



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

marzo 2016

Neve! finalmente

l'incanto dei Piani di Verra in Val d'Ayas

Ceresole Reale...

ovvero il giro del lago con gli sci

La bella Caterina

la Cenerentola delle nostre valli

Il Bosco e i suoi suoni

magia, silenzi e suoni di Madre Natura

Lavorare su un elicottero

intervista ad Anna Chiara Trompeo, anestesista e rianimatrice

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



seguici su



YouTube IT



Anno 4 – Numero 32/2016

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

La neve

Dopo più di 100 giorni, come affermano gli esperti, è caduta un po' di neve in montagna e la pioggia in pianura che ha dato vigore alla natura e ai prati sembrano già più verdi e rigogliosi.

Noi, il battesimo della nevicata, l'abbiamo avuto con la nostra uscita al Lago Blu in Valle d'Ayas; abbiamo avuto il piacere di camminare sulla neve fresca e goduto del fascino della nevicata. Siamo ritornati alle auto bagnati ma soddisfatti.

La neve ora è caduta dal Cuneese alla Valle d'Aosta, in modo più o meno abbondante, ma la temperatura alta che si registra, la scioglie rapidamente. Le creste sono libere per il vento che ha provocato accumuli che rendono insidioso il passaggio di escursionisti e sci alpinisti.

E' così sempre complesso trovare la zona appropriata per fare una camminata in sicurezza; la poca neve esistente rende impossibile le escursioni a bassa quota, specialmente al ritorno si cammina su di uno strato di poltiglia scivolosa. Anche in questa situazione di scarso innevamento non è da trascurare l'attenzione in quanto le insidie sono sempre presenti specialmente sui pendii ripidi dove l'erba secca può fare da piano di scorrimento.

E' comunque sempre indispensabile informarsi sullo stato dell'innnevamento e studiare i bollettini nivometeorologici, valanghe e portarsi nello zaino quel chilo in più composto dall'ARTVA, dalla pala e dalla sonda, che sapendoli usare bene, possono evitare che la montagna diventi una "nemica".

Questo non vuole certo essere una lezione di comportamento in montagna, ma è solo una riflessione di chi frequenta la montagna in inverno e cerca di evitare i pericoli.

Domenica Biolatto



Prima e quarta di copertina di questo mese: Piani di Verra andando verso il lago Blu in Val d'Ayas (fotografia di Fabio Renna e Luigi Leardi)



SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 4 – Numero 32/2016
Autorizzazione del Tribunale
18 del 12/07/2013

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

Direttore Editoriale
Mauro Zanutto

Condirettore Editoriale
Laura Spagnolini

Direttore Responsabile
Roberto Mantovani

Relazioni con il CAI Torino
Francesco Bergamasco

Redazione UET Torino

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

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

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

Sommario marzo 2016

Neve! finalmente	04
Ceresole Reale... ovvero il giro del lago con gli sci!	07
La bella Caterina	10
Il Bosco e i suoi suoni	16
Entorno al foch	18
A chi non pace la trippa?	20
Al lupo! Al lupo!	24
Un anello sui monti di Coazze per antichi sentieri: il bosco Ugo Campagna	27
Lavorare su un elicottero	31
Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza	33
Strizzacervello	34
Marzo pazzerello guarda il sole e prendi l'ombrello	41
37° Corso Sci di fondo & Skating	42
Programma Racchette 2016	45
7° Corso di Alpinismo Giovanile	48
Trekking 2016 nel Massiccio del Bauges	49
Presentazione del libro "Trabant 89"	50
Il più bel giro del mondo. SUL LAGO	51



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

uetcaitorino@gmail.com



Neve! finalmente



Ciastre
la rubrica dell'Escursionismo invernale

Seconda uscita con le ciaspole in calendario: lago Blu in Val d'Ayas.

Anche oggi, pur con previsioni meteo negative, siamo un bel numero: ventitré.

Con Luca ed Alberto ci troviamo a Volpiano all'imbocco dell'autostrada Torino-Aosta e fin da subito decido di proseguire con la *pandina* come sempre carica di cose mie e cose altrui.

Per gli altri (esclusa una coppia) il ritrovo è come sempre davanti alla caserma dei Vigili del Fuoco in corso Regina.

L'appuntamento finale? Solito autogrill sull'autostrada appena superata Scarmagno.

Puntuali, anzi in anticipo come sempre. Il bar è letteralmente preso d'assalto da orde di affamati e assetati gitanti, tuti diretti alla fiera di Sant'Orso, dove artisti e artigiani della Valle d'Aosta espongono con orgoglio i frutti del proprio lavoro. Saranno almeno 100 persone e sono solo le 7 del mattino.

Patrizia ed Angelo ci raggiungono e man mano altre macchine ed altri amici ci raggiungono.

Ho un posto libero in macchina perciò Giovanna, trasborda dalla macchina dell'indomito Ettore i suoi bagagli.

Ripartiamo anche se in ritardo sulla tabella di marcia, cosa che più tardi Valter mi farà "criticamente" notare.

Uscita sollecita dall'autogrill dopo aver salutato Ettore, e chiacchierando con Giovanna risaliamo la valle uscendo ben presto al casello di Verres per poi imboccare la strada regionale SR45 per la Val d'Ayas. Seguo la strada fino al Comune di St. Jacques ultima frazione della valle.

La pioggia che ci aveva sorpreso poco dopo Verres ha nel frattempo lasciato posto ad una nevicata accolta con piacere. Per fortuna il vento sentito in autostrada è passato. I fiocchi pesanti, bagnati scendono con calma olimpica, che bello!

Ci cambiamo la scarpe, chi in macchina, chi sul ciglio della strada, sotto una tettoia adiacente alla fermata del pullman.

Appello, distribuzione racchette ed ARTVA, cancelletto individuale e poi via con i capi gita del giorno Alberto, Giovanna e Domenica distribuiti lungo la fila.

Ben presto si prende il sentiero sulla destra (sempre ottima la segnaletica in valle) che si inerpica subito con un tratto severo. Pina e Paola mi chiedono con il fiatone se sarà tutto così. Le rassicuro: forse sarà anche peggio!

La salita, in mezzo alla pineta, continua sotto una nevicata che con il passare del tempo rende l'ambiente sempre più "fiabesco".

Unica nota stonata: la neve bagnata, pesante, rende la progressione difficoltosa creando sotto le racchette uno spesso zoccolo appiccicoso. Pina entra in una fase di stanchezza e Laura le fa da "tutor" precedendola ed impostandole un passo più corretto per le sue forze disponibili.

Piano piano andiamo avanti. Ecco, il bosco si dirada ed il sentiero o meglio la traccia sbucca nella spianata del piano inferiore di Verra.

Qui la neve è padrona assoluta. Una sola traccia che ben presto scompare. Non resta

che continuare il cammino alternandoci in testa al gruppo. Ben presto Luciano e Laura passano alla testa del gruppo e non la lasceranno più se non dopo la fine del percorso fatto.

In fondo al piano un gruppo di case diventa il nostro obiettivo; qui alcuni di noi decidono di fermarsi.

Il resto del gruppo segue i due apripista che infaticabili, seguendo un tracciato estivo appena intuibile, tralasciano la strada e si inoltrano nuovamente nel bosco.

Sento inesorabile e faticosa (quanti aggettivi si potrebbero usare per descriverla) la nostra progressione.

Si incontra nuovamente la strada che conduce al piano di Verra Superiore, che lasciamo ben presto seguendo una esile traccia che di nuovo entra nel bosco.

Certi tratti sono veramente impietosi! Proseguire fino al "traguardo" del lago Blu sarebbe veramente troppo e ad un certo punto decido con Laura di comunicare a tutti i partecipanti lo stop definitivo.

Ci si rilassa con uno spuntino veloce ed una bevanda calda.

Apprezzo Patrizia, Paola e tutti gli altri che



nonostante la fatica sono riusciti a seguirci fin quassù e percorrendo un dislivello di circa 550 metri distribuiti su un discreto sviluppo: bravi!

La sosta non è troppo lunga, non indugiamo troppo. Chiedo a Domenica se vuole prendere lei la testa del gruppo. Va via subito seguita alla spicciolata da tutti gli altri.

Chiudo la fila non prima di aver comunicato agli altri, fermatisi prima, via radio, il nostro ritorno.

La neve quasi smette di cadere, il cielo sembra schiarirsi.

E quindi... giù!... senza patemi raggiungendo gli altri amici che ci aspettano ai piani di Verra Inferiore ed una volta qui, tutto il gruppo nuovamente riunito torna alla "base" con l'unico brivido di uno scivolone malandrino di Piero.

Alle macchine saluti e baci (tanti) frettolosi... tutti hanno infatti voglia di tornare alle loro (calde) case.

Raccolgo ARTVA e racchette aiutato da Giovanna, mi cambio e raggiungo un gruppo di irrinunciabili che mi attendono in una locanda lì vicino: un toast, una bella birra e poi via.

Mi aspetta un rientro a casa un po' rallentato dal traffico. Faccio però in tempo a notare ed apprezzare ancora una volta l'efficienza dei valligiani: le strade sono tutte ben pulite!

A casa quindi... sperando di ritrovare queste belle persone di oggi in una prossima gita futura.

Franco Griffone





Pistaaa ! *la rubrica dello Sci di fondo*

Al solito, un po' assonnati, ci ritroviamo alle ore 06,45 circa nel piazzale del Maffei.

Con un sorriso e un saluto accogliamo i nuovi allievi che arrivano alla spicciolata.

Alla reception, io e Mario ci occupiamo della sistemazione delle sacche portasci nel portabagagli del pullman, stando bene attenti a non imbarcare altri fondisti della "concorrenza" (es. UGET); è già accaduto. Qualcuno ci prova anche oggi, ma il nome non ci torna tra i nostri, così lo rispediamo nella "casella" giusta.

Saliti sul pullman, i nostri, prima di prendere posto, ricevono il saluto di Ornella e Luisa che spuntano i loro nomi dall'elenco iscritti. Fatto il controllo di rito, scopriamo che ci sono diversi assenti. Qualcuno ci ha appena telefonato che è in ritardo.

Piero comincia a scalpitare: "Ma cosa aspettiamo a partire!"(è solo una delle passabili esclamazioni, le altre ve le risparmiamo). Sono le 07,15 quando, finito il giro delle telefonate, scopriamo che l'ultima fondista assente dice di essere già a bordo del pullman. Infatti lo è, ma non nel nostro, bensì in quello della concorrenza (che per fortuna non si è ancora mosso dall'altro lato del piazzale).

Recuperiamo il "disertore" passato al nemico e relativa attrezzatura e, finalmente, all'alba delle 07,30 circa, partiamo alla volta di Ceresole Reale. Piero tace, probabilmente ha esaurito il repertorio delle imprecazioni.

Il nostro Direttore (Luigi), invece sente il dovere di richiamare pubblicamente i ritardatari ed i

*Ceresole Reale...
ovvero il giro del lago con gli sci!*

distratti, invitandoli ad una maggiore puntualità e rispetto degli altri, ossia quelli che sono arrivati puntuali.

Il viaggio si svolge tranquillo. Qualcuno riesce persino a chiudere un occhio, prima che le nostre efficientissime cassiere partano per il giro "salasso".

Superata Noasca, dove sfioriamo alcuni balconi del 1° piano, affrontiamo i famosi quattro tornanti. Qui viene fuori la bravura del conducente (capita anche con "Giachino") che, in alcuni tornanti particolarmente stretti, è costretto a far manovra e lo fa con maestria.

I viaggiatori ringraziano con un sonoro applauso. Finalmente alle 09,00 in punto giungiamo al Centro fondo di Ceresole.

Prima di scendere dal pullman, agli allievi vengono date le informazioni sul programma delle lezioni per le classi di principianti, avanzato e skating.

Dunque, si parte all'assalto del bar e dei servizi del Centro fondo (che è piccolo).

Arriva anche il pullman dei soci del Gruppo ALFA, che da anni ci seguono nelle uscite di sci di fondo.

Il Centro si riempie di voci, di colori, di saluti e di profumi (il cappuccino caldo appena servito, il croissant appena sfornato...).

I vetri del Centro fondo si appannano, lasciando fuori un mondo freddo e ovattato nel quale, a breve, ci tufferemo. Il personale del Centro si dà un gran da fare per soddisfare le varie richieste che arrivano contemporaneamente dal gran n. degli avventori: noleggio sci, colazione, informazioni generali, pianta delle piste, etc.

Alle 10 circa la classe di skating è pronta per la lezione con la Maestra Francesca.

Noi accompagnatori ci dividiamo in due gruppi. Enrico e Luigi accompagnano i principianti per un giro di riscaldamento lungo i tracciati sotto la Diga. Io prendo quelli del corso "avanzato" che hanno lezione alle 12. Saliamo con calma sull'itinerario che ci porta al lago.

Ci precede un gruppo di fondisti veterani Uetini diretti al Rifugio Mila.

La giornata è bella, ma fredda. Il sole non raggiunge ancora l'area delle piste sotto alla

diga. Anche se non c'è molta neve (20-40 cm., a seconda delle zone), le piste si presentano in buone condizioni.

Bisogna riconoscere che è stato fatto un buon lavoro da parte del Gestore, sia sotto alla diga che attorno al lago.

Con un po' di fatica superiamo le ultime rampe e giungiamo al lago. Veniamo premiati; siamo finalmente al sole. Il paesaggio che si apre davanti a noi è molto bello. Vengono fuori i telefonini e via alle foto di gruppo. Si sono fatte le 11,30; salutiamo i fondisti che vanno al "Mila".

Io e quelli del corso "avanzato" volgiamo gli sci verso valle e iniziamo il rientro al Centro fondo.

Durante la discesa ho modo di verificare la capacità acquisita dagli allievi nell'uso dello spazzaneve con cambio di direzione. Qualche allievo si mostra abbastanza sicuro nel controllo degli sci. Qualche altro, invece, acquistata velocità, segue i suoi sci con ineluttabile rassegnazione e puntando decisamente un dorso innevato, che vede come unica salvezza, prova a fare strike con gli altri colleghi, cosa che riesce piuttosto bene.

Che peccato non avere una macchina foto a portata di mano!

Giunti al Centro, dopo una piccola pausa di riagggregazione, io Mario, Enrico e un folto gruppo di volontari del 2° giro siamo pronti per fare il percorso completo del lago.

Si riparte, ciascuno con la sua tecnica: chi con un buon skating, chi in tecnica classica, chi (come il sottoscritto) in stile libero (lo so che si usa nel nuoto). L'importante è salire fino alla diga; 20 minuti circa e siamo di nuovo al lago a goderci gli ultimi raggi di sole che si riflettono sulla neve e sulla superficie ghiacciata del lago immobile, che sotto nasconde un mondo addormentato e vivo.

Si va in piano, la pista segue la sinistra orografica del lago. Alle 13,15 circa siamo al Mila. Qui, Enrico e Mario decidono di proseguire senza fare sosta. Io e il resto del gruppo (circa una decina di fondisti) decidiamo di fare una pausa ricreativa e di riflessione (Noi Uetini, ogni tanto, abbiamo bisogno di riflettere...) magari davanti a una



buona birra e ad un robusto panino spek e formaggio.

Intanto che” riflettiamo”, il sole è andato giù e noi andiamo dentro al confortevole clima del Rifugio.

Alle 14,15 circa, dopo aver spento tutti gli allarmi interni, rimettiamo gli sci in pista e puntiamo verso la diga. La sciata è lenta, rilassata e meditata, anche perché la birra fa il suo corso.

Ce la godiamo proprio, anche se la temperatura sta scendendo e l'aria tersa e fredda ci ricorda che siamo ai piedi del Gran Paradiso.

Giunti alla diga, c'è da decidere se puntare a destra verso la pista nera, oppure attraversare la diga e scendere dal tratto fatto in salita (meno frizzante dell'altro). Optiamo per questa seconda soluzione.

La discesa è entusiasmante, in un quarto d'ora circa siamo al Centro fondo, c'è il tempo

per fare ancora un giro della parte bassa, dove incontriamo Francesca che sta terminando la lezione con i principianti.

Arriviamo così al pullman. Il tempo di cambiarci, caricare l'attrezzatura a bordo e recuperate le bottiglie sepolte nella neve; alle 16,30 circa si parte per Torino. A bordo i fondisti sono stanchi, ma soddisfatti.

Come da tradizione, subito dopo la partenza e appena superati i primi tornanti che ci portano a Noasca, inizia la distribuzione di bugie, crostate e altre delizie bene annaffiate con spumanti e vini vari. Alle 18,00 in punto siamo al Maffei.

Possiamo dire che è andato tutto bene ed è stata una bella giornata trascorsa piacevolmente sulla neve.

Arrivederci quindi a Torgnon!

Beppe Previti

La bella Caterina

C'era una volta, in un paese di montagna dalle nostre parti, un vedovo con una figlia ancora piccolina che si chiamava Caterina.

Quest'ultima aveva una madrina che, ogni volta che la incontrava, non mancava mai di ripeterle: "Devi dire a tuo padre di sposarmi e vedrai che con me starai come una regina".

La bambina era convinta che le volesse bene e si fidava pienamente di lei tanto che, dopo un po' di volte, finì per dire al padre che la madrina lo voleva sposare per farle da mamma.

Il papà, che era stanco di stare da solo, non fece molte resistenze e perciò si celebrarono presto le nozze.

Per un po' la madrina mantenne la parola data e trattò sempre bene Caterina. Ma poi ebbe due figlie tutte sue e cominciò a trascurare la figlioccia, per dedicarsi tutta a loro.

Con il passare degli anni, Caterina, che adesso è una ragazza, diventa lo zimbello di casa a cui vengono addossati tutti i lavori, anche quelli più pesanti.



Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

Un giorno la madrina-matrigna la manda nel bosco a pascolare la capra e in più le dà una libbra e mezza di canapa dicendole che deve filarla tutta prima del suo ritorno. Quando è sul posto, Caterina guarda la canapa e capisce che non ce la farà mai e che per questo a casa l'aspettano le botte.

Scoppia a piangere a dirotto ed ecco che la capra, con una voce in falsetto, si mette a parlare all'improvviso: "Ma cos'hai da piangere così tanto?"

"La mamma mi ha dato tutta questa canapa da filare prima di sera, ma io non ce la farò mai!", risponde Caterina che, nonostante i maltrattamenti della madrina-matrigna, continuava a chiamarla mamma.

"Non preoccuparti, ci penso io! Tu devi solo portarmi dove l'erba è più alta e, dopo che avrò mangiato a sufficienza, mettimi tutta la canapa sulla testa e vedrai che sarà pronta in un momento", ribatte la capra.

La ragazza esegue a puntino gli ordini della capra che, con le corna, fila tutta la canapa in un battibaleno.

Quando se ne tornano a casa, Caterina trova sulla portala madrina-matrigna che le fa: "E allora, della canapa che ti ho dato quanta ne hai filata?"

"L'ho filata tutta: eccola qua", le risponde la ragazza.

La megera rimane allibita e neanche tanto convinta e così, il giorno dopo, per metterla alla prova, le dà tre libbre di canapa da filare.

Stessa scena con la capra, che si fa portare dove l'erba è più folta e, anche questa volta in quattro e quattr'otto la canapa è pronta.

Ma la madrina-matrigna è tutt'altro che contenta perché non riesce a spiegarsi come sia possibile che una ragazzina faccia da sola il lavoro di tre donne grandi.

"Ma se c'è qualcuno che l'aiuta, chi può essere?"

Dove va al pascolo, non c'è nessuno se non la



capra..." pensa tra sé e sé.

E comincia a frullarle per la testa un pensiero fisso: e se fosse proprio quello stupido animale a darle una mano? Alla sera, facendo finta di niente, quando sono a tavola dice al marito: "Dobbiamo ammazzare la capra, che non fa più latte e non serve a nulla. Se aspettiamo ancora, sarà così dura che non la potremo neanche mangiare".

Subito dopo, Caterina va a trovare la sua amica e si mette a piangere.

"Ma di nuovo! E cosa c'è questa volta?" le chiede la capra.

"Piango per te, perché la mamma ti vuole ammazzare!", le risponde la ragazza.

"Pazienza, tanto ormai sono abbastanza vecchia e la mia vita l'ho fatta. Però sta' bene attenta: quando sarò morta, non devi mangiare assolutamente la mia carne. Devi invece raccogliere per bene le mie ossa e metterle da parte in un cesto: quando avrai bisogno di qualcosa lo chiederai alle mie ossa e avrai tutto ciò che desideri", ribatte la capra.

La bestiola viene cucinata e portata in tavola: Caterina fa finta di non aver fame e poi, siccome tocca sempre a lei lavare i piatti, ha tutto il tempo per nascondere le ossa, proprio come le aveva chiesto la capra.

Molto tempo dopo, suo padre, che è un commerciante e che non sta quasi mai in casa, deve partire per uno dei suoi viaggi. Allora chiama Caterina per chiederle: "Cosa l'vuoi che ti porti in regalo?"

"Non voglio niente, ma se passi dalle parti di Torino, porta i miei saluti alla zia", risponde la ragazza.

Il padre arriva a Torino e va a trovare la zia: "Buongiorno a voi: Caterina vi manda i suoi saluti".

E voi portatele i miei, con questo piccolo regalo", risponde la zia che gli da una noce da portare alla ragazza.

Il padre resta un po' interdetto ma, quando torna a casa, chiama subito Caterina: "Questa noce te la manda tua zia di Torino".

La ragazza se la porta subito in camera sua: la schiaccia e ci trova dentro un bellissimo vestito di seta.

Arriva la domenica. La madrina-matrigna è

tutta presa a lustrare e agghindare le sue due figlie per poi portarle alla messa cantata. Alla fine si ricorda di Caterina e le chiede: "E tu non vieni?"

"No, perché non ho niente da mettermi!", risponde la ragazza che, dopo la morte della capra, se ne sta sempre in casa dove lavora a più non posso tanto da sembrare una stracciona.



Dopo che sono uscite, Caterina sale in camera sua, si ripulisce per bene e poi indossa il suo bellissimo vestito di seta. Quindi va davanti al cesto dove tiene le ossa della capra e dice: "Ossa mie belle, fate di me la più bella tra le belle!"

E si trasforma subito nella ragazza più bella del mondo.

Poi va anche lei alla messa cantata che era quella frequentata dalle persone più importanti. Tra gli altri arriva anche il figlio del re, che vede quell'amore di ragazza e si prende per lei una cotta fortissima.

Caterina va a mettersi nel banco delle sorelle e, ad un certo punto, dopo essersi soffiata il naso, lascia cadere il fazzoletto.

La sorella più grande, che l'ha per non niente riconosciuta e che la crede una signora, si piega subito per raccattarlo, ma Caterina le dice: "Non fa niente, tenetevelo pure, ve lo regalo".

A messa finita, Caterina corre a casa per prima, sale a togliersi il vestito e poi, dopo essersi messa davanti al cesto delle ossa, esclama: "Ossa mie care, quella di prima fatemi tornare!".

Nel frattempo rientrano le sorelle con la madre. E la più grande dice subito a Caterina: "Hai fatto male a non venire... C'era una signorina che faceva girare la testa a tutti per quanto era bella e pensa che proprio lei ha voluto regalarmi il suo fazzoletto di pizzo!".

"Ma... può darsi che fossi io!", le risponde Caterina.

Tutte scoppiano a ridere e pensano che si tratti di uno scherzo.

Stessa scena la domenica seguente, con Caterina che si rimette il vestito di seta e che chiede alle ossa di farla diventare la più bella ai tutte.

Alla messa cantata poi, lascia di nuovo cadere il fazzoletto e questa volta lo regala alla sorella più piccola. In chiesa c'è anche il figlio del re sempre più innamorato e che non le stacca gli occhi di dosso.

All'uscita ci sono però le sue guardie, che hanno l'ordine di fermarla in tutti i modi, prima che sparisca nel nulla come l'altra volta.

Ma Caterina se l'era immaginato e per questo si è portata dietro un sacchetto di crusca: all'uscita io butta in faccia alle guardie e, mentre loro si strofinano gli occhi, riesce a scappar via.

A casa chiede alle ossa di farla tornare come prima, giusto in tempo per assistere all'arrivo della madre e delle sorelle.

Questa volta è la più piccola ad essere su di giri: "Cosa ti sei persa, Caterina!

C'era di nuovo quella bellissima signorina e il fazzoletto coi pizzi l'ha regalato a me!"

E Caterina risponde: "Può darsi... che fossi io!"

Dopo un po'di tempo, il padre parte per uno dei suoi viaggi. Chiama allora Caterina: "Cosa vuoi che ti porti per regalo?"

"Non ho bisogno di niente, ma se passate da Torino, salutatemi la zia", gli risponde la ragazza.

L'uomo arriva a Torino e va subito dalla zia: "Caterina vi manda i suoi saluti".

"Ricambiateli di cuore, con questo piccolo regalo da parte mia", risponde la zia, dandogli una mandorla da portare a Caterina.

Quando torna a casa, il padre chiama subito Caterina: "Tanti saluti da tua zia, che mi ha dato questa mandorla per te".

La ragazza si ritira subito in camera sua, schiaccia la mandorla e vi trova dentro un paio di scarpette di cristallo proprio della sua misura.

La domenica dopo, stessa storia. Dopo essersi messa il vestito di seta e le scarpette di cristallo, Caterina va davanti al cesto per chiedere: "Ossa mie belle, fate di me la più bella tra le belle!"



Alla messa cantata c'è il figlio del re, che non la perde d'occhio un momento e che fuori ha messo di nuovo le sue guardie per fermarla all'uscita.

Ma Caterina, che è troppo furba, si è portata dietro un sacchetto di monete e quando passa

davanti alle guardie, gliele butta in faccia: queste si mettono a raccoglierte, lasciandosela scappare ancora una volta.

Ma, nella fretta, Caterina perde una scarpetta di cristallo che viene subito portata al figlio del re.

Quest'ultimo si fa accompagnare dalle guardie in tutte le case del regno, con una precisa intenzione: "La ragazza, a cui andrà, giusta questa scarpetta, sarà mia moglie".

Ma, dopo aver girato per giorni e giorni, se ne tornano al castello con le pive nel sacco.

Intanto Caterina, anche quando era in casa, ci aveva preso gusto a indossare il vestito di seta e a chiedere alle ossa di trasformarla nella ragazza più bella del mondo e lo faceva tutte le volte che poteva stare da sola nella sua stanza.

Ed ecco che un giorno, il figlio del re e le sue guardie riprendono le ricerche e arrivano finalmente alla casa di Caterina, che era un po' fuori mano, proprio mentre la ragazza è chiusa nella sua stanza.

La madrina-matrigna, già a conoscenza della cosa, fa subito misurare la scarpetta alle due figlie, ma, anche se cercano di ritirare le dita per dare l'idea di avere il piede più piccolo, non gli calza proprio.

"Avete solo queste due figlie?", chiede allora il figlio del re.

"A dire il vero, ce n'è ancora una, ma è così mal messa e sporca che ci vergogniamo a farla vedere", gli risponde la donna.

"Fatela venire qui e, se le andrà bene la scarpetta, la sposerò", replica il figlio del re.

Caterina, che ha ascoltato tutto, si sente chiamare dalla mamma e allora le grida più per le scale: "scendo subito, finisco solo di vestirmi".

"Ma non puoi far aspettare della gente così importante. Molla quello che stai facendo e vieni giù", ordina la madrina-matrigna.

"E allora vengo giù come mi trovo", ribatte Caterina, che scende le scale con il vestito di seta e con la scarpetta di cristallo che le è rimasta, mentre dall'altro piede è scalza.

"Ma è proprio la ragazza che sto cercando! E' lei che ha perso la scarpetta!", esclama il figlio del re, riconoscendola subito.



E fu così che si sposarono con un grande banchetto e vissero per sempre felici e contenti.

E, siccome Caterina non aveva più detto alle ossa: "Ossa mie care, quella di prima fatemi tornare" rimase per sempre la più bella ragazza del mondo.

Mauro Zanotto



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

Coniugato, con due figlie sposate e due nipoti, Sergio Vigna ha sempre scritto, ma solamente dal 2000, anno in cui ha smesso di girare l'Italia e parte d'Europa come direttore commerciale di un'azienda tessile, si è dedicato in modo più continuativo alla scrittura.

Il suo primo libro è stato per ragazzi, "Rasim", seguito dal primo libro per adulti, "Prodigio a piè dell'Alpi" (introduzione di Federico Audisio Di Somma) e dal suo secondo libro per adulti, "La lunga strada" (introduzione di Alessandro Barbero).

In questi anni Sergio Vigna ha scritto molto per giornali ed associazioni, vincendo premi letterari regionali e scrivendo una pièce teatrale rappresentata al teatro Juvarrà di Torino.

Ha appena terminato un nuovo romanzo per adulti che uscirà in autunno.



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

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

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

Federico Audisio di Somma

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

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

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

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



Al tempo della guerra fredda

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

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

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

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

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

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

Margherita Oggero



l'ultimo capolavoro di Sergio Vigna...

“Trabant 89” !

Sergio Vigna

Trabant 89



**Prefazione di
Margherita Oggero**

arabAFenice



Quante volte nelle nostre escursioni montane abbiamo attraversato il bosco.

E' un'emozione camminare in silenzio nel bosco e ascoltare tutti i suoni che provengono dai punti più disparati che, a volte, si fanno inquietanti, soprattutto sul far della sera. Il bosco ha sempre qualcosa di nuovo e bello da mostrarci durante tutto l'anno.

Ricordo, ad esempio, il bosco di faggi che attraversammo durante una nostra escursione primaverile in Valle Uzzone nella Langa cuneese, quando improvvisamente ci apparve e poi scomparve in tutta velocità un cinghiale quasi scosso dai nostri passi. Evidentemente lo avevamo proprio disturbato.

Un altro pensiero mi riporta al bosco antico di pino cembro dell'Allevè che visitammo durante una gita invernale con racchette in Val Varaita. Ricordo ancora il profumo dell'aria! Nel passato i semi rappresentavano una importante risorsa alimentare per la popolazione che viveva nella alta valle.

E poi come non ricordare lo splendido bosco di larici che usualmente noi uetini attraversiamo quando saliamo nel Parco Orsiera Rocciavrè durante le nostre visite al rifugio Toesca.

I boschi che solitamente percorriamo tutto l'anno sono esempio di grande bellezza della Natura.

Durante un'escursione autunnale, attraversare un bosco mi dà un senso di pace e tranquillità e soprattutto mi rilassa ascoltare con serenità i meravigliosi suoni della natura, come il soffice fruscio delle foglie secche calpestate nella camminata o come il suono del vento che muove le chiome dalle innumerevoli sfumature di giallo e marrone facendo oscillare i rami sottili degli alberi.

Anche in primavera, quando sbocciano i primi fiori in montagna, il bosco ci riserva una grande e sorprendente varietà di colori vivaci, ma anche le voci degli animali e degli uccelli, il rumore dell'acqua che scorre.

I boschi hanno sempre rappresentato una risorsa naturale importante per i valligiani e, con il nuovo millennio, è maturata una considerazione del bosco intesa non solo

come bene collettivo da proteggere, ma anche risorsa da valorizzare.

Economicamente il patrimonio forestale è un prezioso valore paesaggistico perché fornisce materia prima per i suoi innumerevoli utilizzi e poi perché è una risorsa per la difesa stessa del suolo.

Pensiamo agli utilizzi manifatturieri e artigianali del legname, all'impiego del legname come fonte di energia rinnovabile, alla garanzia che il legname rappresenta per il clima, per il turismo, per il paesaggio, per le attività ricreative e salutistiche.

Come dimenticare il bosco di pini silvestri e larici di Pracatinat in Val Chisone, un vero polmone che copre tutta la terrazza di Pracatinat. Tant'è che negli anni '30 per il dilagare della tubercolosi un ristretto comitato di persone ritenne di realizzare un sanatorio in alta montagna.

La necessità di intervento per il mantenimento dei boschi piemontesi al fine di ridurre la densità dei soggetti arborei, di favorire la crescita di esemplari e di proteggere i versanti boscosi utili a rinforzare il terreno montano da dissesti naturali ha spinto la Regione Piemonte a tutelare e riqualificare la figura del boscaiolo e dell'operatore forestale.

Ogni bosco ha una propria biodiversità, vale a dire una diversità biologica, ed è una "banca" del patrimonio genetico naturale.

Per questi motivi superato un periodo in cui si pensava che i boschi dovevano essere lasciati a se stessi, senza intervenire e quindi lasciati alle proprie dinamiche evolutive, pian piano si sta passando a una linea gestionale per un corretto intervento selvicolturale al fine di evitare un progressivo invecchiamento dei soprassuoli, con caduta inevitabile a terra della maggior parte delle piante e danni all'ambiente e inconvenienti per la collettività.

Dunque si impone la gestione del bosco intesa come selvicoltura attenta agli equilibri ecologici e alle potenzialità reali di ogni bosco

e foresta, appunto definita “selvicoltura naturalistica”.

Di conseguenza, svolgere la selvicoltura significa interagire con il bosco per ottenere benefici massimizzando la funzionalità bioecologica del bosco.

Per perseguire questo obiettivo è indispensabile conoscere le dinamiche evolutive del bosco attraverso l’osservazione dello stato attuale del bosco.

Quindi significa monitorare le fasi di accrescimento, invecchiamento, rinnovo e le modificazioni nella composizione specifica e strutturale del bosco.

In tal modo si possono capire le dinamiche che permettono benefici attesi e quindi economicamente perseguibili.

Rimanendo ai limiti della funzionalità ecologica dell’ecosistema, verranno operate delle correzioni alle dinamiche con interventi selvicolturali.

Certo è che queste politiche volte a valorizzare e proteggere i nostri boschi montani e anche collinari richiedono cospicue risorse economiche, vuoi per gli alti costi legati alle tecnologie vuoi per i costi legati alla ricerca e innovazione.

La selvicoltura si avvale di supporti infrastrutturali ma anche di specifiche professionalità. Infatti per fare selvicoltura prossima alla natura è necessario che i macchinari e gli operatori possano



intervenire in modo agile e con il minor impatto ambientale possibile.

Attraverso strade, piste, aree di deposito, rifugi montani sono possibili interventi capillari, ecologicamente sostenibili ed economicamente vantaggiosi.

Formazione professionale e aggiornamento continuo dei tecnici e degli operatori sono quanto mai indispensabili.

Una seria organizzazione della pianificazione forestale è di fondamentale importanza per interagire con il “sistema bosco”, al fine di preservare nel patrimonio piemontese questa grande ricchezza che è il bosco.

Così le prossime generazioni potranno emozionarsi come noi quando attraverseranno il bosco durante un’escursione montana!

Laura Spagnolini

*Sebastiano si smarrì nel bosco...
il sole scese dietro le nubi.*

*Sebastiano restò seduto ad aspettare il nuovo giorno e, per la prima volta,
conobbe i rumori della foresta.*

*Stormire di foglie, cigolio di rami piegati dal vento, fruscio di foglie secche sul
suolo, rumore di rami secchi, foglie e pigne che cadevano a terra, rumore di un
uccello grande che si alzava in volo, rumori di scoiattoli o faine o volpi o lepri che
attraversavano la foresta, ticchettio di insetti che urtavano
e camminavano sui tronchi.*

*A intervalli il ronzio di una grossa zanzara, il fruscio, forse di una biscia notturna,
il grido di una civetta, il dolce canto dei grilli...
ma due o tre volte, quella notte, ci fu il vero silenzio, il solenne silenzio degli
antichi boschi.*

D. Buzzati, da Il segreto del bosco vecchio, 1935

*Entorno al fòch se canta,
entorno al fòch se varda,
entorno al fòch se parla,
se dis come la va.*

Boia de 'na minestra; bòi, bòi, bòi

*Se smorza 'na fiamèla,
se 'n piza 'n tòch de zoca,
se tira 'n qua la boza,
e sa sta lì a vardar.*

Boia de 'na minestra; bòi, bòi, bòi

*Se pensa a la morosa,
a nossa pòra mama,
e 'n piza n'altra fiamma
che la va drita al cor.*

Boia de 'na minestra; bòi, bòi, bòi

*Su per la capa nera
'na fila de comete;
per tute 'ste lumete
se se pòl desmentegar.*

La bòie

Su un testo ed una melodia di Mansueto Pedrotti (1873-1926), Arturo Benedetti Michelangeli, con il suo solito estro e la sua consolidata bravura, ha prodotto un'armonizzazione che tiene testa ad altre considerate più "impegnate".

In dialetto trentino (forse l'autore è anche lui della stirpe dei Pedrotti della SAT) il canto vuole rappresentare dei momenti di tranquillità e di serenità all'interno di una famiglia, in un periodo a cavallo fra '800 e '900.

Il protagonista è il focolare che, da sempre, è considerato il simbolo della famiglia e, per come viene descritto dall'autore, è uno di quei focolari dei quali oggi rimangono, purtroppo, solo pochi esemplari.

Tutto l'ambiente è destinato a questa funzione ed è circondato da una panca di legno su tre lati; al centro arde sempre un fuoco, tenuto sempre basso per risparmiare la legna; il soffitto non è orizzontale ma, dalla sommità di ogni parete, si alza e converge, a forma di piramide, verso un punto più alto dove inizia la canna fumaria; e questo soffitto, che è poi una cappa, è tutto nero da anni di fumo.



Canta che ti passa !

La rubrica del Coro Edelweiss

Accanto al fuoco, o sopra di esso, si trova sempre qualche tegame nel quale bolle, lentamente "borbottando", qualcosa, forse una minestra a base di prodotti della campagna.

Tutt'attorno, seduti sulla panca, i componenti la famiglia parlano e ricordano i momenti, allegri o tristi, della loro vita e di coloro che li hanno preceduti. E c'è sempre chi tenta un canto e chi, invece, resta come ipnotizzato dalla fiamma.

Il fuoco, ad un certo momento, cala d'intensità e, allora, qualcuno pensa a ravvivarlo e ad aggiungere un ciocco provocando così il formarsi di tante faville che, simili a piccole comete, s'innalzano verso il cielo attraverso la cappa annerita dal fumo. Né manca chi coglie l'occasione di prendere una bottiglia di vino da bere in compagnia.

Ogni strofa è alternata ad un ritornello che, completamente diverso nel ritmo, tiene in sospeso gli ascoltatori perché le sue parole sembrano invocare una minestra che continua a bollire e che non è mai pronta.

Questo elemento della minestra, forse troppo poca per i numerosi membri, e, probabilmente, anche piatto unico, può ingannarci sul tipo di famiglia che, appunto per questi elementi, se valutati con metro odierno, potrebbe essere ritenuta povera.

Ma se pensiamo qual era il tenore di vita, specialmente nelle campagne ed in montagna solo cinquant'anni fa, scopriamo che anche le famiglie benestanti non scialacquavano certamente e che il piatto unico di minestra era cosa abituale nei giorni feriali.

Se poi consideriamo anche la bottiglia di vino, che non molti si potevano permettere, allora possiamo dedurre che il focolare ("fogher", "fogolar", "fogoler") si trova in una casa non povera.

Valter Incerpi



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

A chi non piace la trippa?

La trippa è sicuramente una delle ricette di frattaglie più conosciute non solo per la facilità con cui si prepara, ma anche per il suo sapore semplice ma allo stesso tempo deciso. La trippa è sempre stata, fin dall'antichità, un alimento molto consumato ad esempio in Toscana, ed in particolar modo a Firenze con la sua "trippa alla Fiorentina" dove ancora oggi è molto apprezzata.

Quello che sappiamo della trippa alla Fiorentina è che, anche se preparata con ingredienti "modesti", il Maestro Martino, grande cuoco del XV secolo, autore de "Arte coquinaria", la consegnò a Bartolomeo Sacchi che ne favorì la diffusione.

La trippa è una pietanza che fa parte della tradizione gastronomica italiana, esistono diverse varianti da nord a sud Italia come la trippa alla Milanese, la trippa alla Romana, la trippa in bianco.

Ed è per celebrare questo antico piatto della tradizione popolare, che questo mese voglio proporvi proprio queste ricette, sicuro che non potranno che appassionare Voi ed i vostri commensali, purché a qualcuno... "non piaccia la trippa"...

E Buon appetito!

Trippa alla Fiorentina

INGREDIENTI (per 4 persone)

- Olio 1/2 bicchiere
- Burro 30 g
- Sedano 1 gambo
- Carote 1
- Cipolle 1
- Vino bianco 1/2 bicchiere
- Parmigiano reggiano 100 g
- Aglio 1 spicchio
- Pepe a seconda dei gusti
- Trippa precotta 1 kg
- Pomodori pelati 300 g
- Alloro 3 foglie



Il mestolo d'oro

Ricette della tradizione popolare

PREPARAZIONE

Per preparare la trippa alla fiorentina per prima cosa procuratevi dal vostro macellaio di fiducia della trippa già pulita ed anche parzialmente lessata.

Affettate la trippa sottile, lavatela per bene sotto l'acqua corrente e lasciatela scolare bene in un colino.

Occupatevi ora del soffritto: sbucciate la carota e tagliatela a fette molto sottili per il senso della lunghezza, quindi ricavate dei cubetti. Lavate la costa di sedano, eliminate la membrana filamentosa esterna con il pelapatate. Dividete la costa a metà e tagliatela a cubetti piccoli. Sbucciate la cipolla, dividetela a metà, e riducetela a piccoli dadini.

In un tegame, fate soffriggere l'olio e il burro insieme poi unite le verdure per il soffritto: il sedano, la carota e la cipolla, poi aromatizzate con le foglie di alloro e uno spicchio di aglio.

Fate rosolare le verdure a fuoco basso solo per 5 minuti perché poi si cuoceranno con la trippa, mescolando di tanto in tanto con un cucchiaio di legno.

Prima di aggiungere la trippa, togliete l'aglio con una pinza da cucina e questo punto aggiungete la trippa, fatela rosolare per insaporirla

Poi versate nel tegame il vino bianco che farete evaporare completamente.



Aggiungete ora i pomodori pelati, salate e pepate a piacere, coprite con il coperchio la pentola e portate a cottura la trippa bagnandola di tanto in tanto con del brodo caldo e girandola spesso, ci vorranno circa 2 ore (in alternativa per dimezzare i tempi potete usare la pentola a pressione).

A fine cottura spolverate con il Parmigiano Reggiano e lasciate riposare per 5 minuti.

Servite la trippa alla fiorentina ben calda accompagnandola con dei crostini di pane.

SUGGERIMENTI

Se volete gustare la trippa allo stesso modo dei Fiorentini non potete non assaggiare il *lampredotto*, un particolare panino "toscanissimo" (il semelle) riempito di trippa.

Lo potete trovare, in alcune zone di Firenze, come Via Cimadori o Piazza Frascobaldi, o ancora all' Arco di San Pietro, ai caratteristici carretti dei venditori ambulanti... assolutamente da provare!

Trippa alla Romana

INGREDIENTI (per 4 persone)

- Trippa 800 gr
- Carota 1
- Pomodori 400 gr
- Cipolla 1



- Gambo di sedano 1
- Pecorino romano 80 gr
- Menta qb
- Vino bianco ½ bicchiere
- Olio extra vergine di oliva qb
- Peperoncino qb
- Sale qb

PREPARAZIONE

Lavate molto bene la trippa e tagliatela a listarelle piccole. Se lo ritenete opportuno, potete farla bollire in un po' d'acqua per una decina di minuti.

Nel frattempo, affettate cipolla, carota e sedano e preparate un soffritto.

Scolate le trippe e incorporatele al soffritto, quando la cipolla avrà preso colore.

A questo punto, versate il mezzo bicchiere di vino e lasciate cuocere per 5 minuti circa.

Quando il vino inizia ad asciugare, aggiungete i pomodori tagliati a pezzi, tappate la pentola e fate cuocere per altri 40 minuti.

Durante questo tempo, tritate la menta e la mentuccia e grattugiate il peperoncino.

Quando mancano pochi minuti, incorporate questi ingredienti, insieme al sale, al pecorino e a un filo d'olio.

Trippa alla Milanese (büsèca in dialetto lombardo occidentale)

INGREDIENTI (per 4 persone)

- Trippa mista 1Kg
- Pancetta 40 gr
- Cipolla dorata 1
- Carote 2
- Gambo di sedano 1
- Rosmarino 1 rametto
- Salvia 4 foglie
- Vino bianco secco ½ bicchiere
- Burro 1 noce
- Brodo di carne 1 litro
- Fagiolini in scatola 150 gr

- Olio extra vergine di oliva 2 cucchiaini
- Polpa di pomodoro 3 cucchiaini
- Sale qb
- Pepe qb
- Parmigiano Reggiano qb
-

PREPARAZIONE

Lavate con acqua e aceto la trippa già tagliata a listarelle e asciugatela bene in uno strofinaccio per non far rilasciare l'acqua durante la cottura.

Ora preparate gli ingredienti: tagliate a pezzetti non troppo piccoli le carote, il sedano e la cipolla, la pancetta a cubetti e tritate finemente la salvia e il rosmarino.

Portate ad ebollizione un litro d'acqua con un dado per il brodo.

Intanto in una pentola fate rosolare la noce di burro con l'olio extra vergine d'oliva e la pancetta per circa 5 minuti, poi aggiungete il trito di salvia e rosmarino e le verdure a pezzetti.

A fuoco abbastanza vivace continuate per 10 minuti, dopodiché unite la trippa che dovrà rosolare bene per altri 10 minuti. Se rilascia

acqua dovete prolungare il tempo per rosolarla bene fino a quando non sarà asciutta.

Spruzzate il tutto con il vino bianco e dopo qualche minuto aggiungete tutto il brodo (che dovrà coprire la trippa) e la polpa di pomodoro.

Aggiustate di sale e di pepe e cuocete a fuoco basso con il coperchio per circa 1 ora.

Per ultimo aggiungete i fagioli e continuate la cottura ancora per una decina di minuti. Servitela calda e mettete in tavola abbondante parmigiano reggiano grattugiato da unire alla trippa.

Trippa in bianco con le patate





INGREDIENTI (per 4 persone)

- Trippa 600 gr
- Cipolla 1
- Carote 1
- Costa di sedano 1
- Olio d'oliva extra vergine 1/2 bicchiere
- Vino bianco 1/2 bicchiere
- Pinoli
- Olive taggiasche
- Timo fresco
- Scorza di 1 limone
- Patate 3

PREPARAZIONE

Tritate finemente la cipolla e mettetela in una casseruola o padella a soffriggere dolcemente con un paio di cucchiaini olio d'oliva.

Pelate la carota e pulite la costa di sedano. Tritate anch'essi finemente.

Aggiungete il trito di carota e sedano alla cipolla e lasciate soffriggere per un paio di minuti a fiamma bassa.

Sciacquate la trippa e sgocciolatela. Tagliate le trippa a fettine ed aggiungetela al soffritto.

Rosolate la trippa per un paio di minuti insieme al soffritto poi sfumate con il vino bianco.

Quando l'alcol del vino sarà evaporato aggiungete le olive, i pinoli e le patate tagliate a quarti lunghi, aggiungete 1-2 mestoli di acqua calda e lasciate cuocere la trippa a fiamma medio bassa e coperta per 30-40 minuti.

Quando la trippa è cotta, aggiungete del trito di timo fresco, una macinata di pepe nero e la scorza grattugiata di un limone, conferirà freschezza alla vostra trippa in bianco.

Mauro Zanotto

Al lupo! Al lupo!

**E nella macchia era tra i rovi un inquieto
guaiolar di lupi.**

(G. Pascoli, La piada, in Nuovi poemetti)



C'era una volta
Ricordi del nostro passato

Apriamo una parentesi di storia locale che si riferisce all'anno 1732, è anno di furiosa guerra... ai lupi, decretata dal Conservatore Generale delle Caccie di Sua Maestà, Giorgio Giuseppe Maria di Brichanteau. Oggi i lupi sono cari animali scontrosi e diffidenti che hanno ripopolato oltre agli Appennini anche un po' tutto l'arco alpino da quello orientale a quello occidentale, tenendosi alla larga dall'uomo, per manifestarsi quali realmente sono, normalmente solo ai gheppi, ai gufi reali e agli sparvieri.

Quando hanno una fame... da lupi si lanciano in branchi all'inseguimento dei daini e dei caprioli e se capita di qualche capo di gregge.

I bambini una volta sapevano, fin dai primi anni della scuola elementare, che questi animali associano il nostro profilo eretto al pericolo, e quindi fuggono a perdifiato al primo apparire dell'uomo; se l'uomo si avvicina superando una distanza di sicurezza, si allontanano e aggrediscono solo quando credono di non aver altra via di scampo. Basta quindi stare attenti a non far loro subire il trauma dell'incontro con l'uomo.

Perciò, se anche fosse successo che un bambino avesse incontrato un lupo, se ben erudito dalla sua maestra, questo si sarebbe allontanato lentamente, senza scomporsi, evitando di agitarsi per non spaventarlo.

Potrebbe anche succedere che il lupo, contro ogni principio della psicologia animale, si spaventi e aggredisca; sarebbe segno sicuro che è un animale malato, non più capace di rispondere agli istinti riflessi di fuga, e...

Nel Settecento però era tutto diverso.

I lupi agivano, in ogni occasione, sotto l'impulso dell'aggressività selvaggia, va' a sapere se perché erano incapaci di controllarsi o perché stavano ancora imparando ad associare il profilo eretto dell'uomo all'esperienza del pericolo.

Si spingevano in branco fin nei pressi dei

cascinali, irrompevano dove il gregge tranquillamente pascolava. Li vedevi arrivare col pelo irto e poi... servirsi.

Ma questo succedeva da tempo, tanto che il Comune di Giaveno, nel 1622, designando, in ottemperanza alla legge, degli "invigilatori di caccia", li aveva anche dotati di archibugi a ruota e fucili, perché potessero far fronte alle aggressioni dei lupi.

Nel 1629, per salvare i mandriani e i pastori del monte Bastia sopra Lanzo, dovette intervenire sant'Ignazio di Lojola in persona, circondato dalla gloria della sua santità, ma ostentando probabilmente anche la grinta del soldato che aveva fatto valere nella vita terrena, prima di imboccare la strada che lo avrebbe portato agli onori degli altari, meritandosi il bel santuario del Vittone e la devozione dei valligiani.

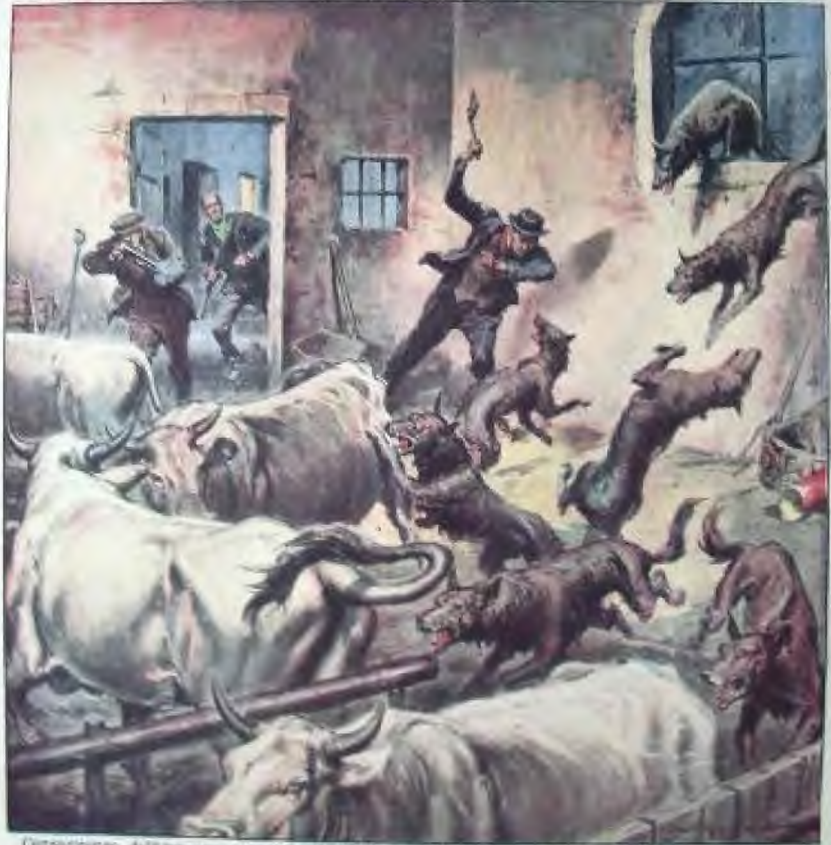
Nel 1686 sette persone vennero sbranate dai lupi a Candiolo; nel 1687, a Rivalta, una bambina di 12 anni fu dilaniata sull'aia (*in aeris, a fera pessima, idest a lupo*).

Nel gennaio 1700, fu inviato a Orbassano, con provvedimento eccezionale, addirittura un distaccamento di 14 soldati del reggimento di milizia d'ordinanza Schoulemburg per dar loro la caccia in una situazione di eccezionale pericolo.

Una frazione di Piosasco, denominata Lupi, deriva il nome da uno dei gruppi di case abitate da persone di cognome Lupo: non è escluso che le "*ferae pessimae*", dette lupi, non vi irrompessero frequentemente spinte dalla fame e abbiano lasciato ricordo delle loro incursioni nel cognome delle persone.

Insomma, nei secoli XVII e XVIII, a prescindere dagli eventuali incontri ravvicinati di terzo tipo con gli abitanti della frazione di Piosasco, i lupi non rispettavano nessuna distanza di sicurezza e frequentemente smentivano i sostenitori attuali della "ragionevolezza" degli animali selvaggi.

Non ci scandalizza quindi che nel 1732 ci



Conseguenze dell'inverno eccezionale. Spinti a valle dalla neve, i lupi sono comparsi in alcune zone dell'Appennino; penetrati in una stalla di un paesino dell'Emilia, dopo avere sbranato i cani, stavano azzannando i buoi, quando i contadini li affrontavano disperdendoli. (Disegno di M. Geronzi)

16 febbraio 1947

LA DOMENICA DEL CORRIERE

Conseguenze dell'inverno eccezionale.

Spinti a valle dalla neve, i lupi sono comparsi in alcune zone dell'Appennino: penetrati in una stalla di un paesino dell'Emilia, dopo avere sbranato i cani, stavano azzannando i buoi quando i contadini li affrontavano disperdendoli

fosse guerra vera tra uomini e lupi.

Una guerra strategica.

La fame caccia il lupo dal bosco? Bene, ordinava il Conservatore delle Caccie di Sua Maestà, diamogli la caccia saziando la sua fame.

Nell'archivio del Comune di Sangano esiste l'ordinanza di Giorgio Giuseppe Maria di Brichanteau, datata 2 gennaio 1732, che ordina alle comunità di dover <<nella caduta e esistenza delle nevi (nel Settecento "cadeva ancora la neve") immediatamente esporre sopra il territorio il qui sotto notato numero di Vacche, o sia Giorre preparate con ingredienti tossicanti, che luoro verranno spedite dallo Speciale (Speciale) di detta S.M. (Sua Maestà) in quella città residente, ed a fine ci possi constare dell'adempimento di quanto sopra, mandiamo a' rispettivi Segretari di dette

Comunità di farci tenere la relazione dell'intimazione, che di questo averan fatta a Sindaci delle medeme, come pure la fede, che le Comunità abbino adempito, ordiniamo pure a detti Segretari di notificarci il numero de Lupi, e altri animali di rapina, che saranno stati ritrovati morti nei luoro rispettivi territori e il tutto sotto le pene arbitrarie a detta S.M. (Sua Maestà)>>.

Sul modulo redatto dallo Stampatore di S.M., Valetto di Torino, segue, scritta a mano, l'ingiunzione: <<La Comunità di Sangano somministrerà una vacha secondo detto ordine>>.

Per il veleno somministrato alla mucca sacrificata per il bene comune, il podestà Tomaso Cuatto versò, a nome della comunità, 6 lire e 12 soldi il 23 gennaio, come ci informa Gio. Battista Pozzo Quanda, lo speciale che in



Uno strano assalto a un treno. Mentre procedeva a piccola velocità a causa di lieve neve sul tratto da Dubica (Bosnia) a Zagabria, un treno di viaggiatori veniva assalito da folli branchi di lupi affamati. Mentre parecchi andavano a cadere sotto le ruote del treno, scene di terrore accadevano fra i passeggeri che si barricavano nei carrozzoni. (Disegno di G. Biondini)

5-12 marzo 1922

LA DOMENICA DEL CORRIERE

Uno strano assalto ad un treno. Mentre procedeva a piccola velocità a causa della neve sul tratto da Dubica (Bosnia) a Zagabria, un treno di viaggiatori veniva assalito da folli branchi di lupi affamati. Mentre parecchi andavano a cadere sotto le ruote del treno, scene di terrore accadevano fra i passeggeri che si barricavano nei carrozzoni.

calce alla copia del decreto del Brichanteau sottoscrisse la ricevuta del pagamento.

Così il decreto del Conservatore Generale delle Caccie è sufficiente da solo a informarci su tutte le scellerate procedure di attuazione del provvedimento ordinario in circostanze di questo genere.

Il Comune, ricevute le disposizioni dal Conservatore

Generale, provvedeva le vacche stabilite secondo le circostanze per ogni comune.

Il tossico veniva appositamente preparato dallo speziale del luogo a ciò autorizzato; l'esca veniva portata con un carro sul luogo individuato come... terreno strategico.

Nel Libro dei Conti del Comune nel 1756 è segnata: <<compera d'una vacca stata avvelenata per distruzione de lupi per ordine del Conte Ganola>>.

Nel 1757 tra i creditori è registrato un rimborso spese <<A Giuseppe Doleatto prezzo della vacca mandata alla Comba per formazione del carraggio alla distruzione dei luppi ad ordine del Conte Ganola, fiorini 17>>.

In Val d'Aosta la caccia al lupo fu condotta senza sosta, anche in periodi di divieto di caccia per altri animali, fino all'ultimo lupo ucciso a La Thuile nel 1862.

Si ricorreva alle così dette "buche del lupo", profonde da 10 a 12 piedi, con pareti rivestite a secco, per impedire la fuga ai malcapitati animali, e coperte con frasche per renderle invisibili. Talvolta in esse venivano gettati cadaveri di altri animali, con funzione di esca.

Nell'aprile 1817 il Comune viene informato, con quelli vicini di Bruino, Orbassano, Rivoli, Rosta, Villarbasse, dell'invasione dei lupi che han fatto una vittima a Rivalta nei pressi del bosco di Prabarano.

L'ultima di cui si abbia notizia da noi.

Dal libro:

"Storia di Sangano e della sua gente"

Giuseppe Massa - Maria Teresa Pasquero Andruetto
Lazzaretti Editore

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"!



Marco Polo Esplorando... per Monti e Valli

perdersi perché gli attraversamenti nel bosco sono diventati impercorribili per la vegetazione abbattuta non rimossa e per vari ostacoli come smottamenti, rovi e altro ancora che non facilitano il transito.

Il primo tratto e quello terminale di questo itinerario sono così configurati, mentre quelli centrali, dalla borgata Valsinera al colletto presso la Presa delle Rose e da questo al colle Remondetto posto sul crinale Susa-Sangone attraversando il bosco Ugo Campagna, sono ben tenuti, segnati e segnalati.

Per la sua brevità, per i lunghi tratti in falsopiano che si percorrono, per i modesti dislivelli che si superano, per l'ampia veduta sui monti e sulla valle, questo itinerario, assai piacevole, quasi una passeggiata, si presta ad essere effettuato in ogni stagione fermandosi poco la neve su questi assolati pendii.

Un anello sui monti di Coazze per antichi sentieri: il bosco Ugo Campagna

- * Località di partenza: Borgata Giaconera mt. 990
- * Dislivello complessivo. mt. 400
- * Tempo complessivo: 3 ore c.ca
- * Difficoltà: E
- * Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 4 Bassa val Susa – Val Sangone Fraternali Editore

Le soleggiate borgate all'Indiritto della val Sangone, un tempo assai popolate, oggi per lo più disabitate, sono tra loro collegate da sentieri che permettevano a suo tempo al montanaro di muoversi e comunicare, trarne risorse, scendere a valle e commerciare.

Oggi solo alcuni di questi sentieri, quelli maggiormente percorsi, presentano una segnalazione adeguata e sono mantenuti. La strada, arrivando dappertutto, ne ha reso inservibili molti; non più percorsi tendono a

Alla seconda rotonda davanti la parrocchiale di Giaveno, in val Sangone, si prosegue in direzione Avigliana sino alla successiva dove si prende a sinistra per Selvaggio e Coazze.

Costeggiando inizialmente il rio Ollasio, la strada esce dal centro abitato e traversando lungamente in moderata ascesa, superate borgatine e case isolate, rasenta il santuario del Selvaggio dove ancora si prosegue, sempre in direzione di Coazze.

Oltrepassato il rio Ollasio, alle indicazioni che seguono si prende a destra per le borgate montane facendo la stessa cosa allo stop che segue.

Di poco più sopra, a Raudamonte, lasciata la strada che prosegue diritta per Valsinera, si svolta a sinistra per Rosa, Giaconera e altre località percorrendo il rettilineo che in ascesa porta ad un ultimo bivio dove si prende a destra per queste ultime località.

Superato un rio, fate alcune svolte in ripida ascesa, si raggiunge la rosa chiesetta di Rosa prendendo, più sopra, ancora a destra per Giaconera, ultima borgata che si raggiunge al

Tessa e al suo bel pilone.

Poiché per questa traccia si ritornerà, si prende invece quella che s'inoltra nel bosco dopo aver superato il troppo pieno del serbatoio. Il tratto che segue che porta alla borgata Valsinera, non è riportato dalla carta Fraternali e percorrendolo se ne comprende il motivo.

Un sentierino pianeggiando s'inoltra nel bosco, lungamente, superando, più avanti, un rigagnolo oltre il quale si prende a salire di poco raggiungendo dei muretti e poi una dorsale. Qui giunti, abbandonata la traccia che proseguendo si perde nel bosco, si scende, sempre stando sulla dorsale, aggirando, di sotto, sulla destra un modesto rilievo.

Continuando si termina su una traccia, sulla quale ci si immette scendendo tre appropriati gradini in pietra.

Prendendo a sinistra, ancora traversando nel bosco, si scende poi ad un altro rio oltre il quale, facendosi la traccia più evidente, si raggiunge la svolta sullo stradello congiungente Valsinera alla superiore borgata Clotti che subito si raggiunge.

Totalmente abbandonata, pericolante, passando con cautela tra le case e oltrepassata la valletta, sempre restando



Quale abilità nel mettere una pietra sull'altra

termine di un ripido tratto. Si può lasciare l'auto allo slargo dove la strada termina, nei pressi del serbatoio dell'acquedotto, dove troviamo l'indicazione per salire ai ruderi di



Una borgata abbandonata Clotti

sull'evidente traccia che porta alla borgata Valsinera, giunti all'insediamento lo si sorpassa a monte salendo a delle indicazioni nel punto in cui partono tre sentieri.

Trascurato quello di destra che scende a valle e quello di sinistra che sale al bosco Ugo Campagna che si potrebbe prendere qualora si volesse abbreviare il percorso, qui giunti si prende quello centrale che porterà al pilone sul colletto nei pressi delle Prese delle Rose.

Il piacevole tratto che segue, sempre evidente, dove lunghi tratti in piano si alternano ad altri dove si sale di poco, inoltrandosi nel bosco rasenta, più avanti, i ruderi dell'abbandonato insediamento di Taunai oltre i quali si continua lungamente allo stesso modo sino a che si raggiunge un modesto rigagnolo che si supera su un ponticello di tronchi.

Fatte alcune svolte ascendenti, la traccia si amplia guadagnando infine il colletto dove troviamo numerose indicazioni. Nei pressi, nel punto in cui sorge un caratteristico pilone dedicato alla Madonna con il Bambino, lasciata la traccia che scende a valle passando per Pian Aschiero e quella per la Presa delle Rose, si prende quella che s'inoltra in piano alla sinistra del pilone.

L'interminabile, piacevolissimo tratto che segue, conducente al colle Remondetto modesta sella sul crinale Sangone-Susa, attraverserà per intero il bosco Ugo Campagna, pendii riforestati dopo il devastante incendio boschivo che li ha interessati negli anni settanta del secolo scorso. Quasi tutta pianeggiante, salvo brevi tratti dove si sale, ma sempre di poco, la traccia che si percorre, traversando lungamente, guadagna via via delle dorsali dove la vista s'apre sui monti e sulla valle. Alla prima, presso un enorme ammasso roccioso dove sorge il cartello che ricorda che stiamo attraversando il bosco Ugo Campagna, termina anche il sentiero, quello che parte sulla sinistra alla borgata Valsinera.

Stando poi sempre sull'evidente e segnata traccia, cartelli appositi suggeriscono ai bikers come superare alcune difficoltà tecniche. Superata più avanti l'indicazione per scendere a Giaconera passando per la diruta borgata Tessa, traccia che si può prendere ancora



Siamo nel bosco Ugo Campagna

volendo abbreviare il percorso, si prosegue, ora salendo, sempre di poco, così raggiungendo, più avanti la modesta fontana Biaviri e poi, più su, un bivio. Verso monte in pochi minuti si raggiunge il colle Remondetto mt. 1314, sul crinale Sangone-Susa, dove transita lo stradello che porta ai Tre Roc e alla Prese Brunetti, mentre il col Bione è segnalato a 50 minuti.

2 ore e 15 minuti c.ca dalla borgata Giaconera

Scesi al bivio si percorrerà, sino alle abbandonate Case Molere, un lungo tratto di sentiero intuendo che per questo quasi più nessuno transita, ma che comunque merita essere percorso. Non segnato, tantomeno segnalato alla partenza, ad un iniziale lungo traverso di spostamento, quasi pianeggiante, raggiunto un panoramico ammasso roccioso con ampia vista sui monti, sulla valle e sulle sottostanti borgate, prende poi a scendere, sempre continuando a traversare.

A tratti appena visibile, da intuire, la traccia s'abbassa poi stando su una soleggiata dorsale così raggiungendo un poggio piano chiuso da muretti che si sorpassa sulla destra. Continuando termina più sotto, alle dirute Case Molere, sulla traccia che dal bosco Ugo



Panoramica sull'alta valle del Sanqonetto

Campagna scende a Giaconera passando per la borgata Tessa, sulla quale ci s'immette.

Volendo fare il percorso in senso inverso, il punto in cui il sentiero percorso si stacca, è pressoché impossibile da individuare. Lasciato l'insediamento, continuando verso valle, in breve si raggiungono le prime case della borgata Giaconera e poi lo slargo dove questo anello si chiude.

45 minuti c.ca dal colle Remondetto

Beppe Sabadini



Indicazioni puntuali e precise

Lavorare su un elicottero

Quante volte ci è capitato di sentire o vedere, anche solo in lontananza, un elicottero spesso volte giallo ed arancione, in volo sulle vette montane o in fase di atterraggio al CTO?

E credo che un po' tutti abbiano pensato: "Chissà chi trasportano?... Chissà cosa è successo?".

Per questo ho deciso di intervistare un medico che dall'età di 30 anni ha iniziato a volare, la dottoressa Anna Chiara Trompeo, anestesista rianimatrice alla città della Salute a Torino.

<<Ciao Anna, innanzitutto grazie per il tempo che ci dedichi. Dunque, è dall'età di 30 anni che voli.

Come mai questa scelta, affiancata ad un mestiere già altamente impegnativo, con turni pesanti, guardie, notti, reperibilità e weekend di lavoro?>>

<<Ritengo che per chi è anestesista e rianimatore ed ama le emergenze extra ospedaliere possa essere la massima aspirazione lavorare sull'elisoccorso.

A differenza delle ambulanze, cui possono accedere medici anche non specialisti, sull'elicottero, data la delicatezza dei compiti, solo noi anestesisti rianimatori possiamo lavorare>>.

<<Ci sono molte donne medico come te? È un ambiente maschilista, che purtroppo ben sappiamo in Italia è assai diffuso?>>

<<Guarda, ci sono poche donne medico, tuttavia per fortuna non è affatto un ambiente maschilista.

Il valore maggiore sull'elicottero è il rispetto, ogni professionalità ha il proprio valore.

L'equipaggio è infatti costituito da un pilota, un tecnico di volo per il vericellamento, un tecnico di soccorso alpino (spesso una guida alpina appunto), un medico anestesista, un infermiere.

In caso di rischio valanghe, inoltre, un altro tecnico di soccorso col cane.

Nelle fasi operative di volo il pilota ed il tecnico sono gli assoluti padroni della scena, che in maniera puntuale e tempestiva devono



Il medico risponde Le domande e le risposte sulla nostra salute

saper valutare se, in base al meteo, il target è raggiungibile.

Il tecnico di soccorso alpino è poi il protagonista nella fase successiva di guida nell'ambiente Montano: si tratta di persone veramente valide, brave e motivate! Il medico e l'infermiere (fra l'altro autonomo ed altamente formato, aspetto fondamentale specie se bisogna soccorrere più vittime) sono i protagonisti per la fase sanitaria.

Sei tu col paziente o coi pazienti ed i loro problemi, ti guadagni il rispetto sul campo>>.

<<Quando si lavora?>>

<<Si lavora tutto l'anno, con la luce, per cui d'estate maggiormente ma per turni non superiori a 12 ore. Attualmente vi è anche il trasporto notturno per trasporti secondari da ospedale ad ospedale per i rendez-vous con altri messi come ambulanze su strada.

Poi, obiettivo del notturno sarà l'effettuare interventi primari; per ora persiste un problema di atterraggio sulle piazzole>>.

<<In qualità di rianimatore, come puoi accedere all'elisoccorso? C'è un iter di preparazione da seguire?>>

<<Certamente, la selezione è parecchio dura e consta di una parte sanitaria, in cui ti si prospettano differenti scenari e tu devi mostrare di sapere gestire l'emergenza in queste situazioni, supportata dai vari corsi di emergenza seguiti quali l'ATLS (Advanced Trauma Life Support), il PHTLS (Pre Hospital Trauma Life Support), lo ALS (Advanced Life Support).

Ed una parte fisica che l'ultima volta ha previsto l'effettuazione di un percorso ferrato cronometrato e, se possibile, sapere sciare, arrampicare, camminare con resistenza; insomma, saper vivere e conoscere la montagna!>>

<<Hai qualche ricordo particolare di lavoro sull'elicottero?>>



<<Mah, ho parecchi flash, tuttavia si cerca di cancellare le esperienze negative che ci si porta dietro per un po' comunque. Probabilmente anche per questo motivo crei dei bei rapporti coi colleghi del team, con cui ti trovi ad affrontare spesso situazioni difficili e dure, non solo fisicamente e professionalmente ma anche da un punto di vista psicologico.

Questo lavoro, diciamo, mi ha reso molto ansiosa poiché è la manifestazione più diretta dell'instabilità del destino. Si ha infatti un approccio molto diverso al paziente e al suo entourage (parenti, amici, conoscenti) rispetto a quanto avvenga in pronto soccorso>>

<<Grazie mille, Anna, per questo interessante quadro che ci hai dato e soprattutto per l'impegno e la passione che metti in quello che fai e che ci hai trasmesso con le tue parole>>.

Nicoletta Sveva Pipitone Federico





Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza

Conoscere

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

Informare

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

Preparazione fisica

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

Preparazione tecnica

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

Abbigliamento

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

Alimentazione

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

Rinuncia

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

Emergenze

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

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

S.O.S. Montagna

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



IL REBUS del mese

(Ornella)

REBUS CON CAMBIO



















(13, 3, 14, 8)



(la soluzione verrà pubblicata nel numero di APRILE 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

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

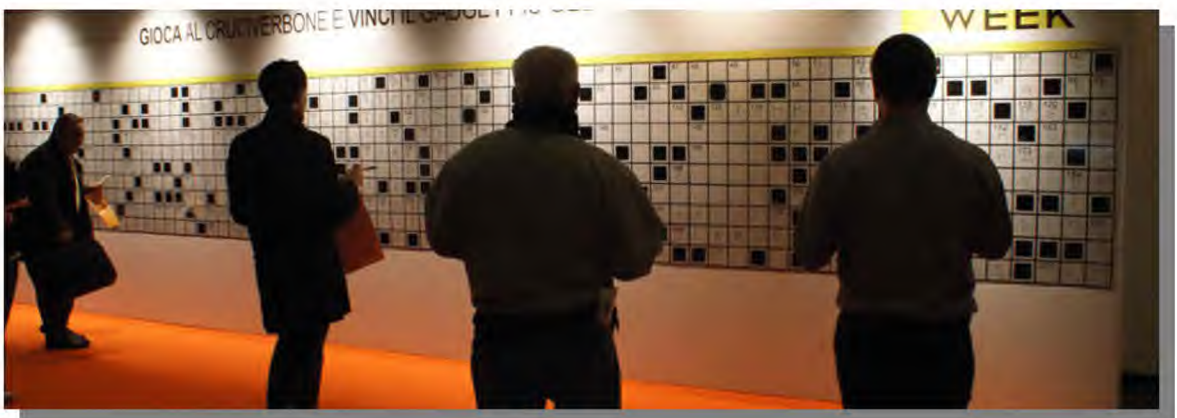


ORIZZONTALI:

1. Di giorno è... naturale
3. Fu un celebre profeta
10. Non a favore
12. Iniziali del regista Gregoretti
14. Il complesso di norme che regola una cerimonia religiosa
16. Christian, noto stilista francese
17. Girarsi più volte su se stesso
20. Le consonanti tra la R e la U
21. Ovvio, scontato
23. Una città della California
24. Capacità di cogliere e rappresentare l'essenziale
25. Un numero dispari
26. Altro nome del pittore Jacopo Robusti
28. Una preposizione articolata
29. Max pittore tedesco esponente del surrealismo
31. Fine del film
33. Caos in periferia
36. Un Dipartimento della Francia
37. Il posto d'onore al desco
41. Un comportamento sopra le righe
42. Messaggio inviato tramite posta elettronica
43. La seconda nota.

VERTICALI:

1. L'indimenticabile Stanlio
2. Simbolo del calcio
4. Scorbutico, sgarbato
5. Sigla di Aosta
6. Bandire un concorso
7. Associazione Temporanea d'Imprese
8. Consegna la corrispondenza
9. Una subregione montuosa in provincia di Salerno
11. Un nucleo speciale dei Carabinieri (sigla)
13. Lo sono gli orsi del miele
14. Sentimentale, sdolcinato
15. Città e porto del Marocco settentrionale
18. Breve dissertazione scritta
19. Al contrario sono discese
22. Lo Stato con capitale Tallinn
26. Polvere bianca per uso cosmetico
27. Uno gnomo nella mitologia nordica
30. Sigla di Sassari
32. Motoscafo antisommersibile veloce e silenzioso
34. Queste in breve
35. Il nome della Gardner
38. Coda di volpe
39. Aeronautica Militare
40. In molti e in pochi.



ORIZZONTALI:

- 1 Avanti Cristo
- 3 Lo può essere una carta
- 11 Un pisolino inglese
- 13 Articolo
- 14 Futuro semplice del verbo dire
- 15 Piante erbacea delle Umbellali
- 18 Contenitore per piantine
- 19 C'è quella da pranzo
- 20 Un Giovanni indimenticabile scrittore
- 22 Colpire ripetutamente con pietre
- 24 Rovigo
- 25 Il trasporto della testa mozzata!
- 27 Comune in provincia di Agrigento
- 29 Intendere
- 31 Uno in tedesco
- 32 Regista italiano bolognese
- 33 Passa per Stettino
- 34 Può essere di pollo o di tacchino
- 36 Riunisce gli alpini
- 38 Possessivo
- 39 Accusativo abbreviato
- 40 E' causa di fallimenti o rovine
- 41 Usto, bruciato
- 42 Inaccessibile, nascosto bene... quello militare

VERTICALI:

- 1 Gestisce le strade
- 2 Inizia a Chivasso e finisce a Galliate
- 4 Possessivo
- 5 Acceso sui pulsanti
- 6 Anno Domini
- 7 C'è quella di Ponente
- 8 Stato extraeuropeo
- 9 Un felice pittore
- 10 Insegnante, precettore
- 12 Un gustoso modo di cottura del riso
- 16 Abilità nel fare
- 17 Producono gioielli
- 20 Bello come un...
- 21 Fa parte delle isole Flegree
- 23 La desta una battuta
- 26 Ripetere
- 28 Sta tra l'azzurro ed il violetto
- 29 C'è quella straccia
- 30 Il porto da cui partì Colombo
- 33 Un musical diretto da John Carney
- 35 Incognita
- 37 Il nome di King Cole
- 40 Cremona



Le soluzioni dei giochi del mese di FEBBRAIO

Abbinamenti con cambio

The puzzle grid consists of three columns labeled A, B, and C. Each cell contains a drawing of an object or animal with a number (1-9) and a letter (A, R, V) in a red box. Arrows indicate the solution path: 1 (goat) to 2 (star) to 3 (boy) to 4 (ship) to 5 (box) to 6 (heart) to 7 (bag) to 8 (girl) to 9 (number 9).

Soluzione:

- 1) capra-carrà-carro 2) stella-stalla-spalla 3) collo-pollo-polso 4) nave-nove-note
 5) cassa-tassa-tasso 6) rapa-rana-tana 7) succo-sacco-tacco 8) bacco-bacca-lacca

Restano: albero, rosa, vaso, arco = ARVA

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



1	A		2	A	D	E		4	C	I	F	R	A		
8	M	9	A	G	I		10	F	A	N	I		11	D	S
12	E	C	O		13	P	E	R	D	O	N	O			
15	R	O		16	C	A	L	D	E	R	O	N	E		
17	I	N	18	F	A	L	L	I	B	I	L	E			
	19	C	A	R	L	O	N	O	N	O		20	A		
21	N	A	Z	I	O	N	A	L	I		22	M	L		
23	A	G	I		24	T	E	L	I		25	S	U	B	
26	S	U	O			27	E	T	T	A	R	I			
29	T	A	S	30	T	O			31	I	O	N	I	O	
	32	R	I	E	L	L	A		35	R	I	E	N		
36	I	O		37	R	A	F	A	N	O		38	L	E	



Marzo pazzerello guarda il sole e prendi l'ombrello

Questo è il mese in cui tra le prime belle e tiepide giornate di sole che anticipano la primavera e le copiose e fredde piogge venute a ricordarci che l'inverno ancora non è finito, saremo forse un po' in difficoltà nel gestire il modo in cui vestirci, decidere quando concederci una gita fuori porta o semplicemente fare una bella passeggiata. Ma sarà proprio questa tipica variabilità meteorologica del mese di marzo, che aiuterà la natura e le piante a risvegliarsi piano piano, consolidando le proprie radici e sbocciando le prime gemme senza (sperabilmente) subire il trauma di una successiva gelata di freddo.

E noi Uetini?

Beh, in questo mese di marzo continueremo e completeremo le nostre "avventure" sulle nevi, recentemente anche cadute copiosamente sulle nostre vallate.

Vediamo quindi quali sono gli appuntamenti sociali del mese.

Per gli amici "ciaspolatori" il programma di Escursionismo Invernale prevede due bellissime gite in bell'ambiente innevato: la prima, domenica 13 marzo al Forte di Varisello nella zona del Colle del Moncenisio con partenza dalla frazione di Ferrera Cenisio, la seconda, domenica 20 marzo al rifugio Al Sap con partenza da Angrogna Ponte Lauso, e durante la quale festeggeremo la fine della stagione "ciaspolatizia".

Per gli appassionati dello Sci di Fondo invece, il mese di marzo riserverà ben 3 uscite: domenica 6 marzo per la 5° lezione del Corso nella località francese di Nevache nella Valle della Clarée, domenica 13 marzo per la gita sociale aperta a tutti sempre nella francesissima Cervières ed infine domenica 20 marzo per la 6° ed ultima lezione del corso in Val Ferret durante la quale saranno consegnati i certificati di partecipazione a tutti gli allievi del 37° Corso di Sci di Fondo e Skating.

Quindi, amici miei, che piova (ma nel nostro caso... che nevichi) o che faccia sole, noi Uetini sapremo bene come impiegare questo mese di marzo, e con l'arrivo della primavera poi... si vedrà!

Buona neve a tutti!



Mauro Zanotto

CORSI DI FONDO

Tecnica classica e skating

Il corso è rivolto ad adulti e ragazzi di qualunque livello tecnico e si articola in:

- Due serate di presentazione (11 dicembre e 8 gennaio) con una lezione su materiali, abbigliamento, alimentazione, comportamento su pista e soccorso.
- Cinque uscite con lezione su pista, ciascuna di due ore, tenute da Maestri di Sci abilitati FISL (10 e 24 gennaio, 7 e 21 febbraio, 6 marzo)
- Una uscita di fine corso con consegna degli attestati di partecipazione e cena finale (20 marzo)

L'accesso al corso di skating è subordinato al giudizio tecnico preliminare da parte dei maestri. I partecipanti verranno suddivisi in classi in funzione del loro livello di preparazione tecnico e fisico.

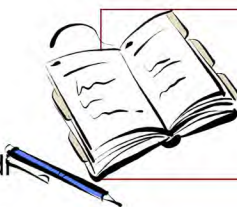
Nelle restanti ore della giornata, gli allievi, sempre seguiti dai coordinatori del corso, potranno proseguire nell'esercizio delle tecniche apprese dai maestri.

ISCRIZIONI

Informazioni ed iscrizioni ai corsi presso la sede sociale fino al 8 gennaio 2016 (salvo esaurimento dei posti disponibili).

REQUISITI

- presa visione ed accettazione del regolamento
- tessera CAI valida per l'anno 2016
- autorizzazione scritta dei genitori per i minori



Prossimi passi

Altri Eventi

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI TORINO
SOTTOSEZIONE UNIONE ESCURSIONISTI TORINO



Sezione di Torino



37° corso

Sci di fondo & Skating



PROGRAMMA

11 DIC	Serata di invito allo sci di fondo. Presentazione del corso e apertura iscrizioni.
8 GEN	Presentazione del corso, chiusura iscrizioni, lezione introduttiva e distribuzione dei materiali già prenotati
10 GEN.	1° LEZIONE CORSO FLASSIN
24 GEN	2° LEZIONE CORSO BAGNI DI VINADIO
7 FEB	3° LEZIONE CORSO TORGNON
21 FEB	4° LEZIONE CORSO CHIUSA PESIO
27/28 FEB	Gita sociale in notturna in Val Troncea
6 MAR	5° LEZIONE CORSO NEVACHE (F)
13 MAR	Gita sociale a CERVIERES (F)
20 MAR	6° uscita corso VAL FERRRET CON MERENDA SINOIRA E CONSEGNA DEI CERTIFICATI DI PARTECIPAZIONE AGLI ALLIEVI

GITE SOCIALI

Sono previste durante la stagione invernale 2 gite sociali aperte a tutti i soci.

27/28 febbraio: uscita con pernottamento in rifugio in Val Troncea.

Le iscrizioni devono pervenire tassativamente entro il 12/02 presso la sede sociale con versamento di una caparra del 50% del costo previsto.

Uscita prevista con auto proprie.

13 marzo: gita a Cervieres (F) da eseguirsi in pullman.

Le iscrizioni devono pervenire tassativamente entro il 26/02 presso la sede sociale con versamento di una caparra di 15€.

I costi di questa gita non fanno parte del tariffario standard e verranno stabiliti in base alle adesioni ricevute.

ATTREZZATURA

Per i principianti iscritti al corso sarà possibile noleggiare le attrezzature sociali disponibili (fino ad esaurimento).

La restituzione dovrà avvenire al termine della 6° uscita

RITROVO

Per ogni uscita la partenza è fissata alle ore 07.00 (salvo diversa indicazione), in corso Regina Margherita 304 (di fronte all'ex Istituto Maffei, angolo corso Potenza).

TARIFFE

Corso base sci di fondo	€ 100,00
Abbonamento autobus per 6 uscite	€ 70,00
Abbonamento autobus per 6 uscite over 60	€ 60,00
Abbonamento autobus per 6 uscite per minori da 6 a 14 anni con adulto accompagnatore	€ 115,00
Costo singola gita	€ 18,00
Costo singola gita over 60	€ 15,00
Costo singola gita per minori da 6 a 14 anni con adulto accompagnatore	€ 22,00
Costo affitto attrezzatura	€ 60,00

N.B.

Nel costo del corso non sono compresi i costi degli skipass che verranno definiti in funzione delle località.

L'abbonamento autobus è nominativo e non può essere ceduto a terzi.

L'iscrizione al CAI, comporta l'automatica copertura per il Soccorso Alpino, anche all'estero, e l'assicurazione infortuni. Ai non soci CAI è consigliato sottoscrivere un'assicurazione infortuni temporanea all'atto dell'iscrizione alle uscite.

Sede Sociale

Centro Incontri CAI – Monte dei Cappuccini
Salita CAI Torino 12 – 10100 Torino
ogni venerdì dalle 21 alle 23

web: www.uetcaitorino.it

mail: info@uetcaitorino.it

Presidenza

Domenica Biolatto

Direzione

Luigi Bravin 335 80.15.488
Giuseppe Previti 349 36.80.945

Segreteria

Luisa Belli 339 49.87.361
Ornella Isnardi 338.88.00.696

Coordinamento

Mario Bellora 011 66.13.676
M. Luisa Farinetti 339 75.90.619
Mauro Vacca 011 48.28.06

REGOLAMENTO

La partecipazione al corso dei minori è subordinata:

se di età superiore ai 14 anni, all'autorizzazione scritta di un genitore;

se di età inferiore ai 14 anni, all'accompagnamento da parte di un genitore o di altra persona da lui autorizzata.

L'attività di sci di fondo presuppone una normale idoneità fisica; la Direzione non si assume pertanto alcuna responsabilità in ordine alle conseguenze che potrebbero derivare da un'inadeguata condizione fisico-atletica.

La Direzione si riserva di allontanare dal corso (senza rimborso) chi presentasse carenze tali da poter compromettere il proprio stato di salute.

Analogamente la Direzione si riserva di provvedere nei confronti di chi si comporta in maniera disdicevole o pericolosa sia per sé che per gli altri partecipanti.

Durante lo svolgimento delle lezioni, gli allievi dovranno restare a stretto contatto con il maestro, concordando con lui eventuali allontanamenti. Analogamente i minori non impegnati dalle lezioni dovranno restare a contatto di un accompagnatore.

A ciclo di lezioni iniziate non si ha alcun diritto di rimborso nel caso di ritiro.

Il livello tecnico della classe di inserimento sarà stabilita dai maestri.

La Direzione si riserva il diritto di variare date e località delle lezioni in funzione delle condizioni d'innevamento o di altre cause di forza maggiore, dandone, per quanto possibile, tempestivo avviso.

Tale variazione potrebbe avere luogo anche il giorno stesso delle uscite: si declina pertanto ogni responsabilità nei confronti di chi, spostandosi con mezzi propri, si venga a trovare in località diversa da quella in cui si svolgono le lezioni.

Tutte le gite verranno di preferenza effettuate in pullman; qualora non si raggiunga un adeguato numero di partecipanti saranno utilizzati i mezzi personali; in tal caso verrà rimborsata agli allievi la quota parte relativa al trasporto.

L'orario di partenza dei pullman sarà scrupolosamente rispettato: non si aspettano i ritardatari.

In caso di elevato numero di richieste, le iscrizioni potranno essere accettate con riserva, e successivamente confermate in funzione delle verifiche sul numero di maestri necessari.

GITE SOCIALI

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

Le località sono 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.

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.

I non soci verseranno anche la quota per la copertura assicurativa prevista dal Regolamento CAI, entro il giovedì precedente alla chiusura iscrizioni comunicando Nome, Cognome e Data di nascita.

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

Il costo è comprensivo di trasporto in pullman (se previsto) e di una quota giornaliera pari a 3,00 € per il primo giorno più 2,00 € per i giorni seguenti.

CLUB ALPINO ITALIANO – SEZIONE DI TORINO
SOTTOSEZIONE UNIONE ESCURSIONISTI TORINO



Programma Racchette 2016



Val Bognanco – uscita sociale del 24 e 25 gennaio 2015



PROGRAMMA 2016

11 DIC	PRESENTAZIONE ATTIVITA' INVERNALE 2016 – Ore 21:00
17 GEN	PIAN DELL'ALPE m. 1850
MR/WT2	VAL CHISONE – PIAN DELL'ALPE m 1850
DISLIVELLO TEMPO	m. 434 h. 2,40/3
CAPOGITA RESPONSABILE	PADOVAN MONICA - TRAVERSA GIOVANNA BERGAMASCO FRANCESCO
31 GEN	LAGO BLU m. 2281
MR/WT2	VAL D'AYAS – LAGO BLU m 2281
DISLIVELLO TEMPO	m. 592 h. 3,30/4
CAPOGITA RESPONSABILE	TRAVERSA GIOVANNA – MURA ALBERTO BIOLATTO DOMENICA
13 e 14 FEB	RIFUGIO PARALOUP m 1362
1G MR/WT2	VALLE STURA DI DEMONTE - RIFUGIO PARALOUP m 1362
2G MR/WT*	COLLE DELLA GORGIA m 1583 COLLE ROCCASSON m 1756
DISLIVELLO TEMPO	m. 272 + 221/394 h. 1,50/2 + 1,30/2,30
CAPOGITA RESPONSABILE	INCERPI VALTER – PADOVAN MONICA GRIFFONE FRANCO
28 FEB	MONTE GIOBERT m 2435
MR/WT2	VAL MAIRA – MONTE GIOBERT m 2435
DISLIVELLO TEMPO	m 895 h. 5,00
CAPOGITA RESPONSABILE	MURA ALBERTO – INCERPI VALTER BIOLATTO DOMENICA



13 MAR	FORTE DI VARISELLO m. 2106
MR/WT2	VAL DI SUSÀ – MONCENISIO – FORTE DI VARISELLO m 2106
DISLIVELLO TEMPO	m. 645 h. 3,50/4
CAPOGITA RESPONSABILE	TRAVERSA GIOVANNA SPAGNOLINI LAURA - GRIFFONE FRANCO
20 MAR	FESTA DI FINE ATTIVITA' RIFUGIO AL SAP m. 1480
MR/WT1	VALLE ANGROGNA – RIFUGIO AL SAP m 1480
DISLIVELLO TEMPO	m 566 h. 3,10/3,30
CAPOGITA RESPONSABILE	PADOVAN MONICA – MURA ALBERTO GRIFFONE FRANCO



Rifugio Maria Luisa – uscita sociale del 7 e 8 marzo 2015

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

Domenica Biolatto (AE/EAI) – 348.4024822 -
domenica.biolatto@tiscali.it

Direzione

Luca Motrassini (AE/EAI) – 011.9133043 -
338.7667175 -
lmotrassini@alice.it
Laura Spagnolini (ANE) – 011.4366991 -
328.8414678 -
laura.spagnolini@alice.it

Segreteria

Giovanna Traversa (ASE) – 333.4648226 -
rpentenero@alice.it

Coordinamento tecnico

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

Coordinamento

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



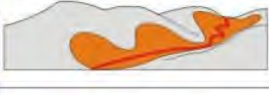


Qualora si raggiunga un adeguato numero di partecipanti potrà essere utilizzato il pullman, in caso contrario i mezzi personali.

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

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.

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



Prossimi passi
Altri Eventi



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Torino - Sottosezioni Chieri e Uet



7° CORSO DI ALPINISMO GIOVANILE

Per ragazzi dagli 8 ai 16 anni

PRESENTAZIONE Venerdì 12 Febbraio 2016 ore 21:00
in sede CAI - Via Vittorio Emanuele II, 76, Chieri (TO)

PROGRAMMA 2016

28 Febbraio RIFUGIO ARP (2446m)

Muoversi con le ciaspole tra incantevoli ambienti innevati

13 Marzo VALLE CEPPI - SUPERGA (672m)

Panoramica salita fra i boschi delle nostre colline torinesi

10 Aprile FALESIA DI BAGNASCO

Arrampicare in sicurezza su placche e tacche

8 Maggio GROTTI DI PUGNETTO

Affascinante avventura, con guida, in ambiente ipogeo

29 Maggio RIFUGIO ALPETTO (2268m)

Bella escursione di medio impegno in ambienti incontaminati

12 Giugno PUNTA CRISTALLIERA (2801m)

Splendida punta nel cuore del Parco Naturale dell'Orsiera

25-26 Giugno ROCCA PROVENZALE (2402m)

Impegnativa ma soddisfacente salita in cresta su roccia

9-10 Luglio PUNTA ZUMSTEIN (4563m)

Uscita alpinistica in ambiente d'alta quota

11 Settembre CIMA DELLE SALINE (2612m)

Escursione di media lunghezza in ambiente panoramico

09 Ottobre COLLINE DEL ROERO

Piacevole passeggiata fra colli con Castagnata finale



PER INFORMAZIONI

Contattare gli accompagnatori di Alpinismo Giovanile:

CHIARA CURTO 348.4125446- LUCIANO GARRONE 348.7471409

NABIL ASSI 335.1313830- FRANCO GRIFFONE 328.4233461

Oppure recarsi nelle sedi CAI di:

CHIERI in Via Vittorio Emanuele II, 76 il giovedì dalle 21 alle 22.30

TORINO al Monte dei Cappuccini il venerdì dalle 21 alle 22.30

Scaricate la locandina su: www.caichieri.it



TREKKING 2016 – dal 1 al 6 agosto 2016
PARCO NATURALE REGIONALE DEL MASSICCIO DEI BAUGES



Il Massiccio dei Bauges è dal 1995 parco naturale regionale e dal 2011 è stato riconosciuto a livello internazionale Geopark sostenuto dall'UNESCO per il suo patrimonio geologico straordinario di grotte, gole, risorgive.

Per lo svolgimento del trekking si intende raggiungere Chambéry da Torino in treno e da qui con pullman pervenire a La Feclaz, prima tappa.

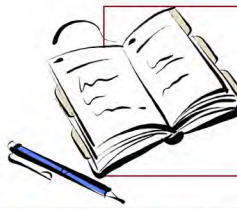
Il percorso, di massima, è ad anello: ci vedrà impegnati a proseguire verso la seconda tappa a Arith, quindi raggiungeremo la terza tappa Bellecombe-en-Bauges. Ulteriore tappa Jarsy, quindi Aillon Station e infine Aillon Le Jeune.

Il rientro avverrà in treno nuovamente da Chambéry e da qui a Torino.

Per i costi, le sistemazioni e gli ulteriori dettagli si rinvia al termine del mese di febbraio 2016. Disponibilità 20-25 posti.

L'Organizzazione UET

per informazioni: Giuseppe tel. 3397684218 – Laura tel. 3288414678



Prossimi passi
Altri Eventi



Sezione di Torino



Venerdì 20 maggio alle ore 21

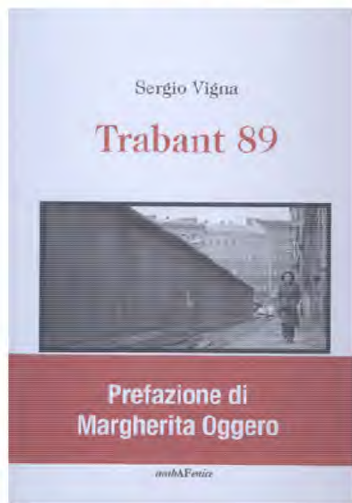
presso la Sala degli Stemmi del CAI di Torino al Monte dei Cappuccini

Sergio Vigna

Autore di *PRODIGIO A PIE'DELL'ALPI* e *LA LUNGA STRADA*

Presenta il suo nuovo romanzo

“Trabant 89”



“Il fascino di Trabant '89 si basa su alcuni precisi punti di forza: prima di tutto la perizia con cui l'autore è riuscito a far felicemente convivere e incernierare tra di loro due generi letterari così diversi come il racconto on the road e la spy story. Con questo libro Sergio Vigna entra con sicura autorità in un appassionante e fortunato filone che in Italia conta pochissimi validi autori.”

Margherita Oggero

Introdurrà l'autore e dialogherà con lui **MARIA TERESA CARPEGNA**

Un evento organizzato in collaborazione con

l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Il più bel giro del mondo.

SUL LAGO

In tutti gli angoli dell'invidiata regione chiusa fra i laghi Maggiore e di Garda, sui treni, sui battelli si agita, sempre in moto e sempre entusiasta, una folla di stranieri indifferente allo spettacolo di sé stessa, più indifferente ancora alla vita nostra, ma intesa con tutti i sensi dell'animo commosso a contemplare il paesaggio splendido di montagne severe, di colli festanti, di specchi d'acqua immensi da cui, spiranti un senso dolcissimo di pace, salgono le valli a perdersi in fondo, in fondo contro le vette eternamente nevose.

E riguardando a quella gente che non si cura di te, assorta nella contemplazione delle cose, che in tante lingue diverse esprime la meraviglia, ti senti orgoglioso padrone di tante bellezze e provi vivo, prepotente il bisogno di dire, pur che ti sentano: io sono italiano. E pensi che, mentre il lungo treno correrà fremendo fra le tenebre paurose della galleria del Gottardo, alla fantasia dello straniero, che al nostro sole è venuto a chiedere ispirazione, calma e salute, balenerà la splendida visione del passaggio incantevole che ha lasciato appena dietro quella breve notte. L'occhio senza sguardo fisso alla tremula fiammella che rischiarava la vettura, il corpo abbandonato al sussulto del treno sognerà gli splendori dei nostri laghi, i nostri monti, il cielo d'Italia, che dall'alto avrà visto sempre limpido e sempre in pace scendere a perdersi fra il verde delle opime campagne. E quando il lungo fischio della locomotiva annuncerà prossimo il giorno d'oltre alpe guarderà con mestizia alle viscide pareti della galleria su cui intravedrà i primi sprazzi di luce e si scuoterà dallo strano torpore come di chi si sveglia alla realtà dopo un sogno di paradiso.

Ma in mezzo a quella gente tu resti muto o poco per volta preoccupato: ti par quasi d'essere là ad imparare dagli stranieri ad ammirare le bellezze del tuo paese perché ti guardi intorno e sono pochi gli italiani, così che in mezzo a quei gruppi animati ti muovi a disagio e lo straniero sei tu.

Allora ti proponi di tornare un'altra volta, ma non più solo, e sarà per te una festa migliore dell'occhio e certamente più squisita dell'animo.



Color seppia Cartoline dal nostro passato

da L'Escursionista del 16 giugno 1900
**"Il più bel giro del mondo...
SUL LAGO!"**

Emozioni vissute sul treno, osservando i bei laghi d'Italia!



VI Escursione Sociale - 29 e 30 giugno 1900

**Lago Maggiore, Lago di Lugano, M. Generoso (m. 1704)
e Lago di Como.**

ITINERARIO.

1° giorno.

Convegno, Torino Stazione (P. S.) ore 4,30 - Partenza ore 4,53 - Luino ore 9,39 - Colazione ore 10 (Caffè Ristorante della Stazione) - Visita alla città - Partenza ore 12 (treno speciale) - Ponte Tresa ore 13 - Lugano ore 14 (battello speciale) - Visita alla città - Partenza ore 16,55 (battello in corsa ordinaria) - Capolago ore 17,56 - M. Generoso, stazione Bellavista, ore 18,50 (treni speciali) - Pranzo ore 19,30 (Hôtel M. Generoso) - Pernottamento.

2° giorno.

Sveglia ore 3 - Partenza ore 3,30 (treni speciali) - Generoso Kulm ore 3,53 - In vetta ore 4,10 - Discesa ore 5 - Colazione alla svizzera ore 5,10 (Hôtel Kulm) - Partenza ore 5,30 - Pesciò - Orinonto - S. Fedele d'Intelvi ore 8,30 - Fermata ore 0,15 - Argegno ore 11 - Imbarco (battello speciale "Unione,") - Bellagio ore 11,30 - Seconda colazione ore 11,40 (Pension des Etrangers) - Fermata ore 1,30 - Imbarco ore 13 - Passeggiata sul lago - Sponda orientale - Como ore 15,30 - Pranzo

ore 16,40 (Hôtel Volta) - Partenza ore 18,33 (diretto) - Milano ore 19,34 - Partenza ore 20,15 (diretto) - Torino (P. S.) ore 22,55.

Ore di marcia 5 — Spesa complessiva L. 35.

Amministratore:

FIORI SILVESTRO.

Direttori:

AGARDI EVASIO.

MARCHELLI ing. LUIGI.

*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
uetcaitorino@gmail.com*

seguici su



l'Escursionista
la rivista della Unione Escursionisti Torino

marzo 2016

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013