M 2157
2G MR/WT2 DISLIVELLO TEMPO CAPOGITA RESPONSABILE	PASSO SAN GIACOMO m 2313 PROVA ARTVA/Autosoccorso in valanga m. 399 + 156 h. 2,00 + 1,30 TRAVERSA GIOVANNA – ALBERTO MURA GRIFFONE FRANCO – MOTRASSINI LUCA
13 MAR	ALPI OCCITANE – Geologia delle alpi occidentali
	VALTER INCERPI
22 MAR	LOCALITA' DA DESTINARSI IN BASE ALL'INNEVAMENTO
MR/WT2 DISLIVELLO TEMPO CAPOGITA RESPONSABILE	LOCALITA' DA DESTINARSI m 700 h. 3,30/3,50 PADOVAN MONICA – INCERPI VALTER SPAGNOLINI LAURA
29 MAR	FESTA DI FINE ATTIVITA' BAITA GIMONT M. 2035
MR/WT1 DISLIVELLO TEMPO CAPOGITA RESPONSABILE	VAL DI SUSA – CLAVIERE m 1750 m 285 h. 1,30/2,00 MURA ALBERTO – ROVERA GIUSEPPE BERGAMASCO FRANCESCO



Rifugio Troncea – uscita sociale del 30 marzo 2014

ORGANIZZAZIONE

Sono previste tre serate al Centro Incontri CAI - Monte dei Cappuccini con inizio alle ore 21:00: la prima di approfondimento *dell'equipaggiamento necessario, delle attrezzature specifiche e presentazione del programma*; la seconda su *preparazione di una gita invernale*, e la terza sulle *Alpi Occitane - Geologia delle Alpi Occidentali*. Come negli anni precedenti è stata prevista una prima uscita pratica sull'applicazione di *prove ARTVA* e di *Auto soccorso*.

ATTREZZATURE

Per la partecipazione alle gite sociali è richiesto il possesso del necessario equipaggiamento personale. Coloro che sono sprovvisti di ARTVA e racchette potranno usufruire delle attrezzature sociali disponibili e di quelle a noleggio secondo le modalità indicate dagli accompagnatori.

SEDE SOCIALE

Centro Incontri CAI - Monte dei Cappuccini
Salita CAI Torino, 12 - 10100 Torino
ogni venerdì dalle 21 alle 23
www.uetcaitorino.it
info@uetcaitorino.it

PRESIDENZA

Laura Spagnolini (ANE) – 011.4366991-328.8414678 laura.spagnolini@alice.it

DIREZIONE

Luca Motrassini (AE/EAI) – 338.7667175
011.9133043 lmotrassini@alice.it

SEGRETERIA

Daniela Rossini – 347.6265330
drossini77@gmail.com

COORDINAMENTO TECNICO

Franco Griffone (AE/EAI) – 328.4233461
griffo53@live.it
Francesco Bergamasco (AE/EAI) – 335.7072997
fbergamasco@alice.it
Domenica Biolatto (AE/EAI) – 348.4024822
domenica.biolatto@tiscali.it
Piero Marchello (AE) – 328.0086754
piero.marchello@tiscali.it

Coordinamento

Alberto Mura (aa) - 335.8140586
alb.mura@gmail.com
Giovanna Traversa (aa) – 333.4648226
rpentenero@alice.it
Giuseppe Rovera (aa) – 339.7684218
g.rovera@fastwebnet.it
Monica Padovan (aa) – 333.1235433
mo.nique@inwind.it
Valter Incerpi (aa) – 338.2349550
valter.incerpi@libero.it

REGOLAMENTO

L'attività di racchette presuppone una normale idoneità fisica.

La Direzione non si assume pertanto alcuna responsabilità in ordine alle conseguenze che potrebbero derivare da una inadeguata condizione fisico-atletica.

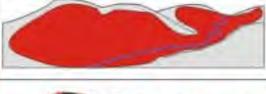
La Direzione non risponde degli incidenti eventualmente occorsi ai partecipanti che volutamente avranno ignorato le disposizioni impartite.

La Direzione qualora si rendesse necessario ha la facoltà di modificare la meta e il percorso stabilito.

La Direzione si riserva la facoltà di allontanare dalle gite sociali coloro il cui comportamento possa compromettere il buon esito delle uscite.

Qualora si raggiunga un adeguato numero di partecipanti potrà essere utilizzato il pullman, in caso contrario i mezzi personali.

L'orario di partenza sarà scrupolosamente rispettato, pertanto non sono ammessi ritardi.

GRADO DI PERICOLO		
1 DEBOLE		TRACCIA
2 MODERATO		FASCIA 20-30 m SULLA TRACCIA
3 MARCATO		PENDII CHE INSISTONO SULLA TRACCIA
4 FORTE		TUTTI I VERSANTI ANCHE NON SULLA TRACCIA
5 MOLTO FORTE		NON PRATICABILE

Attività escursionistica 2014

L'UET, Unione Escursionisti Torino, sottosezione della Sezione di Torino del Club Alpino Italiano, all'interno dei suoi calendari di attività, propone un programma di gite sociali rivolto sia a chi, pur non essendo un frequentatore abituale dell'ambiente alpino, voglia essere gradualmente introdotto alla pratica dell'escursionismo, sia a chi, già pratico di escursionismo, voglia impegnarsi in salite di maggior impegno, coadiuvato da accompagnatori titolati che offrono gratuitamente il loro supporto tecnico.

L'escursione non deve essere una *corsa* ma l'occasione per conoscere la montagna e i suoi ambienti naturali, storici e culturali, che sono luoghi di esperienza da condividere con altre persone.

Legenda delle difficoltà

(T) = turistica, (E) = escursionistica, (EE) = escursionisti esperti, (F) = alpinistica facile

(AE) = accompagnatore di escursionismo titolato

(ANE) = accompagnatore nazionale di escursionismo

Progetto "Raccontare un territorio"

Nel suo secondo anno, l'iniziativa ha lo scopo di presentare alcune uscite sociali scelte nel programma escursionistico. Con incontri serali del venerdì sera racconteremo la storia, gli aspetti culturali e ambientali dei territori che visiteremo. Le serate sono aperte a tutti.

Durante l'anno potranno essere programmate visite artistiche in alcuni interessanti siti regionali, che verranno comunicati via web.

Informazione ed iscrizioni

Per la partecipazione alla gita è necessaria l'iscrizione presso la sede sociale entro il venerdì precedente la gita presso il Centro Incontri del Monte dei Cappuccini dalle ore 21 alle ore 23; per uscite di due o più giorni è gradita la prenotazione entro 10 giorni prima della gita. Ad ogni iscritto è richiesta la presa visione ed accettazione del regolamento dell'attività ed il versamento della quota di partecipazione.

Info: www.uetcaitorino.it

Mail: info@uetcaitorino.it

Costi

- spese organizzative: 3 euro; se più gg. 2 euro dal 2° giorno;
- spesa dei trasporti in pullman: varia in base alla distanza; all'atto dell'iscrizione verrà chiesto un acconto, che comunque in caso di assenza della persona non verrà restituito; per il trasporto con mezzi propri (auto), chi dà la disponibilità del mezzo, potrà richiedere un contributo per le spese sostenute;
- spese di pernottamento, nelle gite di più giorni.
- l'assicurazione infortuno individuale è già compresa nella
- quota associativa CAI. I non soci sono tenuti a pagarla di volta in volta fornendo data e luogo di nascita.



Prossimi passi
Altri Eventi



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE DI TORINO

SOTTOSEZIONE
UNIONE ESCURSIONISTI
TORINO

Programma Escursionismo Estivo 2014



*collage di foto di fiori di montagna
scattate dagli Uetini durante l'anno 2013*

Regolamento di partecipazione

1. L' ammissione alle attività è subordinata all'insindacabile giudizio del responsabile dell'uscita per quanto riguarda l'idoneità fisico-psichica e tecnica.
2. Per la partecipazione all'uscita è richiesto il possesso del necessario equipaggiamento specifico elencato per ciascuna attività.
3. Durante l'escursione l'accompagnatore responsabile, tiene l'andatura adeguata alla comitiva uniformandosi al passo del più debole dei partecipanti e non deve essere superato in nessun caso dai partecipanti. Lo scopo delle escursioni sociali è di condurre alla meta tutti i partecipanti, quindi è da escludere qualsiasi forma, seppur amichevole, di agonismo.
4. Sia in salita che in discesa la comitiva dovrà restare il più possibile unita, salvo cause di forza maggiore. Durante l'escursione è fatto divieto di allontanarsi dalla comitiva senza il consenso dei responsabili.
5. Per il buon andamento dell'attività ciascun partecipante dovrà rispettare orari, itinerari ed in genere tutte le indicazioni fornite dai responsabili
6. Gli organizzatori hanno facoltà di modificare la meta ed il percorso stabilito qualora si rendesse necessario. Le iscrizioni possono inoltre essere limitate per esigenze tecnico organizzative.
7. Gli organizzatori non rispondono degli incidenti eventualmente occorsi ai partecipanti che volutamente ignorano le disposizioni impartite.
8. Dato il progressivo aumento dell'impegno (tempi, percorrenza, difficoltà delle gite) è necessario partecipare alle uscite iniziali per essere ammessi alle successive.
9. L'iscrizione al CAI comporta l'automatica copertura assicurativa per il Soccorso Alpino, anche all'estero.

Sede Sociale

Centro Incontri CAI - Monte dei Cappuccini

Salita CAI Torino 12 – 10131 Torino

ogni venerdì dalle ore 21 alle 23

Presidenza

Laura Spagnolini (ANE) – 011/43.66.991 – 328/8414678

Direzione

Domenica Biolatto (AE) - 011/96.77.641

Coordinamento tecnico

Luisella Carrus (AE) - 011/89.86.942 – 349/26.30.930

Uscite sociali

6 aprile – ANELLO DI CASALBORGONE

Collina di Torino

Partenza: Casalborgone - tempo h. 4 – difficoltà: T

Alla ricerca della primavera e al termine merenda sinoira.

Responsabili: A. e M. Micheletta, Marchello. Belli

4 maggio – PIZZO D'EVIGNO M. 988

Liguria (IM)

Partenza Torria 437 m – dislivello 557 m – tempo h. 3
difficoltà: E –

In treno verso il mare

Responsabili: Bravin AE, Incerpi, Mura. Isnardi

18 maggio – CAMPO TRINCERATO DEL COLLE DI TENDA ***

Valle Vermenagna (CN)

Partenza: Colle di Tenda 950 m - dislivello 550 m – tempo h. 4
difficoltà: E –

Incontrando la storia... percorso ad anello

Responsabili: Traversa, Biolatto, Incerpi

15 giugno – TESTA DI GARITTA NUOVA M. 2385

Val Varaita (CN)

Partenza Celle del Prete 1715 m. – dislivello 670 m - tempo h. 2,30 – difficoltà: E

Alla ricerca di postazioni militari del 1700

Responsabili: Incerpi, Previti, Zanotto

29 giugno - ANELLO DEL SANTUARIO DI SAN BESSO M. 2019

Val Soana (TO)

Partenza : Campiglia Soana m. 1350

dislivello 1000 m tempo totale h. 6,30 difficoltà: E

Bel itinerario sui luoghi della fede

Responsabili: Chiovini AE, Santoiemma

13 luglio – 5 LAGHETTI DEL MONTE COLOMBINO M. 2235

Valle Soana (TO)

Partenza Forzo 1178 m. – dislivello 1080 m tempo h. 3,30 -
difficoltà: E

Classica escursione ai piedi di cime importanti

Responsabili: Mura, Biolatto AE, Traversa.

20 luglio – RIFUGIO VACCARONE M. 2747

Valle Susa (TO) ***

Partenza Grange della Valle 1769 m - dislivello 978 m –
tempo h. 4,30 - difficoltà: E

Ampio anello con ritorno dai Denti di Chiomonte.

Responsabili: Incerpi, Bravin AE, Biolatto AE

26-27 luglio - PUNTA ROCCA NERA M. 2854

Val Susa (TO)

Partenza 1 giorno Cortavetto 1259 m - dislivello 450 m - tempo h. 1,30 - difficoltà: E

Partenza 2 giorno rifugio P.G. Toesca m. 1710 (pernottamento) - dislivello 1140m - difficoltà E -

Due giorni nei luoghi cari agli uetini.

Responsabili: Biolatto AE - Volpiano AE - Incerpi

4-10 agosto TREKKING NELL' OBERLAND BERNESE

Svizzera - Valli di Grindelwald e Lauterbrunner

Responsabile: Laura Spagnolini ANE

7 settembre - PUNTA CORNET M. 2388

Valpelline (AO)

Partenza Ollomont 1356 m - dislivello 1032 m tempo h. 4 - difficoltà: E

Attraverso la splendida conca del Mont Gelè

Responsabili: Santoiemma,, Chiovini AE, Previti, Sandroni.

13 - 14 settembre - MONTE ROCCIAMELONE M. 3538

Valle Viù ***

Partenza 1g. Malciaussia m. 1805 - dislivello 800 m - tempo h. 3 - difficoltà: E

Partenza 2g. rifugio Tazzetti m. 2642 (pernottamento) - dislivello 900 m. - tempo h. 3,30 - difficoltà F

Classica punta piemontese

Responsabili: Carrus AE, Garrone, Griffone AE, Sandroni.

28 settembre - LAGO DI DRES M. 2087

Valle Orco

Partenza Ceresole Reale 1495 m - dislivello 600 m. - difficoltà: E - tempo h. 3

Itinerario autunnale nel parco nazionale del Gran Paradiso

Responsabili: Mura, Incerpi, Traversa

12 ottobre - MADONNA DEL CIAVANIS M. 1880

Valle di Lanzo

Partenza Vonzo superiore 1231m - dislivello 649 m. - difficoltà: E - tempo h. 3

Percorso ad anello che conduce ad uno dei più bei santuari delle Valli di Lanzo

Responsabili: Bravin AE, Previti, Volpiano AE, Zanotto, Isnardi

25-26 ottobre - FESTA SOCIALE AL RIFUGIO TOESCA

Valle di Susa

Partenza: Travers a mont 1250m

dislivello 450m - tempo h. 1,30 - difficoltà: E

Tradizionale festa sociale di fine attività.

Responsabili: Belli, Dosio

9 novembre - LAGHI DI SAGNASSE M. 2083

Val Grande di Lanzo

Partenza Rivotti 1450 m - dislivello 633 m - tempo h. 3,30 - difficoltà: T/E

Camminata autunnale

Responsabili: Bravin AE, Volpiano AE, Mura.

23 novembre - RISERVA NATURALE SPECIALE DEI MONTI PELATI ***

Valli Canavesi

Partenza: Campo Muriaglio 525 m - dislivello 250 m circa - tempo h. 4 - difficoltà: E

Interessante visita geologica a queste brulle colline canavesane

Responsabili: Marchello AE, Bergamasco AE, Incerpi.

Progetto "Raccontare un territorio"

*** uscite inserite nel Programma "Conoscere il Territorio"

Questa iniziativa vuole evidenziare il valore storico e naturalistico delle Terre Alte del Piemonte e, in occasione di quattro uscite sociali inserite nel programma, si svolgeranno al Monte dei Cappuccini quattro venerdì "speciali" :

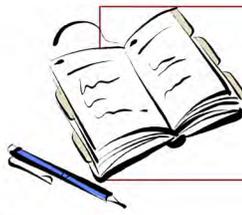
16 maggio - Difese militari ed eventi bellici: CAMPO TRINCERATO DEL COLLE DI TENDA

18 luglio - La Via Alpina e il RIFUGIO VACCARONE

5 settembre - La prima ascensione documentata del MONTE ROCCIAMELONE

21 novembre - Aspetti naturalistici e caratteristiche del suolo della RISERVA NATURALE SPECIALE DEI MONTI PELATI





La riapertura del Buco di Viso

La riapertura del Buco di Viso rappresenta il punto di arrivo di un percorso di mantenimento e di valorizzazione del primo traforo di collegamento tra l'Italia e la Francia che, dai tempi dalla realizzazione in epoca medievale, ha visto nei secoli il costituirsi di una "coscienza storica" di conservazione che ha guidato i primi interventi a cura del CAI del 1907, passando per quelli degli anni '70 a opera dei Lions Club di Torino, per poi arrivare ai lavori di ripristino finanziati negli ultimi anni dai Comuni di Crissolo e di Ristolas, e dai Rotary Club di Saluzzo e di Embrun.

Nel 1475, Ludovico II, Marchese di Saluzzo, decise di garantirsi uno sbocco sul mare per agevolare il commercio del sale; ai tempi indispensabile per la conservazione degli alimenti e il complemento alimentare del bestiame del Marchesato. L'opera garantì una rapida via d'accesso alla Provenza, evitando le gabelle imposte dal Ducato di Savoia (a nord) e dal Delfinato (a sud).

Gli interventi effettuati nel corso del XIX secolo, fondamentali per aver mantenuto praticabile il traforo, non si sono tuttavia rivelati risolutivi della principale criticità dell'opera; ossia la periodica ostruzione dell'ingresso sul versante francese generata da condizioni ambientali e climatiche particolarmente avverse causava un continuo restringimento dell'apertura.

La necessità di risolvere definitivamente il transito attraverso il Buco di Viso, insieme alla necessità di valorizzare l'aspetto escursionistico legato all'opera - che la ricollega agli itinerari di interesse internazionale del "Tour del Monviso" e la "Via Alpina" - hanno portato la Regione Piemonte allo studio di un progetto transfrontaliero teso

al ripristino del passaggio originario, alla messa in sicurezza di entrambi gli ingressi e al miglioramento della segnaletica legata al Tour escursionistico del Monviso.

Sul versante italiano si è reso necessario garantire la sicurezza nel passaggio all'ingresso tramite il posizionamento di reti dissipative a basso impatto ambientale al fine di contenere la caduta di materiale roccioso dalla parete sovrastante.

L'interno del tunnel ha visto un intervento di matrice prettamente archeologica, con lo scopo di riportare alla luce il terreno originariamente calpestato nel XV secolo.

L'intervento maggiore si è reso necessario sul versante francese, a causa dell'accumulo di materiale roccioso all'ingresso che dà sulla Valle del Queyras. Si è pertanto realizzata una galleria artificiale in cemento armato che si prolunga complessivamente per 23,5 metri raccordandosi all'uscita del tunnel naturale. L'opera è stata ricoperta con materiale proveniente dagli scavi al fine di ridurre al minimo l'impatto ambientale.

L'escursionista non ne avverte la presenza se non dall'arco in pietra secco che contraddistingue l'entrata.

Il progetto ha visto la collaborazione dell'Ente di Gestione delle Aree Protette del Po Cuneese, del Parc Régional du Queyras, della Réserve Nationale Ristolas-Mont Viso, dei Comuni di Crissolo e Ristolas, dei gestori dei rifugi alpini prossimi ai versanti interessati, del Club Alpino Italiano e dell'I.P.L.A.

Il costo complessivo finanziato dalla Regione Piemonte è stato di € 271.000, concernente la progettazione, la realizzazione delle opere di ripristino della galleria e la relativa messa in sicurezza, oltre la sostituzione, l'integrazione della segnaletica escursionistica e il miglioramento della percorribilità dei sentieri; questi ultimi interventi realizzati dagli Operai forestali della Regione Piemonte.



I lavori sono stati realizzati nel tempo record di 2 mesi e mezzo, al fine di sfruttare, per quanto possibile e nonostante il verificarsi di condizioni meteorologiche poco clementi, il periodo estivo.

L'importanza dell'intervento, il primo di natura così ampia dai tempi della costruzione del

Buco di Viso, si ricollega a una politica regionale di tutela del patrimonio storico e paesaggistico del Piemonte volta a promuovere, in Italia e all'estero, un turismo sostenibile e capace di far conoscere e apprezzare le bellezze del territorio.

*Lavori di riapertura del tunnel di 'Buco di Viso'
Attività del Parco del Po Cuneese*



Siete invitati a partecipare, in particolare accompagnatori titolati, qualificati e capigita nonché responsabili e organizzatori e tutti coloro che sono soci CAI interessati alle ricadute che l'argomento comporta.



Prossimi passi
Altri Eventi



CLUB ALPINO ITALIANO

Commissione Centrale Escursionismo (CCE)
Commissione Centrale per Alpinismo Giovanile (CCAG)
Escursionismo - Settore Seniores (GLS CCE)

Novara

Università di Economia del Piemonte Orientale
sabato 22 novembre 2014



"La RESPONSABILITÀ nell'ACCOMPAGNAMENTO in MONTAGNA (RAM)"

Giornata di Studio nell'ambito dell'omonimo Programma trasversale
AGENDA PRELIMINARE - la versione definitiva sarà distribuita alla Registrazione

8.00	Registrazione	
8:45	Saluti Autorità Obiettivi e Trasversalità Programma RAM mirato all'esperienza escursionistica Presentazione Agenda	PZ, PM, DM
9:15	La Responsabilità dell'Accompagnamento Volontario Governare il Rischio per avvicinare la Sicurezza Centro Competenze ed Edizioni RAM	VT (DM)

RESPONSABILITÀ in generale: PRESENTAZIONI DI BASE

9:45	La Responsabilità nell'Accompagnamento in Montagna	GL
11.15	Le coperture assicurative per l'Accompagnatore dell'Escursione <ul style="list-style-type: none"> • Responsabilità Civile • Tutela legale 	GPB

11.45 INTERVALLO

CRITICITÀ specifiche: TAVOLA ROTONDA ESPERTI

12:15	Attività escursionistica istituzionale: 1. Accompagnamento di Soci con limiti fisici (es. Seniores ma non solo) <ul style="list-style-type: none"> • Buone Pratiche 	GPB, VT
12:45	Attività escursionistica volontaria Sezionale o di Gruppo Senior; 2. Accompagnamento di minori <ul style="list-style-type: none"> • Criticità per Soci Minori, Non Soci (Ente: Scuola, Scout, Parrocchia) • Buone Pratiche: Traccia convenzione Sezione - Ente richiedente il servizio volontario 	GL, VT
13:15	3. Accompagnamento di disabili (es. montagnaterapia) <ul style="list-style-type: none"> • Criticità • Buone Pratiche: Traccia convenzione Sezione - Ente richiedente il servizio volontario 	GL, VT
13:30	Metriche: Rischio Incidente (misurato con indagine tra i Partecipanti RAM)	DM

13.45 PRANZO a Buffet

Domande e Risposte: TAVOLA ROTONDA APERTA

15:00	Domande e Risposte Azioni a seguire individuate, con particolare riguardo a <ul style="list-style-type: none"> • Interazione con il Centro Competenze • Esperienze e Buone pratiche da diffondere • Richieste per Edizioni successive (a ccRAMv@gmail.com) 	GPB, GL, VT, Delegati(*)
17:00	Chiusura lavori	

Seglie di Partecipanti e Relatori:

PM Paolo Monferdini, CCAG, Presidente

PZ Paolo Zambon, CCE, Presidente

DM Dino Marcandalli, Settore Escursionismo Seniores, Coordinatore

GPB Gian Pietro Berlato, GLST VFG, Coordinatore,

GL dott. Giuseppe Lavedini, SCE, Componente OTTO-E VFG

VT avv. Vincenzo Torti, VPG CAI

(*) Priorità a Domande raccolte durante l'intervallo delle 11,45 su foglio ad hoc. Quando esaurite, interventi liberi.



Prossimi passi
Altri Eventi

SETTIMANA BIANCA sull' ALPE DI SIUSI

L' altopiano più grande d' Europa!

Dal 28 dicembre 2014 al 4 gennaio 2015



La UET quest'anno per la tradizionale settimana bianca, propone l'Alpe di Siusi (BZ).

E' l'altopiano più grande d'Europa e uno fra i più belli al mondo. Alloggeremo a Siusi (m. 1000 slm) rinomatissimo centro turistico, già celebre nell'ottocento, situato ai piedi del massiccio dello Sciliar, montagna simbolo dell'Alto Adige. Nel corso della Settimana Bianca saremo ospitati presso l'hotel Rungghof www.hotel-rungghof.com, situato fuori dal centro di Siusi, in posizione tranquilla molto panoramica, con vista sullo Sciliar.

Il trattamento prevede la mezza pensione in camere doppie con balcone, servizi privati, televisione digitale, telefono, asciugacapelli, cassaforte. L'albergo è dotato di un centro benessere a disposizione degli ospiti.

L'iniziativa è rivolta solo ai soci CAI in regola con l'iscrizione.

DURATA:	28/12/2014 (partenza) – 4/1/2015 (rientro in serata)
MEZZO DI TRASPORTO:	Autobus granturismo A/R
DISTANZA:	Km. 432 circa da Torino a Siusi allo Sciliar
COSTI :	645 € (sono inclusi la mezza pensione + VIAGGIO A/R + corsa giornaliera skibus fino alla partenza degli impianti + spese organizzative).

Non sono compresi: tassa di soggiorno (7 € per l'intera settimana a persona), gli extra, le bevande, i costi degli skipass e dei giornalieri per racchette e camminata nordica.

INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

*Le informazioni possono essere richieste in sede oppure agli organizzatori:
Luisella Carrus Garrone cell. 349/2630930 o Luciano Garrone cell. 348/7471409 e-mail
lucianoeluisella@fastwebnet.it*

consultare periodicamente il sito www.uetcaitorino.it per eventuali aggiornamenti.

*amicizia, cultura, passione per la Montagna:
questi sono i valori che da 120 anni ci tengono
insieme !*

*vieni a conoscerci al CAI UET
noi aspettiamo proprio TE!*

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

*Scrivici alla casella email
"rivista.escursionista@uetcaitorino.it"*

L'Escursionista
la rivista della Sotto Sezione CAI UET

novembre 2014

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013