



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

dicembre 2016

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

Occhi color ambra

la montagna non è più solo nostra



11° Congresso degli Accompagnatori di Escursionismo del CAI

A Siena: riflessioni sul ruolo di chi "accompagna" in montagna

La "lesa" un antico mezzo di trasporto
Tracce di un mondo del lavoro ormai scomparso

Foulard delle Montagne
Mostra del Museo Nazionale della Montagna

La gita sociale dei ragazzi
1908 – Nelle Valli di Lanzo con i propri ragazzi



segui su



Anno 4 – Numero 40/2016

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



Profumo di neve

I programmi dell'attività UET anno 2016 sono terminati, l'ultima uscita è stata effettuata al Monte Rosselli passando dalla Bassa delle Sette in Val della Torre ed ha concluso il nostro programma di Escursionismo. Poteva essere una bella gita panoramica invece il tempo uggioso ha concesso solo il breve squarcio di un timido sole al ritorno.

Ora tutte le nostre attenzioni sono rivolte alle attività invernali che sembrano poter beneficiare delle precipitazioni di quest'ultima settimana di novembre; siamo ormai tutti in attesa della neve ed i servizi meteorologici informano che verso i 2000 metri di altitudine il manto bianco sta aumentando di spessore.

Possiamo quindi "spolverare" gli sci e andare alla scoperta di quelle piste di sci di fondo e di discesa che sono già state aperte.

Per gli escursionisti con racchette e gli sci alpinisti il momento è ancora un po' prematuro per la scarsità della neve. Torniamo però a leggere i bollettini della neve per conoscere come si sta formando la base del manto nevoso che percorreremo nelle nostre uscite. E' indubbio infatti che l'escursionismo invernale sia complesso e richieda molta attenzione agli eventi nivometeorologici.

E' comunque estremamente gratificante e distensivo fare un'escursione sulla neve: i rumori sono attutiti, i sentieri sono nascosti, i massi e le baite spesso sono nascosti dalla neve e possiamo vedere le impronte lasciate dai vari animali quali lepri, ungulati e uccelli.

Tutto questo renderà la nostra passeggiata davvero suggestiva, ma la nostra attenzione dovrà sempre essere mantenuta al massimo livello anche se conosciamo bene il percorso e ci siamo scrupolosamente documentati.

Questa attività di preparazione e verifica sul posto non riguarda chi scia su piste battute perché il territorio è controllato, i problemi sorgono invece quando si esce da questi ambienti controllati per la pratica dello scialpinismo e dell'escursionismo con le ciaspole.

Quanto detto sicuramente non per scoraggiare chi ama la neve vissuta in libertà o per dare lezioni di comportamento sulla neve, ma solo per fare una riflessione credo importante visto l'approssimarsi della stagione invernale che inviterà tutti noi a fare delle belle camminate.

Ed ora, osservando che l'anno 2016 sta ormai volgendo a termine e si avvicinano le Feste Natalizie, colgo l'occasione per inviare a tutti i Soci UET ed ai lettori della rivista "l'Escursionista", i miei migliori Auguri di Buon Natale, di un Felice Anno Nuovo e di tante belle camminate da fare con la UET sulla neve.

Buone attività invernali a tutti!

Domenica Biolatto



Sezione di Torino





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 4 – Numero 40/2016
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, Marco Giaccone,
Giovanni Cordola

Email : info@uetcaitorino.it

Sito Internet : www.uetcaitorino.it

Facebook : [unione escursionisti torino](https://www.facebook.com/unione.escursionisti.torino)

Facebook : [l'Escursionista](https://www.facebook.com/l'Escursionista)

Sommario dicembre 2016

Editoriale – Riflessioni della Presidente	
Profumo di neve	02
Sul cappello un bel fior – La rubrica dell'Escursionismo Estivo	
Occhi color ambra	04
Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi	
Fantaghirò	08
Natività	13
Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino	
11° Congresso degli Accompagnatori di Escursionismo del Club Alpino Italiano	18
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweiss	
Questa notte è nato il Redentor	20
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare	
Il pranzo di Natale	22
C'era una volta - Ricordi del nostro passato	
La "lesa" un antico mezzo di trasporto	26
la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna	
Foulard delle montagne	28
Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli	
Un anello nel vallone di Pramollo	32
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute	
Alimentazione e invecchiamento	36
Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza	38
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici	
Strizzacervello	39
Prossimi passi - Calendario delle attività UET	
Seminare decembrino vale meno d'un quattrino	46
Prossimi passi - Altri Eventi	
38° Corso Sci di Fondo e Skating	47
Settimana Bianca UET a Villabassa	50
Color seppia - Cartoline dal nostro passato	
La gita sociale dei ragazzi	52



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

uetcaitorino@gmail.com



Sul cappello un bel fior la rubrica dell'Escursionismo estivo

Jico era poco più di un cucciolo quando con il proprio branco proveniente dalla Francia - dalla zona del Mercantour in cui era nato - era entrato in Italia, in Piemonte, attraverso la valle Roja.

La sua non era la razza dei lupi appenninici italiani, più piccoli, meno aggressivi e timorosi dell'uomo... la sua era la razza dei grandi lupi grigi del nord Europa sopravvissuta agli impietosi stermini perpetuati dall'uomo sin dalla metà del 600 e che attraversando tutto il continente avevano trovato più tranquilli territori di caccia nella zona della Francia meridionale, e in particolare in quella del Parco Nazionale del Mercantour dove Jico era nato.

La vita di Jico non era stata facile.

Apparteneva al branco che lo aveva protetto e dal quale aveva imparato tutto: come cacciare, come nascondersi, come difendersi dall'uomo che aveva incontrato sui monti e che spesso per proteggere le sue bestie, le sue greggi, usava nei confronti dei suoi simili forme di protezione brutali e violente: con i suoi occhi aveva assistito ai rantolii morenti della madre avvelenata da una carcassa di capretto piena di stricnina ed uno dei suoi giovani compagni di gioco morire trafitto da un piolo acuminato precipitando all'interno di una bocca di lupo scavata vicino ad una fattoria.

Dall'uomo, che pure non temeva, aveva visto solo quanto di più negativo il genere umano sapeva esprimere e nei suoi primi tre anni di vita aveva appreso quanto gli occorreva per poter sopravvivere.

Certo, amava il suo branco, partecipare attivamente alle battute di caccia, condividere con gli altri adulti la responsabilità della sopravvivenza del gruppo a partire dalla difesa dei cuccioli.

Ma ora che era diventato adulto, il ruolo che al di là dei suoi meriti il branco aveva gli aveva relegato, ovvero di lupo omega - lupo gregario - proprio non riusciva a sopportarlo.

E fu questa "insofferenza" che alla fine lo costrinse a confrontarsi con il capo branco - il

Occhi color ambra

*la montagna non è più
solo nostra*

lupo alfa – e gli andò male: forse più forte del capo branco ma con molta minore esperienza rispetto a lui nei combattimenti tra lupi, si ritrovò con una profonda ferita alla gola ed una umiliante sconfitta subita davanti a tutti gli altri maschi del gruppo.

La sua vita all'interno del gruppo non cessò in quel momento, il branco continuò a tollerarlo, quasi ignorandolo, aspettando che le profonde ferite che aveva riportato in combattimento in qualche modo si cicatrizzassero, ma tutti erano consapevoli che la ferita peggiore, quella riportata al suo orgoglio, quella non sarebbe guarita mai.

Intanto il branco di strada ne aveva fatta proprio tanta!

E' risaputo che per nomadismo i lupi arrivano ad attraversare un territorio di 80 chilometri o più in un solo giorno, ed il branco di Jico non aveva fatto eccezioni.

Da quando era entrato in Piemonte, passando dalla valle Roja, il branco si era spostato da un territorio di caccia ad un altro attraversando la Valle Stura, la Val Maira, la Val Varaita, la Val Pellice, la Val Chisone ed infine aveva trovato una zona protetta e ricca di animali da preda dentro ai confini del Parco Naturale dell'Orsiera-Rocciavè in Val di Susa.

Durante il suo peregrinare di valle in valle, a riporto di compagni per i quali lui non esisteva quasi più, Jico aveva pensato a lungo a quale fosse il suo futuro nel branco, e fu proprio qui, in una calda notte estiva di luna piena che prese la decisione più importante della sua vita: lasciare il branco e andare via.

Jico avrebbe ricordato per tutta la vita il dolore provato quella notte, mentre si allontanava dal branco, attraversando da solo un territorio a lui ignoto ed ostile, scendendo verso il fondo valle con il latrare dei cani che sentendo il suo odore avvertivano abbaiando della sua presenza.

Jico vedeva le luci del fondo valle, quelle luci che tante volte aveva visto e che per lui significavano una cosa sola, la presenza dell'uomo e di cui sapeva bene doverne stare alla larga.

Tutto considerato questa valle in cui suo malgrado era arrivato, la Val di Susa, offriva tanta prede più o meno facili da cacciare. Certo dal cinghiale si teneva sempre distante, ma piccoli roditori e giovani ungulati, quelli si

potevano cacciare con una certa facilità anche essendo solo.

Quello che la natura prima e l'esperienza in branco dopo gli avevano insegnato, era lo spirito di sopravvivenza accompagnato dalla speranza un giorno, di poter trovare una giovane lupa con la quale creare un branco tutto suo, forte e ardimentoso come quello che aveva dovuto abbandonare.

E fu proprio quella necessità di sopravvivenza, che quel giorno di metà novembre portò Jico sulle pendici del Monte Musinè, in Val della Torre, dove avvistato un capriolo di circa un anno di vita, già auspicava un facile e rapido pasto dopo un cauto appostamento di qualche ora.

Quel giorno Jico non sapeva che da predatore qual era avrebbe potuto trasformarsi in preda.

Tenendosi controvento e seguendo silenzioso il giovane capriolo da una certa distanza, improvvisamente avvertì nell'aria un altro odore a lui ben noto: l'odore di un cane da caccia, un beagle, che insieme al suo padrone cacciatore, stava scendendo una pista taglia fuoco dal vicino monte Rosselli procedendo proprio nella sua direzione.

Jico aveva già visto in azione quello strano oggetto che il cacciatore portava a tracolla e che gli umani chiamavano fucile: era un oggetto che "scagliava fulmini" che erano in grado di ucciderti, se solo riuscivano a raggiungerli.

Parimenti conosceva anche la tenacia di quei canidi asserviti agli esseri umani: una volta aveva visto un giovane cinghiale essere ferito a morte da uno di quei fulmini, e poi essere raggiunto da due di quei cani da seguita... che impietosi avevano infierito senza sulla quella povera creatura sanguinante! Almeno lui, Jico, aveva imparato dal branco ad uccidere rapidamente e senza giocare con il dolore della preda, ma questi umani ed i loro cani invece...

Furono questi i pensieri che convinsero Jico a dimenticarsi del capriolo che stava seguendo ed a rivolgere tutte le sue attenzioni al cane che si stava avvicinando: acquattatosi dietro ad un cespuglio di felci, Jico dal fondo del bosco digrignò le sue zanne, quasi il beagle ancora lontano potesse mai vederle ed intimorirsi.

Non furono però le zanne bianche di Jico -

che in effetti il cane da quella distanza non poté sicuramente vedere - ma piuttosto il suo odore, quello che invece spaventò a morte il beagle.

Jico era un discendente dei grandi lupi grigi del nord Europa e come tale ben più possente e voluminoso dei "cugini" appenninici che talvolta incrociava su questa montagna: era grande, era muscoloso, era grigio ed aveva due profondi e magnetici occhi color ambra capaci di paralizzare per la paura qualunque preda avesse incontrato sino ad allora.

Quello a cui Jico assistette, fu quindi una reazione di autentica paura da parte del beagle: la povera bestia aveva annusato un pericolo, imminente, enormemente superiore alle sue possibilità di confronto ed istintivamente si era ritirato dietro alla sagoma del suo padrone in cerca di protezione.

Reazione che naturalmente sorprese il cacciatore, lasciandolo interdetto per qualche istante: quello era il suo cane, il fedele compagno di tante battute di caccia durante le quali mai aveva indugiato davanti al pericolo di una preda ferita, disperata ed in quanto tale anche pericolosa.

Cosa quindi aveva potuto spaventare il suo cane in tal modo?

Fu un turbinio di pensieri quello che passò per la testa del cacciatore per una frazione di secondo, per poi lasciargli però il sospetto di quella che poteva essere la risposta giusta: la presenza in zona di un lupo, proprio di un lupo!

La reazione del cacciatore a quel punto fu l'unica immaginabile: afferrato il fucile che aveva a tracolla, lo puntò in direzione del folto del bosco, in quella stessa direzione in cui il cane aveva percepito il pericolo, e si preparò a fare fuoco.

Passarono solo alcuni secondi, ma furono istanti "eterni" per il cacciatore, per il suo cane, per Jico.

Nel profondo del bosco Jico osservava a sua volta spaventato quello che il cacciatore stava apprestandosi a fare, sparargli, uccidendolo forse, ma il colpo non partiva.

Jico era così "appiattito" nella gialla erba alta autunnale da essere praticamente invisibile al cacciatore, solo il suo battito rumoroso del cuore, pensava, avrebbe potuto tradirlo.



Ma il colpo non partì.

E forse anche l'odore del lupo percepito dal cane, svanì.

Tant'è, che così come la percezione di un pericolo imminente era venuta, così se ne andò, lasciando il cacciatore ancora intorpidito ma sollevato per l'apparente esito positivo del confronto appena avuto con madre natura.

Ma Jico era sempre lì, nascosto nel mezzo dell'erba alta alle pendici del monte Rosselli.

Era ancora lì, immobile, quando vide arrivare un numeroso gruppo di umani vestiti in modo strano e con grossi fardelli sulle spalle (certo



Jico non poteva sapere che l'uomo frequenta la montagna anche solo per il piacere di stare in mezzo alla natura e che quelli erano per l'appunto i cosiddetti "escursionisti" o uomini che frequentano gli spazi aperti per diletto portando sulle spalle questi grossi sacchi o zaini) che risalivano il sentiero e che incontrato il cacciatore si misero a parlare con lui, su cosa Jico naturalmente non seppe mai. Noi sappiamo invece che il cacciatore raccontò questa sua esperienza (e del suo cane) a questi escursionisti arrivati da Torino e con il programma la salita proprio alla cima Rosselli.

Sappiamo anche che il cacciatore ammise la paura con la quale un'insidia a lui prima sconosciuta, l'aveva sorpreso: <<com'era possibile che addirittura alle porte della grande città di Torino fossero arrivati i lupi? quali rischi avrebbero mai corso gli abitanti dei paesi a ridosso della montagna? sarebbe stato necessario intervenire per contenere il fenomeno della diffusione del lupo in Piemonte? e come era stato possibile che si arrivasse ad una situazione così, eccetera eccetera, eccetera?>>

Jico restò lì silenzioso ad osservare gli uomini. Infine il gruppo ed il cacciatore si congedarono e ciascuno continuò per la sua strada. Il cacciatore discese a valle, verso il paese ove abitava o dal quale era arrivato. Il gruppo continuò a risalire il sentiero diretto verso la sommità di un crinale sottostante la cima che voleva raggiungere.

Tutto pareva essere tornato alla natura delle sue cose: uomini e animali ognuno per il proprio destino.

Ma qualcosa di insolito accadde.

L'istinto aveva insegnato a Jico quanto fosse importante osservare, immobile, magari per ore, l'evolversi di una situazione tra preda e predatore e quest'ultima esperienza gli aveva fatto comprendere come questi ruoli potessero invertirsi in qualunque momento.

Jico stava quindi osservando questo gruppo allontanarsi, quando un umano, quasi in coda al gruppo stesso, improvvisamente si voltò e guardò nella sua direzione, intensamente: era mai possibile che avesse potuto scorgerlo? che gli occhi di un essere umano potessero penetrare così in profondità nel bosco e coglierlo nella sua posizione nascosta tra le erbe?

Fu una questione di un attimo, ma da entrambi le direzioni questi sguardi ad un certo punto ebbero la consapevolezza dell'incontro: quello dell'uomo con il lupo.

Jico avrebbe ancora incontrato l'uomo, quell'uomo? Mauro avrebbe ancora incontrato il lupo, quel lupo?

La storia dell'uomo e del lupo parte da qui.

Mauro Zanotto

La storia di Jico è frutto di pura fantasia sia pur costruita sulla base di una serie di eventi naturali effettivamente accaduti nelle nostre vallate.

Ma la storia del cacciatore ci è stata veramente raccontata durante l'escursione UET del 20 novembre al Monte Rosselli.

Il lupo è tornato sulle nostre montagne ed è alle porte delle nostre città, delle nostre case. Quale convivenza sarà sostenibile tra uomo e lupo?...



C'era una volta un re che non aveva figli maschi, ma solo tre figlie femmine, di una bellezza unica: la più grande si chiamava Carolina, quella di mezzo Amabile e la più piccola Fantaghirò, ragazza che più bella mai vista non ho, perché era proprio la più bella di tutte.

Il re loro padre non è che fosse molto in forma: malfermo di salute e spesso con l'umore a pezzi faceva pena a vederlo e le figlie cercavano di tirarlo su in tutti i modi. Tutte le mattine lo andavano a salutare nella sala del trono, dove c'erano tre poltrone rivestite di raso e con la spalliera tempestata di pietre preziose: una era azzurra, una nera e l'altra rossa. Le ragazze guardavano subito su che poltrona era seduto il re: se su quella azzurra voleva dire che stava bene; se su quella nera, significava che si sentiva vicino alla morte e se su quella rossa, tutta sgargiante di fiocchi colorati e di falpalà, voleva dire che stava per fare la guerra.

Ed ecco che un giorno le tre figlie, dopo essersi profumate e vestite, entrano nella sala del trono: "Buongiorno, signor padre, avete dormito bene?".

Ma poi si accorgono che è seduto sulla poltrona rossa e rimangono senza parola.

Il re spiega subito che cosa sta succedendo: "Il nostro regno è minacciato da un paese nemico, che ha già catturato qualcuna delle nostre navi e, se non ci muoviamo subito, rischiamo il peggio" L'unica via d'uscita è fare la guerra, ma io sono così malandato che mi viene quasi da piangere se penso che dovrò comandare da solo tutti i miei marinai con le flotte di sciabecchi e tutti i miei balestrieri. Ho proprio paura di non farcela!"

Nel vederlo così disperato, la figlia maggiore gli dice: "Se le cose stanno così, perché non fate andare me al vostro posto? Mi sento pronta a prendere il comando".

"Tu a capo delle flotte e dell'esercito? Ma lascia perdere, che queste non sono cose da donne!". Replica brusco il padre.

"Se non siete convinto, fatemi almeno provare e può darsi che tutto vada bene", insiste Carolina.

Il re è combattuto tra la diffidenza e la voglia

di scaricare su qualcuno il peso della guerra, che per lui sarebbe troppo gravoso.

Alla fine accetta l'offerta della figlia e ordina allo scudiero: "Sentimi bene: fa indossare a Carolina la divisa da generale, con tutte mie insegne e le armi al loro posto, poi falla salire sulla nave ammiraglia mettendole intorno quindici arcieri. Stalle sempre accanto e guarda un po' come se la cava".

Quindi, rivolgendosi alla figlia, aggiunge: "Facciamo un patto: non appena parlerai di cose da donne, il mio scudiero ti riporterà subito indietro".

"Va bene, ma state tranquillo che andrà tutto per il meglio", risponde Carolina, che poi il padre subissa di raccomandazioni contro i pericoli della guerra.

La flotta parte con al centro la nave ammiraglia che porta Carolina con il suo quartier generale. Il tempo è bello e il mare liscio come l'olio, tanto che la ragazza si guarda in giro soddisfatta e tronfia nella sua divisa di comandante.

Ed ecco che, ad un certo punto, scorge a pelo d'acqua un pesce meraviglioso con le scaglie che avevano i colori dell'arcobaleno.

Si volta allora verso lo scudiero per dirgli: "Che meraviglia! Come sarebbe bello se, per andare a ballare, potessi mettermi un vestito come il suo!"

"Ahi, ah! Hai parlato di cose da donne e perciò devo riportarti subito a casa!", ribatte la sua guardia del corpo.

I patti sono patti e alla ragazza non resta che seguire lo scudiero. Vedendoli arrivare, il re si dispera: "Hai visto che non ce l'hai fatta... E adesso? Ho appena saputo che le navi nemiche si stanno avvicinando sempre di più e rischiamo di fare una brutta fine".

Il re era veramente a terra e non sapeva che pesci pigliare.

Si là allora avanti la seconda figlia, che gli dice: "Papà, non disperarti, dove non ce l'ha fatta Carolina, potrei farcela io: fammi provare".

"Senti: visto come vanno le cose, non c'è altra scelta. Quindi va' pure, ma anche per te valgono le stesse regole di tua sorella", le risponde il padre.

"State tranquillo che andrà tutto bene", replica Amabile, prima di prendere il largo.

E tutto procede come prima: la ragazza, vestita da generale, è sul ponte della nave ammiraglia circondata da quindici arcieri, con intorno tutte le navi da guerra della flotta.

Il mare è tranquillo e, mentre naviga verso il paese nemico, Amabile si sorprende a guardare uno spettacolo meraviglioso: poco lontano sta passando un corteo di barche di pescatori con tante belle vele di tutti i colori, che ai bagliori del sole sembrano le stoffe cangianti del negozio di vico Caprettari.

Allora la ragazza non si trattiene e dice allo scudiero: "Ma guarda un po' che meraviglia! Con quelle vele colorate si potrebbero fare dei bellissimi falpalà per i comodini della mia camera da letto!"

"Basta, hai già parlato troppo! Queste son cose da donne e, per stare ai patti, ti riporto subito a casa", è la risposta dello scudiero.

Nel vederli ritornare, il re si dispera ancora di

più: "Anche tu non ce l'hai fatta e qui la situazione è

sempre più critica. Non so proprio cosa fare".

A questo punto si fa avanti Fantaghirò che, tutta spaventata, stava a sentirlo con gli occhi fuori della testa, per dirgli: "sentite bene, papà, adesso tocca a me: vedrete che, dove non hanno avuto successo le altre due, ce la farò io".

"Ma cosa dici? Sei solo una bambina e l'armatura ti starà troppo larga, senza poi parlare delle cose tremende a cui vai incontro", replica il re.

"Non preoccupatevi, fatemi portare della bambagia", continua la ragazza.

Quindi la mette in tutti gli angoli dell'armatura, un po' di più in un posto e un po' di meno in un altro,

per far sì che, quando la indosserà, non le balli addosso e serva a nascondere quanto è piccolina.

Quando è pronta, il re la saluta con qualche raccomandazione in più e con il solito patto: "Sta' bene attenta a quello che dici, altrimenti farai la stessa fine delle tue sorelle!"



Sulla tolda dell'ammiraglia, Fantaghirò entra subito in pieno nel suo ruolo maschile, limitandosi a dare ordini alla truppa e senza lasciarsi sfuggire il minimo commento che possa far scoprire la sua vera identità.

Ed ecco che, dopo qualche giorno, sbarcano in terra nemica.

"Alziamo le tende e accampiamoci qui!", ordina Fantaghirò.

Poi dice allo scudiero di mandare un messo dal re straniero, perché vuole subito incontrarlo.

Fantaghirò si mette ad aspettarlo, seduta su una roccia, con intorno i suoi luogotenenti che, mentre la difendono con il loro corpo da eventuali attacchi, le fanno aria con lunghi flabelli; in quel posto fa molto caldo e la bambagia dell'armatura fa l'effetto di una stufa sul suo corpicino di adolescente, anche se la fa sembrare un pezzo d'uomo, grande e grosso.

La ragazza si tira giù la visiera, dicendo: "Così non mi vedranno in faccia! E poi farò la voce grossa per recitare bene la mia parte. Ma sto impiastro di re nemico non arriva ancora?"

Ed ecco che, proprio in quel momento, sopraggiunge, su uno splendido sauro bianco, un bellissimo giovane, che altri non era se non

il re nemico.

Fantaghirò nasconde la sorpresa e lo apostrofa subito con un certa arroganza: "Ma perché avete catturato le nostre navi?"

"Perché erano sconfinite nel nostro mare!" le risponde il principe nemico.

"Guardatevi bene intorno: i nostri soldati e le nostre navi sono ben di più delle vostre truppe. Se facciamo la guerra, perderete di sicuro", replica la ragazza.

"Facciamo così: parliamone un po' tra di noi, prima di prendere una decisione. Per questo vi invito a casa mia, dove staremo più tranquilli. Se poi non troveremo un accordo, soltanto allora si farà la guerra", conclude il principe.

E così fanno, anche perché si capiva subito che il principe turco di fare la guerra non aveva molta voglia. E poi c'era qualcosa in quel marcantonio in corazza che non lo convinceva e non riusciva comunque a spiegarsi perché la sua presenza lo mettesse così a disagio.

In onore dell'ospite, al castello ci fu un pranzo che non vi dico, con fagiani arrosto, tacchini ripieni, vino di Cipro e mandarini di Framura.

Quando Fantaghirò si ritira con la scorta nelle sue stanze, il principe va a confidarsi dalla madre: "Mamma, a me questo generale non mi convince proprio: c'è qualcosa di strano

"In onore dell'ospite, al castello ci fu un pranzo che non vi dico, con fagiani arrosto, tacchini ripieni, vino di Cipro e mandarini di Framura".



che non riesco a capire".

"Ma cos'è che non va?", chiede la madre.

"Se lo sapessi, non sarei qui a parlargliene"; ribatte il principe.

"Ecco cosa devi fare: portalo nella sala delle armi e vedi un po' come se la toglie. Da come si comporterà, vedrai subito se c'è qualcosa di strano", gli propone la madre.

Così fa il principe turco, ma Fantaghirò si mette a maneggiare le armi con perizia e disinvoltura, come se non avesse fatto altro per tutta la vita, lasciandolo così più interdetto di prima.

Il principe torna dalla madre per dirle: "Il tuo trucco non ha funzionato: quello maneggia le armi, anche quelle più pesanti, come se fossero un pastello per battere il pesto!"

"E allora tu portalo in giardino e vedi un po' come si comporta in mezzo a tutti quei fiori", gli dice la madre.

Intanto, al principe stava succedendo una cosa strana: quando si trovava faccia a faccia con Fantaghirò per parlare delle loro questioni di guerra, si sentiva intenerire il cuore.

Dice allora alla madre di cominciare a pensare che quel generale nemico sia in verità una ragazza...

Tutto questo la convince ancora di più della bontà del suo piano: "Allora il giardino è proprio il posto giusto! Guarda cosa fa con i fiori: se si mette a raccogliarli e ad annusarli, allora è proprio una ragazza. Se no, vedi un po' cosa fa".

Il principe turco e Fantaghirò se ne vanno a spasso in giardino: la ragazza, sempre attenta a non fare il passo sbagliato, guarda distrattamente qua e là e poi strappa con non curanza un rametto di gelsomino, infilandoselo dietro l'orecchio.

Il principe, deluso, corre dalla madre per dirle: "Ne so meno di prima: ha fatto né più né meno quello che avrei fatto io, senza mostrarsi per niente interessato a tutte le varietà di fiori del giardino!"

"A questo punto non saprei proprio cosa dirti! Ma dimmi un po': non ti sarai mica preso una scuffia per quello lì?", continua la madre.

"Che vuoi che ti dica: a me sembra sempre di più una ragazza", replica il principe.

"E allora c'è un modo per saperlo di sicuro: invitalo a fare il bagno con te nello stagno dei

cigni e così vedrai se è un uomo o una donna".

Il principe non se lo fa ripetere e va subito a chiedere a Fantaghirò: "Ci verresti con me domani mattina a fare il bagno nello stagno dei cigni?"

Per salvare la faccia, la ragazza gli risponde: "Ma certo, ci verrò ben volentieri!"

Poi le prende un accidente e si chiede come poter uscire da quel pasticcio.

Pensa che ti pensa, le viene finalmente un'idea e perciò chiama subito lo scudiero, a cui racconta tutta la storia dandogli quest'ordine: "Adesso tu te ne vai e non ti fai più vedere nei paraggi. Poi te ne arrivi domani mattina verso le undici, sporco e sudato per il lungo viaggio, e ti presenti allo stagno dei cigni con un biglietto con su scritto: "Cara Fantaghirò, tuo padre sta male e vuole vederti prima di morire". Così, invece di fare il bagno, potrò sparire".

Lo scudiero, che è già in mutande, la ascolta con gli occhi impastati di sonno, ma poi si riveste, monta a cavallo e scappa via.

L'indomani il principe va a chiamare la ragazza: "Guarda che bella giornata: un po' più tardi, quando il sole è più alto, ci possiamo fare una bella nuotata".

Stavolta Fantaghirò ha proprio paura di non farcela: "Cavolo, quando dovrò togliermi l'armatura con tutta quella bambagia, ci farò la figura della scema e poi non potrò più nascondere chi sono.

Qui va a finire che facciamo la guerra, anche se non ne ho nessuna voglia", pensa tra sé e sé.

E allora cerca di tirarla per le lunghe. Quando arrivano allo stagno dei cigni, dice al principe: "Se vuoi fare subito il bagno, fa' pure. Io mi sento un po' sudato e preferisco aspettare un momento, per non correre il rischio di prendermi una costipazione".

"Ma per carità, fa' con comodo", replica il principe.

Intanto Fantaghirò, che è una furba di tre cotte, si mette a parlare con indifferenza: "E allora questa guerra la facciamo sì o no?"

E l'altro, che a questo punto era proprio innamorato marcio, tanto che gli si vedevano i cuoricini con la freccia uscigli dal naso e dalle orecchie, le risponde: "A dirti la verità, di fare

la guerra con te non ci penso nemmeno. Anzi, penso proprio di restituirti le navi, ma vorrei chiederti di diventare mio amico. Mi trovo così bene con te che vorrei che restassi sempre qui al castello, per andare a caccia e per divertirci insieme. Ma adesso vieni a fare il bagno”.

E, così dicendo, il principe, che si è già spogliato, si butta in acqua.

"Adesso vengo", fa Fantaghirò, che comincia a togliersi con calma un dito di ferro.

Intanto il principe scopre che l'acqua è piuttosto fredda e soprattutto sta male perché si dente dolo.

La ragazza continua pian pianino a sfilarsi il guanto, dito dopo dito, mentre scruta l'orizzonte per vedere se finalmente arriva lo scudiero.

"Chissà che fine ha fatto quell'animale! Magari sarà sotto il tavolo di qualche osteria, completamente ubriaco", pensa tra sé e sé.

E intanto si sfilava un pezzo di armatura fino al gomito, mentre il principe, che sta battendo i denti nello stagno, la guarda di striscio notando una manina e un braccino che non sembrano certamente quelli di un generale.

Ma ecco che per fortuna, proprio in quel momento, arriva lo scudiero, con gli occhi fuori della testa e con la lingua in mezzo ai denti, che sventola un pezzo di carta e si mette a gridare: "Signor generale, dovete venire subito a casa con me, perché vostro padre sta per morire e vi vuole vedere".

Fantaghirò ne approfitta per rimettersi quel poco di armatura che si è tolta e dice al principe: "Caro amico, ti lascio un momento e poi tornerò a fare il bagno con te".

Il principe turco, che se ne stava da più di mezz'ora con il culo gelato nell'acqua dello stagno, resta con un palmo di naso e tenta il tutto per tutto: "Va' pure, ma torna presto. Come ti ho detto, la guerra non la facciamo più e ti restituisco anche le navi. L'unica cosa importante è che non mi lasci da solo e che te ne torni il più presto possibile".

Fantaghirò sale in camera a fare i bagagli. E il povero turco, che non capiva più niente, non fa che ripetersi: "Eppure quella manina e quel braccino erano quelli di una ragazza..."

Prima di partire, Fantaghirò lascia una pergamena per il principe con su scritto:

*"Donna è venuta e donna se ne va,
Ma il principe turco conosciuta non l'ha".*

E vola via in groppa al suo cavallo nero.

Il principe si risveglia dal suo letargo ed esce dall'acqua, intirizzito dal freddo: arrivano subito i suoi servi per asciugarlo ben bene e fargli qualche massaggio per la circolazione.

Poi, per cercare qualche traccia del suo amico, sale negli appartamenti di Fantaghirò dove trova subito il suo messaggio. Capisce al volo e il suo cuore si riempie di gioia:

"Allora è proprio una ragazza.. e se mi ha scritto questo, vuol dire che non le dispiaccio per niente", pensa tra sé e sé.

Poi va da sua madre, per avere il permesso di andare a chiedere la mano della sua innamorata.

E fu così che Fanta-Ghirò, ragazza che più bella mai vista non ho, e il principe turco diventarono marito e moglie e vissero per sempre felici e contenti.

Mauro Zanutto



Natività

Giuseppe, appena ebbe sistemato Maria su una pelle di montone come giaciglio, sprofondò all'improvviso in un sonno inconsueto e profondo.

Non gli era mai successo.

Quando si svegliò si guardò attorno sorpreso di trovarsi in quella stalla.

Ci volle un istante per riprendersi e ricordarsi del censimento e della moglie che doveva partorire.

La cercò con lo sguardo, sicuro di averla al suo fianco, ma non la trovò.

Si alzò agitato, il chiarore della luna che filtrava dalla paglia sconnessa del tetto era debole e i suoi occhi non si erano ancora abituati all'oscurità.

All'improvviso una lama di luce bianca illuminò la mangiatoia in fondo all'ovile e nella penombra vide la sua sposa in adorazione.

Si precipitò in preda alla paura, ma quando le si avvicinò, dopo aver posato lo sguardo all'interno della rastrelliera, alzò gli occhi verso Maria ed esclamò:

"E' nato e io dormivo!"

e Maria, facendogli una tenera carezza, sorridendo rispose:

"Così era scritto".

Sergio Vigna



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 romanzo di Sergio Vigna...

“Trabant 89”

Sergio Vigna

Trabant 89



**Prefazione di
Margherita Oggero**

arabAFenice

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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



*l'ultimo
romanzo di Giulia Gino...*

“DISEGNO L'ONDA CON CUI TU GIOCHERAI”





Sono state due giornate intense, piene di scambi tra i titolati di escursionismo, che sono convogliati a Siena sabato 5 e domenica 6 novembre da tutta Italia.

Circa duecento cinquanta presenze di accompagnatori di escursionismo che, a vario titolo, sono attivamente impegnati nelle sezioni e sottosezioni del Sodalizio e nelle Scuole territoriali.

Ha preso parte ai lavori il presidente generale Vincenzo Torti, che ha definito l'escursionismo l'attività cardine del Club che abbraccia molti aspetti della fruizione della montagna e rappresenta la maggior attività praticata da parte dei 307.000 soci.

Ha sostenuto con vigore che l'accompagnatore di escursionismo costituisce un elemento centrale nella cultura delle Sezioni e delle Scuole.

Gli interventi sono stati numerosi, interventi per fornire lo stato dell'arte dei percorsi storici, per i quali "cammini" il gruppo creato ad hoc dalla sede centrale ha testimoniato quanto finora fatto e ha presentato i progetti futuri che coinvolgono la fitta rete di sentieri del nostro territorio nazionale, volti a promuovere e a valorizzare il ricco patrimonio di "strade" storiche e religiose, interconnesso al ricco patrimonio di rifugi e posti tappa sparsi in tutta Italia.

Si sono succeduti interventi per rendicontare l'attività del ciclo-escursionismo e per evidenziare la necessità della nuova figura dell'accompagnatore ciclo-escursionista titolato, "escursionista" innanzitutto, ma utilizzatore di uno strumento particolare, quale è la mountain bike.

Ma, il cuore del congresso è stata l'ampia e nutrita dialettica che si è sviluppata sul tema proposto quest'anno dalla Commissione centrale di escursionismo coadiuvata dalla Scuola centrale di escursionismo.

Tema: il ruolo di chi accompagna in montagna, divulgatore della cultura delle Terre Alte, educatore dei benefici fisici e spirituali derivanti dalla frequentazione delle

Terre Alte, conduttore, formatore nell'ambito delle Scuole territoriali, regionali e sezionali del Club Alpino.

Lo stesso presidente generale ha motivato, all'apertura dei lavori del congresso, la sua presenza volta a cogliere il divenire di un ruolo che abbraccia molti aspetti della fruizione della montagna dei soci del Club e, proprio nell'ottica di valorizzare questa figura importante di uomo del territorio e testimone qualificato nella conduzione in montagna, ha espresso la ferma volontà di estrapolare da questo congresso tutti gli spunti su cui basare il futuro di questa attività così pregnante per il Sodalizio.

Gli stimoli non sono tardati a venire poiché, nella dialettica congressuale, è emersa l'esigenza di potenziare e sostenere la formazione di tutti coloro che frequentano le Terre Alte, la formazione dei formatori nelle Scuole e permettendo alle diverse anime dell'escursionismo di esprimersi, così riconoscendo le specializzazioni dei seniores e la sentieristica.

Obiettivo unico per il prossimo futuro delle attività promosse dal Sodalizio, caldeggiato da tutti gli accompagnatori e sostenuto, in particolare, dal presidente Torti e dal vicepresidente Montani, sarà semplificare le regolamentazioni interne attualmente presenti, spesso farraginose, cercando di abbreviare le tempistiche per il raggiungimento dei titoli, in modo da permettere ai giovani di avvicinarsi a queste attività, salvaguardando la passione, l'impegno, rispolverando i veri valori che sono alla base del nostro Sodalizio e rafforzando la competenza, la conoscenza e la cultura che, del resto, sono stati obiettivi da sempre del Club Alpino.

Dunque, i diversi interventi si sono susseguiti creando un momento di sintesi importante, ove il confronto talora acceso e, qualche volta critico, ha evidenziato le esperienze maturate e la necessità di elaborare nuove strategie ed iniziative, che dovranno prendersi carico i nuovi componenti della Commissione centrale di escursionismo, nella sede di Siena appena

nominati, in modo da far sì che, al prossimo congresso, convogliano non solo i presenti accompagnatori, ma il maggior numero di titolati di escursionismo.

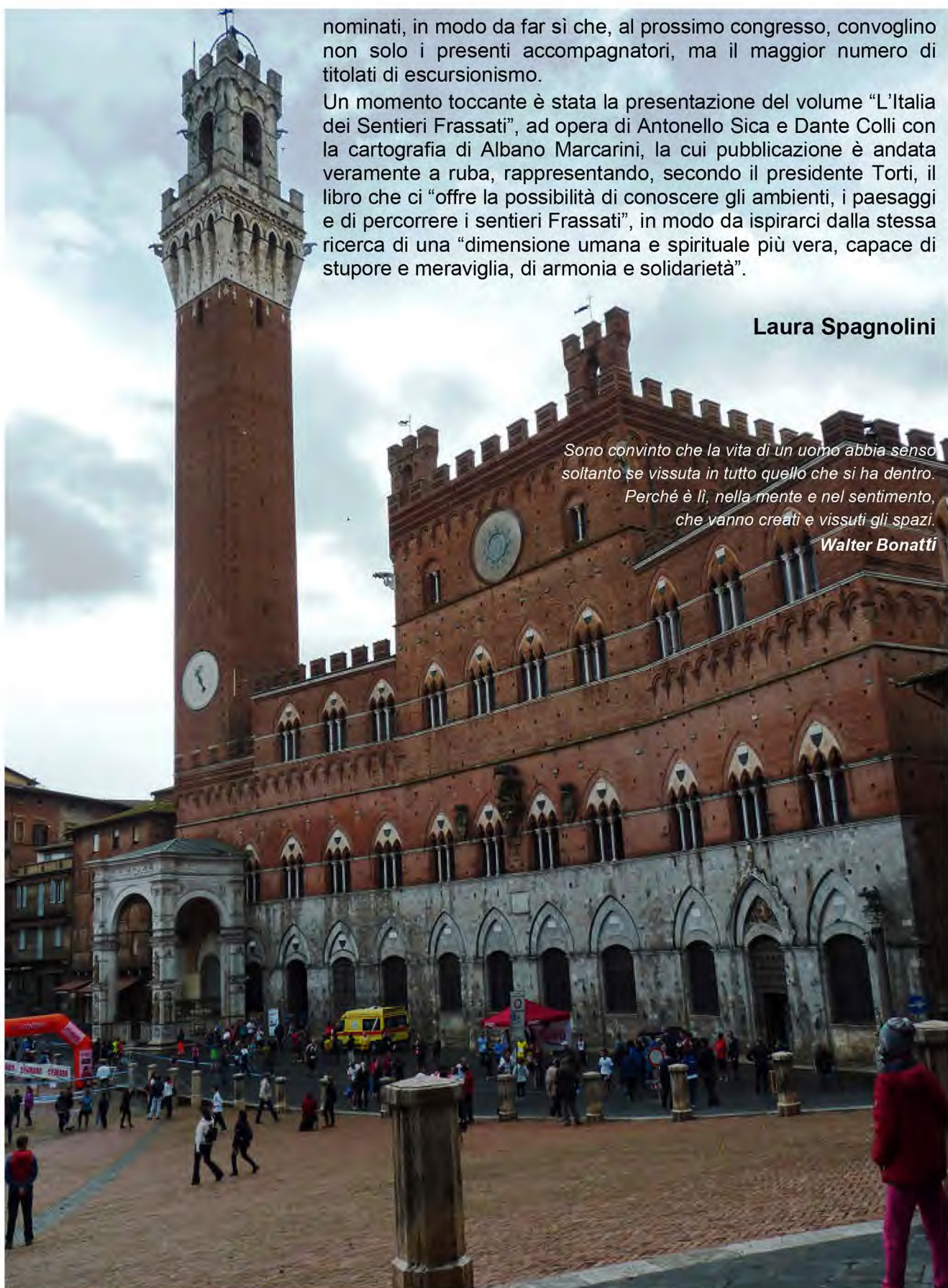
Un momento toccante è stata la presentazione del volume “L’Italia dei Sentieri Frassati”, ad opera di Antonello Sica e Dante Colli con la cartografia di Albano Marcarini, la cui pubblicazione è andata veramente a ruba, rappresentando, secondo il presidente Torti, il libro che ci “offre la possibilità di conoscere gli ambienti, i paesaggi e di percorrere i sentieri Frassati”, in modo da ispirarci dalla stessa ricerca di una “dimensione umana e spirituale più vera, capace di stupore e meraviglia, di armonia e solidarietà”.

Laura Spagnolini

Sono convinto che la vita di un uomo abbia senso soltanto se vissuta in tutto quello che si ha dentro.

Perché è lì, nella mente e nel sentimento, che vanno creati e vissuti gli spazi.

Walter Bonatti



Questa notte è nato il Redentor

*Questa notte è nato il Redentor,
la notte di Natal.*

*Una stalla è il suo castel
tra il bue e l'asinel.
Il bue e l'asinello
lo stanno a riscaldar
è nato il Redentor.*

*Questa notte è nato il Salvator,
la notte di Natal.*

*La sua stella brilla di splendor
ci guida a Bethlem.
E' nato poverello
giace su un po' di fien
è nato il Salvator.*

*Su correte è nato il Redentor,
venitelo a guardar.*

*Accorrete tutti in Bethlem
l'infante ad adorar.
Veglia Maria quel bimbo
lo copre col suo vel
è nato il nuovo Re.*

Canto di origine Croata, viene armonizzato da Andrea Mascagni per il coro SAT di Trento, e via via con il passare degli anni il canto viene interpretato da altri cori compreso il nostro che lo inserisce nel suo repertorio.



Andrea Mascagni (San Miniato, 7 agosto 1917 – Trento, 8 febbraio 2004) è stato un politico, artigiano e musicista italiano.

Dal quotidiano ALTO ADIGE ricordiamo il musicista dopo un anno dalla sua scomparsa in questo articolo:

Ricordando Andrea Mascagni

«In queste scuole musicali non farete mica ancora per caso quell'obbrobrio indegno del solfeggio parlato?», mi disse Andrea Mascagni una delle ultime volte - era una bella mattinata di sole in via Belenzani - in cui avemmo occasione di parlare insieme.

Nel rispondergli che no, naturalmente, che battevamo altre strade cercando di tenere il passo con il meglio delle proposte formative europee, mi era impossibile non pensare a quante molte altre erano state le occasioni di incontrarlo, dai lontani tempi in cui con il fascino di un Beethoven resuscitato (così sembrava alle ragazzine di allora grazie alla splendida chioma fluente nonché al fisico imponente) percorreva i corridoi del Liceo musicale, poi (grazie al suo intervento, va detto) Conservatorio statale di Trento.

Perché dovunque si trattasse di musica Andrea Mascagni, di cui oggi ricorre il primo anniversario della scomparsa, era presente, operativamente, nei fatti, da autentico combattente.

Una battaglia, la sua, non violenta ma tenacissima, sostenuta nel nome della cultura, del fermo proposito di restituire alla musica la dovuta dignità nei ranghi del sapere, dell'operare e dell'educare.

Una guerra ancora lontana dall'essere vinta - basti guardare le recenti sorti dell'educazione musicale nella scuola dell'obbligo - ma che trovò in lui un pioniere e un paladino, capace di aprire strade e sostenere di idee il cammino in cui credere.

Valter Incerpi

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

https://www.youtube.com/watch?v=if_HS30tFqM



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

Il pranzo di Natale

Anche quest'anno, come da tradizione, passeremo il Natale con i nostri cari, siano essi parenti o amici, tutti intorno ad una bella tavola imbandita e soprattutto arricchita da splendidi piatti della nostra cucina Piemontese.

La scelta dei piatti e del numero dei piatti (naturalmente cinque), le modalità della loro realizzazione e la qualità degli ingredienti non saranno casuali ma pensati per "ricordare" quei sapori e quelle emozioni che solo Luciano Bergesio (ci manchi tanto...) il mio maestro chef sapeva proporre ai suoi commensali, considerati più che Clienti... Amici da far sentire a proprio agio, nella sua "Osteria dei 5 piatti".

Diamoci quindi da fare ai fornelli, sicuri del risultato finale che ancora una volta non potrà che stupire i vostri ospiti invitati a pranzo per il giorno di Natale.

Buon Natale, Felice Anno Nuovo e Buoni Sapori a tutti, miei carissimi lettori!

L'antipasto

BIGNÈTÈS

(frittelle alla moda di Mattie – Valsusa)



INGREDIENTI (per 4 persone)

- 2 uova 150 ml di latte fresco intero
- 4 cucchiaini colmi di farina bianca



Il mestolo d'oro

Ricette della tradizione popolare

- Sale e pepe nero

PREPARAZIONE

Sbattete bene in una ciotola con la frusta del Minipimer le uova, il latte, la farina, un pizzico di sale e un pizzico di pepe, fino ad ottenere una pastella non troppo densa.

COTTURA

In una padella antiaderente mettete olio extra vergine di oliva quanto basta per creare un buon strato, fatelo riscaldare e quando inizia ad essere ben caldo tuffate separatamente alcuni cucchiaini di pastella in modo che si formino delle frittelle singole.

Fatele dorare da una parte, poi giratele velocemente con una paletta dall'altra e toglietele dal fuoco facendole asciugare su un pezzo di carta casa assorbente.

Aggiustate di sale.

Servitele calde accompagnandole con patate lesse prezzemolate (ma sono buone anche da sole!).

Sono ottime anche per fare involtini ripieni, decorazioni e contorni ad altri piatti

Il primo piatto

RIGATONI ALLA CREMA DI PORRI E SALSICCIA di BRA

INGREDIENTI (per 4 persone)

- 400 g Rigatoni di Gragnano
- 350 g di salsiccia di suino
- 3 porri medi (utilizzare solo la parte bianca)
- 50 ml di panna fresca
- 2 pizzichi abbondanti di noce moscata in polvere
- 70 g di grana padano grattugiato grossolano
- 120 ml di vino bianco cotto
- 2 cucchiaini di prezzemolo tritato

- Sale grosso
- Pepe nero da macinare
- Olio extra vergine di oliva



PREPARAZIONE

Tritate il prezzemolo finemente.

Tagliare la salsiccia a rondelle molto piccole (spessore circa un cm), poi metterla in una padella antiaderente con un filo d'olio e cuocere a fuoco basso mescolando spesso per almeno 15 minuti.

Tagliare i porri a rondelle sottili, dividerle una per una, metterle in un tegame antiaderente con abbondante olio e far friggere a fuoco molto basso facendo attenzione che non brucino (aggiungere anche un po' d'acqua calda per farli appassire meglio).

Quando i porri sono appassiti (circa 15 minuti di cottura), versate tutto il tegame, compreso l'olio di cottura, nella padella della salsiccia poi aggiungete il vino bianco cotto e fate sfumare.

Mentre la pasta cuoce nella pentola in abbondante acqua salata, aggiungete nella padella con i porri e la salsiccia, la panna, i pizzichi di noce moscata e metà del grana padano grattugiato, fate riscaldare a fuoco basso sempre mescolando fino a quando ottenete una salsa ben amalgamata (gli eventuali pezzetti di grana conferiscono rusticità al piatto).

Quando la pasta è ancora al dente, prendetela con una schiumarola (in modo che resti un po' d'acqua di cottura) e passatela nella padella, cuocete due minuti sempre mescolando, poi impiattate cospargendo ogni singolo piatto di grana e di prezzemolo tritato.

Il secondo piatto

TAJINE DI POLLO CON MANDORLE, PRUGNE E ALBICOCCHES



INGREDIENTI (per 4 persone)

- 1 kg di pollo in pezzi
- 2 pomodori
- 20 pezzi di prugne secche
- 20 mandorle secche
- 1 busta di zafferano
- 1 pizzico di cannella
- 2 pizzichi di cumino macinato
- 1 cucchiaio di semi di sesamo
- 500 ml di brodo vegetale
- Olio extra vergine di oliva
- Sale
- Pepe
- Soffritto di due cipolle

PREPARAZIONE

Preparare il soffritto di cipolle

Tagliare i pomodori a dadini

Infarinare i pezzi di pollo, poi scuoteteli per far

cadere la farina in eccesso.

Tostate leggermente in una padella antiaderente i semi di sesamo e le mandorle.

Ricoprite di olio extra vergine di oliva il fondo di un tegame antiaderente, fate rosolare delicatamente i pezzi di pollo girandoli spesso per 10 minuti, poi aggiungete due pizzichi di sale grosso, la cannella, il cumino e una buona macinata di pepe nero e mescolate bene.

Aggiungete il soffritto con il suo condimento e il pomodoro tagliato a dadini e fate cuocere mescolando per 5 minuti.

Aggiungete il brodo vegetale e la bustina di zafferano, mescolate bene e fate cuocere per 25 minuti a fuoco basso.

Aggiungete le albicocche e le prugne e fate cuocere per altri 10 minuti e comunque fino a quando il brodo è sfumato e resta una salsa consistente.

Verificare se il pollo è ben cotto e, se è necessario prolungare la cottura, aggiungete ancora un po' di brodo vegetale.

PRESENTAZIONE

A cottura ultimata impiattate e cospargete i piatti con le mandorle e il sesamo tostati.

Il contorno

FRITTICANZA DI VERDURE



INGREDIENTI

- Tutti i tipi di verdure, che si amano, in parti

uguali tagliate a stecchetto (zucchine, peperoni, cipolle, carote, sedano...) e se ci sono anche fiori di zucchini (senza tagliarli a stecchetto).

- Latte
- Farina
- Sale
- Olio extravergine di oliva

PREPARAZIONE

Tagliare le verdure a stecchetto.

Far scaldare abbondante olio in una padella antiaderente.

Passare nel latte le verdure, poi nella farina, scuoterle per rimuovere l'eccesso di farina e friggerle nell'olio bollente.

Quando sono dorate scolarle con una schiumarola, metterle su un foglio di carta assorbente e asciugarle.

Servirle ben calde.

SUGGERIMENTI

l'unico neo di questa ricetta è che non può essere cotta prima, ma va frita e servita sul momento, quindi chi è ai fornelli non può gustare insieme agli altri commensali a meno che non si trasferiscano tutti in cucina.

Il dolce

CIOTOLINA MONTANARA



INGREDIENTI (per 4 persone)

- n. 4 biscotti secchi g 40 di uva passa
- mezza tazza di caffè lungo g 250 ricotta
- g 125 di gherigli di noci g 90 di pinoli
- g 125 di zucchero g 60 di cacao in polvere
- un bicchierino di Amaretto Saronno g 100 di nocciole tostate
- g 100 di panna fresca montata

PREPARAZIONE

Mettere a bagno l'uva passa in acqua tiepida per almeno 20 minuti.

Tritare grossolanamente la frutta secca

Bagnare i biscotti secchi nel caffè e disporne uno per ciotola

Mescolare bene in una ciotola grande la ricotta con lo zucchero e poi via via aggiungere la panna, la frutta secca, il cacao, l'uva passa e, sempre mescolando, il liquore.

Versare il composto nelle ciotole, decorare con un po' di caffè macinato e un pizzico di frutta secca macinata, riporre in frigorifero e servire almeno dopo due ore.

OTTIMA DA AFFIANCARE ANCHE AL PANETTONE!



Mauro Zanotto



La "lesa", un antico mezzo di trasporto

Fino ad un recente passato, nella montagna di Condove ma anche in tutto l'arco alpino, il trasporto da monte verso valle (o viceversa) del fieno e della legna era possibile grazie all'uso di grandi slitte, le "lese", le caratteristiche slitte di legno trainate da uomini, usate per trasportare carichi sulle mulattiere alpine, appositamente realizzate durante le lunghe sere degli inverni alpestri.

Nel ripercorrere le rotaie scavate nelle mulattiere dalle discese di questo antico mezzo di trasporto si colgono le vicende più autentiche fatte di lavoro e di fatica, le tracce di storia e di cultura.

Un mezzo ormai scomparso, elemento di un mondo di lavoro e di tradizioni nel quale l'uomo era in grado di adattarsi all'ambiente, creando una cultura materiale capace di rispondere alle sue quotidiane necessità.

Questo veicolo del mondo rurale era costituito essenzialmente da un piano di carico collegato ad una coppia di robusti pattini arcuati per mezzo di montanti e traverse secondo schemi costruttivi che rispondevano alle diverse tradizioni locali.



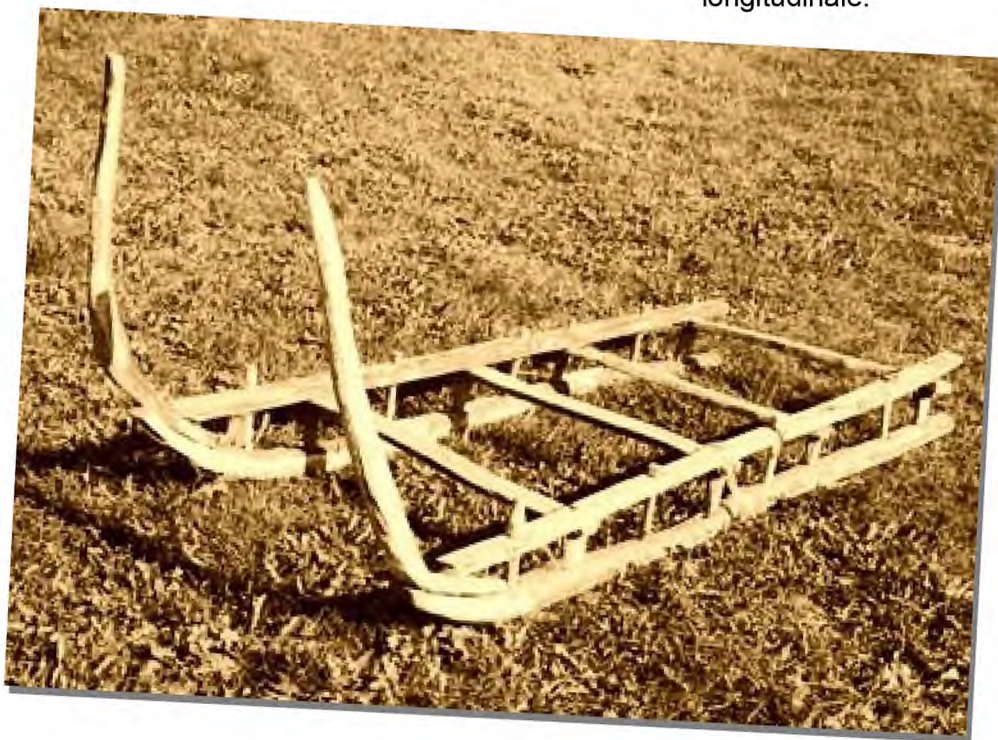
C'era una volta
Ricordi del nostro passato

Queste slitte dovevano essere solide ed elastiche per consentire il trasporto di grosse quantità di materiale adattandosi alle irregolarità del percorso, ma anche leggere per portarle in salita a destinazione.

La "lesa" (la "lesa" in piemontese, la "lèvia" in francoprovenzale) è simile ad una slitta, le sue due parti fondamentali sono i pattini (i "levioùn" in francoprovenzale), somiglianti a due robusti sci di faggio (qualche volta anche di frassino o castagno), lunghi due metri, o poco meno, hanno il gravoso compito di strisciare sulle asperità del terreno percorso costituito da sassi, radici e terra e consentono i movimenti della slitta.

La parte anteriore, variamente arcuata, è ottenuta per uso di tronchi con sviluppo a sciabola o per mezzo di operazioni d'intaglio.

I montanti sono gli elementi che collegano e rialzano il piano di carico rispetto ai pattini. I montanti sono collegati da traverse con eventualmente dei longheroni in senso longitudinale.





Sempre presenti i manici costituiti da elementi di diametro ridotto dritti o piegati, per la manovrabilità della slitta.

Altro accessorio, non sempre presente, è il freno, la cui funzione è quella di non lasciare sfuggire in avanti la slitta quando si procede in una ripida discesa.

Il carico della slitta era generalmente fieno, legna, patate, pietre, letame ecc. tutto quanto era prodotto nei campi nell'ambito delle attività rurali. Il carico poteva essere di circa 3 quintali.

Le parti componenti la lesa

La legna da ardere veniva disposta longitudinalmente e legata alle traverse con corde.

Il fieno veniva trasportato con il telo da fieno legato agli angoli da formare un grande sacco, oppure si utilizzavano delle reti fatte di corde e portanti sui due lati più corti due bastoni che venivano legati assieme dopo che era stato avvolto il fieno. Il letame si trasportava con un contenitore di legno o fatto con salici

intrecciati.

Il traino della slitta era compito degli uomini (i "lèviatarou"): aiutandosi con una corda legata ai primi due montanti e attraversante le spalle, prendevano i manici della slitta in mano e muovevano la slitta a strascico.

Nella prima parte del secolo scorso ogni famiglia abitante nei comuni di Mocchie e Frassinere aveva una slitta.

In una sala del museo etnografico di Mocchie (Condove) è esposta una antica "lesa" tipica della zona.

Gianni Cordola

www.cordola.it

Foulard delle montagne



la Vedetta Alpina la rubrica del Museo Nazionale della Montagna

in mostra al Museo Nazionale della Montagna dal 16 dicembre 2016 al 28 maggio 2017

Al Museo Nazionale della Montagna di Torino dal 16 dicembre 2016 è di scena il foulard, l'accessorio principe dell'haute couture che Christian Dior ha definito «il tocco finale di una mise», raccomandando alle sue clienti di sperimentarne i vari modi di indossarlo, per trovare quello più adatto ad ognuna.

La proposta del Museomontagna, apparentemente inusuale, s'inserisce in un ampio programma di valorizzazione delle raccolte iconografiche, conservate nel suo Centro Documentazione, legate alla montagna indagata sotto tutte le angolazioni, anche le meno scontate.

Il foulard, accessorio nato per un uso quotidiano e principalmente per scopi pratici presso tutte le culture del

mondo, nel corso del Novecento diventa simbolo di eleganza e femminilità.

Le signore più chic del secolo scorso dall'americana Elsie de Wolfe, attrice e arredatrice, a Jackie Kennedy, fino a Margaret Thatcher e a Christine Lagarde, lo hanno trasformato in un vero e proprio oggetto di culto.

A partire dagli anni Cinquanta, dive del cinema, come Audrey Hepburn, Grace Kelly e Gloria Swanson in *Il viale del tramonto*, poi Sarah Jessica Parker in *Sex and the City* o Susan Sarandon in *Thelma & Louise*, ne hanno favorito la diffusione presso un pubblico di fruitori molto più ampio.

L'esposizione è incentrata su una selezione di settanta pezzi, i più interessanti, selezionati dai curatori Aldo Audisio, Laura Gallo e Cristina Natta-Soleri, tutti provenienti dalla cospicua raccolta di foulard del Museomontagna che conta oltre centottanta esemplari a tema montano a partire dagli anni Venti e Trenta del Novecento fino ad arrivare alle moderne creazioni degli anni Duemila. In mostra si possono ammirare foulard delle grandi firme della moda: da Chanel a Hermès, Prada, Givenchy, Gucci, Céline, Krizia, Burberrys, Ralph Lauren, Escada, Gabrielli, e Bogner, oltre a marchi più contemporanei, come Lola Paltinger,



Burberrys, Burberrys at the South Pole, anni 1980, seta

Milleneufcentquatrevingtquatre, Étoile de Marie, Casali 71 e Charlotte Hudders, solo per citarne alcuni.

In mostra sono presenti anche foulard commemorativi, dedicati agli eventi olimpici invernali, come quello realizzato per le Olimpiadi di Oslo del 1952 o la serie per i Giochi Olimpici di Grenoble del 1968, affidata a noti illustratori e pittori come Constantin e Pierre Ambrogiani. Nella collezione numerosi sono gli esemplari appartenenti a questo filone, così come quelli nati con scopi turistici, veri e propri souvenir talvolta realizzati in tessuti meno pregiati della seta, che non hanno nulla a che vedere con l'accessorio di lusso delle grandi case di moda.

Il foulard - che nella sua versione classica è realizzato rigorosamente in seta, materiale nobile e raffinato, sinonimo di leggerezza - lega la propria storia alla Maison Hermès. Thierry Hermès nel 1837 fonda un'azienda che produce selle e finimenti per cavalli, cento anni dopo dal genio creativo di Robert Dumas, genero e socio di Émile-Maurice Hermès, nascono i celebri carré dai fantasiosi e raffinati disegni.

Al marchio francese appartengono alcuni pezzi esposti risalenti agli anni Quaranta e Cinquanta, come *Les Joies de la Montagne*, firmato dallo svizzero Jean-Louis Clerc, o *Chamois* uscito dalla mano di Xavier de Poret.

Sono inoltre presenti alcuni esemplari di soggetto polare come *Expéditions Polaires Françaises Missions Paul-Émile Victor* (1952), su disegno di Hugo Grygkar, o *La Vie du Grand Nord* di Aline Honoré (2004). All'ambiente dell'equitazione e



Hermès, *La Vie du Grand Nord*, 2004, seta.

della mondanità si lega anche la nascita, nel 1921, di Gucci, i cui carré devono la propria fortuna a Vittorio Accornero, ideatore di *Flora* – realizzato nel 1966 per Grace Kelly – e di molti altri presenti in mostra, appartenenti alla nota serie a soggetto prevalentemente botanico.

Il foulard nel mondo alpinistico è spesso associato a un senso di sfida alle convenzioni a un'idea di libertà, come sembra suggerire la famosa fotografia della scalatrice Varale (1895-1963) ritratta nel 1931 con un foulard in legato come una bandana, in compagnia dell'alpinista Riccardo Cassin.

Il gioco più amato da noi

Proprio quel Cassin che si ritrova fra le novantadue firme ricamate sul curioso foulard «*Rifugio Regina Elena, 23.24.25. V. 1931*», lasciate dagli alcuni tra i più famosi alpinisti dei primi decenni del Novecento.

Pezzi di stoffa più o meno quadrati, d'altra parte sono stati nel tempo protagonisti di numerose storie legate alla conquista delle vette. Nel 1786 un "fazzolettone" rosso, annodato stretto a un bastone piantato nella neve in mezzo al vento forte, viene fatto sventolare sulla vetta del Monte Bianco da Michel Gabriel Paccard, che vi era salito insieme al cercatore di cristalli Jacques Balmat, riuscendo nell'impresa fortemente voluta da Horace-Bénédict de Saussure.

Un altro pezzo di stoffa quadrato, con la sigla G.L.M. ricamata a mano su un angolo è stato ritrovato nel marzo



Hermès, Cathy Latham-Audibert, Haute Montagne – Refuge des Cosmiques. 1992. seta

1999, a 8290 metri di altitudine, sotto il Grand Couloir, sul versante nord dell'Everest. Grazie a questo oggetto e alle lettere che vi erano ripiegate dentro, Conrad Anker ha potuto essere certo che quello che aveva trovato fosse davvero il corpo dell'alpinista inglese George Leigh Mallory (1886-1924), protagonista, nel giugno del 1924, del più straordinario fallimento nell'ascensione al tetto del mondo.

Dott.sa Laura Gallo

Museo Nazionale della Montagna



MUSEO NAZIONALE DELLA MONTAGNA

CAI-TORINO

La mostra "Foulard delle montagne" del Museo Nazionale della Montagna – realizzata con il sostegno della Regione Piemonte, della Fondazione CRT e della Camera di Commercio Industria Artigianato e Agricoltura di Trento e con la collaborazione della Città di Torino e del Club Alpino Italiano – è accompagnata da un volume, il nono della collana dedicata alle

Raccolte di Documentazione del Museo Nazionale della Montagna: Foulard delle montagne.

A cura di Aldo Audisio, Laura Gallo e Cristina Natta-Soleri, edito da Priuli & Verlucca, 156 pagine corredate da un ricco apparato iconografico di 170 immagini di foulard.

RACCOLTE DI DOCUMENTAZIONE DEL MUSEO NAZIONALE DELLA MONTAGNA

PRIULI & VERLUCCA

FOULARD DELLE MONTAGNE

a cura di

Aldo Audisio Laura Gallo Cristina Natta-Soleri



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

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

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

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

Un anello nel vallone di Pramollo

Dal Poggio Pini al Pilone Bianco Gardetta passando per il Truc Laouza ed il colle Laz Ara

- Località di partenza: Borgata Ruata mt. 1126
- Dislivello complessivo: mt. 711
- Tempo complessivo: 5 ore e 45 minuti c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 5 Val Germanasca – Val Chisone Fraternali Editore

Il vallone di Pramollo, dove scorre il rio Risagliardo, inizia a S. Germano grosso centro all'inizio della valle del Chisone. Stretto in basso, nella parte alta s'apre a ventaglio a più dolci soleggiati pendii costellati di minuscole borgate poste attorno alla principale, Ruata, dove sorge il tempio valdese.

Confinante da una parte con la valle principale, a monte con quelle Germanasca e Pellice, il vallone termina alle pendici del Gran Truc, che è la montagna che domina la valle,



Marco Polo Esplorando... per Monti e Valli

sulla quale si sale facilmente una volta raggiunto il crinale al colle Laz Ara ricco di storia.

Partendo da Ruata, questo itinerario si porta inizialmente al panoramico Poggio Pini e traversando lungamente con andamento a semicerchio, stando di poco sotto il crinale, raggiunge il Truc Laouza da dove si prosegue verso il colle Laz Ara oltre il quale ancora si continua sino al punto in cui si abbandona il crinale prendendo il sentiero che passando per il Pilone Bianco Gardetta scende a valle incontrando per via alpeggi e insediamenti, alcuni in uso, altri abbandonati, percorrendo la piacevole traccia che riporta a Ruata.

Questo itinerario più che un'escursione lo possiamo definire una piacevole passeggiata da farsi preferibilmente ad inizio stagione o in autunno in quanto si affrontano accettabili dislivelli che si superano gradualmente traversando lungamente per le fitte pinete che ammantano questi pendii. Giunti sul crinale, allo storico colle Laz Ara, diradandosi la copertura arborea, lo sguardo s'apre libero ampissimo da una parte sul vallone sino alla pianura, dall'altra sulle valli Chisone e Germanasca e sulle cime che le chiudono.

In bassa val Chisone, giunti alla rotonda che permette di accedere a S. Germano, si lascia la statale prendendo a sinistra la strada che subito attraversando il torrente passa poi al centro dell'abitato dove si prosegue per Pramollo.

Traversando lungamente, incontrando per via i bivi per le numerose borgate di fondovalle, si costeggia per un lungo tratto il rio Risagliardo addentrandosi la strada verso il fondo del vallone sino al punto in cui, fatta una prima svolta, iniziano le lunghe diagonali ascendenti e le svolte che terminano di sopra alla borgata Ruata.

Superato il campanile si può lasciare l'auto all'ampio piazzale nei pressi del tempio valdese subito trovando numerose indicazioni.



La piacevole, ampia traccia che prosegue verso il Gran Truc

Poiché la prima cima da raggiungere è il Poggio Pini, si prende la strada per le borgate Bosi, Ciaurenchi e Ribetti. Superata la prima e raggiunta la seconda con percorso quasi piano, all'inizio dell'abitato, subito dopo lo slargo, si lascia la strada prendendo la traccia segnata che sale tra le case rasentando la fontana.

Costeggiando nel proseguo terrazzamenti che delimitano coltivi abbandonati e prati, si raggiunge in breve Ribetti dove conviene fare provvista d'acqua alla fontana perché poi non se troverà più. Usciti dalle case subito un'indicazione identifica il sentiero che porta al Poggio Pini, Bric dei Pini.

La traccia che si prende, traversando piacevolmente nel bosco con percorso piano, giunge più avanti sul crinale all'area di sosta delle Case Sea dove si prosegue lungamente nel chiuso della pineta terminando al modesto rilievo del Poggio Pini mt. 1234.

1 ora c.ca dalla borgata Ruata

Tornati poi alle Case Sea, seguendo l'indicazione per Tuno Griotto, con una breve deviazione si raggiunge un successivo innominato poggio, più aperto e assai più panoramico dove la vista s'apre ampissima sulla valle del Chisone e sui monti e sui colli dell'opposto versante.

Ritornati sui propri passi si prende ora la traccia che porta al colle Laz Ara. L'interminabile tratto ascendente che si percorrerà, con percorso a semicerchio stando di poco sotto il crinale che separa il vallone di Pramollo da quello della valle principale, raggiungerà al termine

dell'attraversamento questo storico colle.

Stando sempre su un'evidente e segnata traccia, percorso un primo tratto dove si sale nella pineta, quando si esce dal bosco si raggiungono i prati posti attorno all'alpeggio di Pra-Lunie, coi muretti che li cingono, dove si scende di poco, così rasentando l'insediamento a monte, superato che si ha si continua, ora in piano, riprendendo a salire quando si attraversano degli aperti pendii pascolativi e una zona molle che portano ad un roccioso promontorio superato il quale di sotto si scorge un altro insediamento, Grange, al centro di praterie ancora ben tenute.

Seguitando per un tratto in piano, sempre su un'evidente traccia ora segnalata da lunghi pali bianchi con anello rosso, si rientra nel chiuso della pineta dove si riprende a salire, faticosamente, raggiungendo, molto più avanti, un intaglio sul crinale e poi degli ampi ripiani pascolativi, che si attraversano, dove i larici prendono il sopravvento.

Aggirata un'ultima, boscosa dorsale, la traccia guadagna un esteso primo colle sul crinale che dà sul vallone di Riclaretto in valle Germanasca, Plan Quermà, Piano Bruciato. Qui giunti un sentiero scende verso Pomaretto, mentre piegando a destra e risalendo il crinale, si perviene ad un primo modesto rilievo, innominato, nel punto in cui sorge una bacheca.

Scesi poi al Piano Bruciato, seguitando fedelmente sul crinale, senza alcuna difficoltà di raggiungono le rocce che contraddistinguono la cima del Truc Laouza, mt. 1682, un piatto crinale che si percorre per intero intraprendendo poi la discesa



Questo è il Pilone Bianco Gardetta



I monti dal colle della Roussa alla Punta dell'Aquila

all'opposto che porta di sotto al colle Laz Ara avendo in vista i trinceramenti che i francesi scavarono a difesa agli inizi del settecento.

Scendendo al colle la vegetazione arborea si dirada sparendo quasi del tutto quando lo si raggiunge. Ampissima è la visuale che si apre sul vallone di Pramollo, sulle valli del Germanasca e sui monti.

2 ore e 15 minuti c.ca dal Poggio Pini

Il colle Laz Ara, solchi in patois per via dei trinceramenti, mt. 1594, mette in comunicazione il vallone di Pramollo con quello di Riclaretto in valle Germanasca.

Qui giunti, volendo abbreviare il percorso, si può tornare a Ruata percorrendo lungamente lo stradello che scende a valle, eventualmente subito prendendo il sentiero NP1; oppure si può proseguire sulla via che porta in vetta al Gran Truc sino al Pilone Bianco Gardetta prendendo poi il sentiero che riporta a Ruata.

Se così si decidesse di fare, percorsa l'evidente traccia che sempre sta sul crinale o di poco sotto, raggiunti più avanti due punti ravvicinati dove sorgono delle indicazioni, alle seconde si segue quella per il pilone Gardetta e Leiretta chiedendosi cosa sia mai un pilone nelle valli valdesi. Scendendo il ripido pendio, più a valle si scopre che altro non è che un

grosso pilastrino di pietre accatastate.

30 minuti c.ca dal colle Laz Ara

Da qui una sempre evidente traccia prende a scendere con una serie di svolte ravvicinate, mai ripide, a cui segue un lungo traverso, con lunghi tratti quasi pianeggianti, che porta la traccia di sotto a terminare su uno stradello presso le praterie dove sorge l'alpeggio della Leiretta, ancora in uso, dove si prosegue sullo stesso, ma per poco, lasciandolo nel punto in cui, giunti a degli ameni ripiani pascolativi, si prende il sentiero 305 per Gardellino,

Dalla Punta Muret alla Punta Tre Valli





I trinceramenti al colle Laz Ara

Bocchiardi e Ruata subito scendendo nel bosco.

Attraversato l'abbandonato insediamento di Champas, usciti di sotto sullo stradello che raggiunge la prima borgata, lo si abbandona alla terza svolta per il sentiero che entra nel bosco dopo aver costeggiato dei terrazzamenti e superato un rio.

Al bivio che segue si prosegue dritti e sorpassando la borgata Sapiatti a monte si giunge alle case di Bocchiardi. Attraversata la strada, dalla parte opposta riprende il sentiero che, rasentata la fontana e poi una palizzata, superato su un ponticello un altro rio, sempre traversando giunge alla recinzione all'interno della quale sono coltivati i "Frutti perduti".

Continuando, oltre ancora un altro rio e sempre trovando per via numerose indicazioni, ci si immette infine sulla strada

asfaltata che in breve riporta al piazzale di Ruata dove questo anello si chiude.

2 ore c.ca dal Pilone Bianco Gardetta

Beppe Sabadini



Indicazioni puntuali e precise

Alimentazione e invecchiamento

Una sana ed equilibrata alimentazione associata ad un regolare esercizio fisico sono in grado di rallentare l'invecchiamento.

L'invecchiamento è una fase naturale della vita infatti le nostre cellule sono "programmate" per avere una certa durata, dopodiché iniziano a morire più di quanto vengano rigenerate.

Tutto ciò è dovuto anche all'azione dei così detti radicali liberi che risultano aumentati grazie ad un'alimentazione poco salutare, fumo, vari inquinanti e radiazioni solari.

Un'alimentazione sbagliata troppo ricca di calorie, con alto contenuto di grassi, zucchero e priva di fibra favorisce l'invecchiamento.

E' consigliata l'assunzione di cereali integrali, ortaggi a foglia verde, lievito di birra e germe di grano per un giusto apporto di vitamine del complesso B.

La fibra contenuta nei cereali integrali (avena, semi di lino, ortaggi non cotti) previene la stitichezza e riduce l'assorbimento delle



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

sostanze tossiche.

Lo yogurt e altri prodotti fermentati come crauti e kefir favoriscono la crescita di batteri benefici che potenziano le difese immunitarie nei confronti dell'infezioni.

La frutta e gli ortaggi contengono grandi quantità di antiossidanti (carotenoidi) che neutralizzano i radicali liberi e proteggono le pareti dei vasi arteriosi dalla formazione di placche.

Due elementi selenio e Vit E contenuti nei semi, frutta secca e oli vegetali proteggono dal cancro, patologia cardiaca e artrite.

Le proteine vegetali contenute nei fagioli, la soia e quelle animali del pesce, carne magra bianca di pollo, tacchino sono buone fonti di energia.





La vitamina C (agrumi, peperoni, fragole, pomodori, avocado) è un potente protettore nei confronti dei radicali liberi, cancro e potenzia le difese immunitarie.

L'aglio e la cipolla hanno proprietà antiossidanti e migliorano la circolazione come la buccia dell'uva nera che riduce anche le placche arteriose.

Infine bere sempre molta acqua per evitare la disidratazione responsabile del malassorbimento, disfunzioni renali, ipercolesterolemia, affaticamento, cefalea.

Diete a basso contenuto calorico prolungano la vita. Bisogna quindi evitare il così detto cibo "spazzatura", alcol, farina e zucchero bianco, cibi con additivi e conservanti e le carni rosse.

Inoltre l'esercizio fisico praticato regolarmente aiuta a mantenere il peso e a prevenire diverse patologie legate all'età

Il processo dell'invecchiamento è fisiologico e progressivo e va' affrontato dalle prime fasi

della nostra vita combinando una dieta sana e uno stile di vita equilibrato finalizzato al rallentamento del nostro "orologio biologico".

Maria Teresa de Palma

Biologa Nutrizionista





Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza

Conoscere

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

Informare

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

Preparazione fisica

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

Preparazione tecnica

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

Abbigliamento

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

Alimentazione

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

Rinuncia

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

Emergenze

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

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

S.O.S. Montagna

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

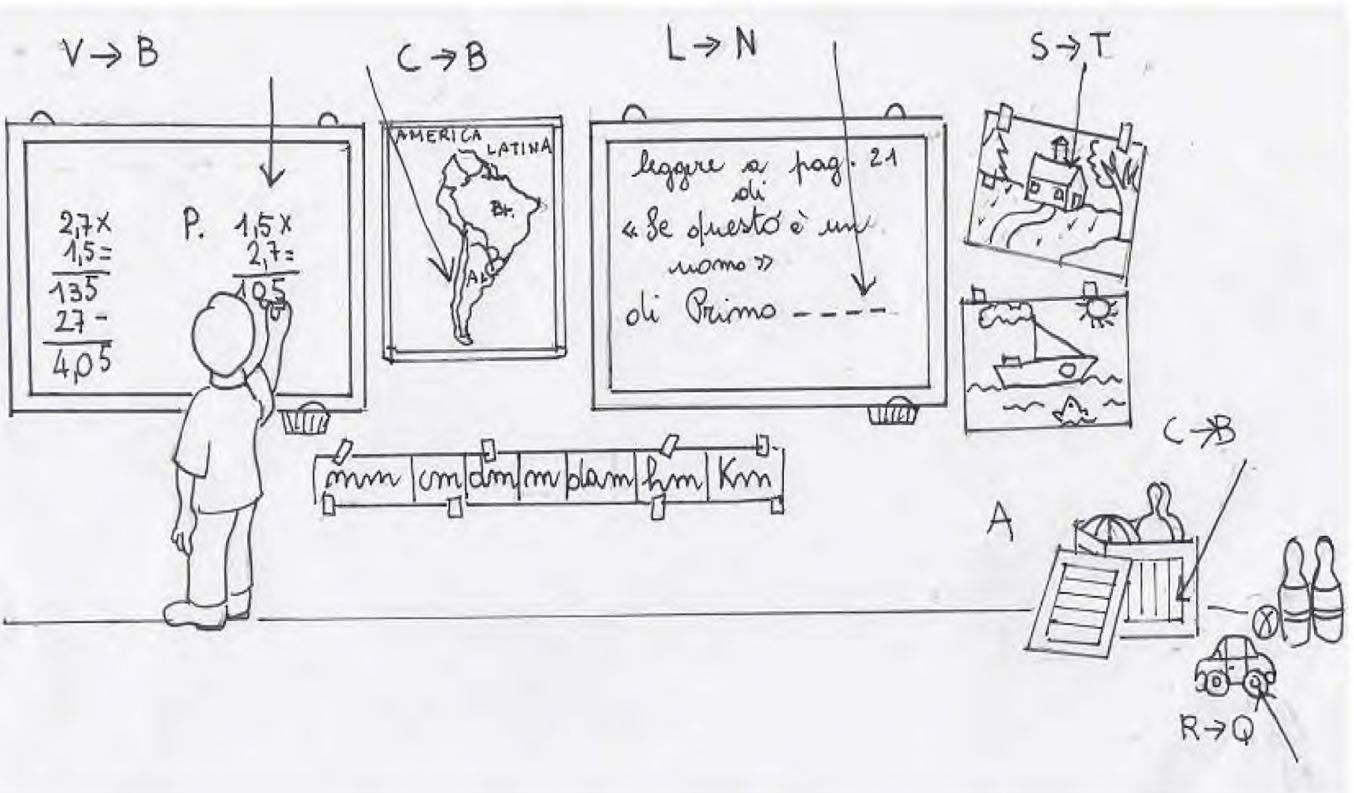


IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

REBUS CON CAMBIO: 9,8,1 5,5
























(Sostituire le lettere indicate)



(la soluzione verrà pubblicata nel numero di GENNAIO 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					

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

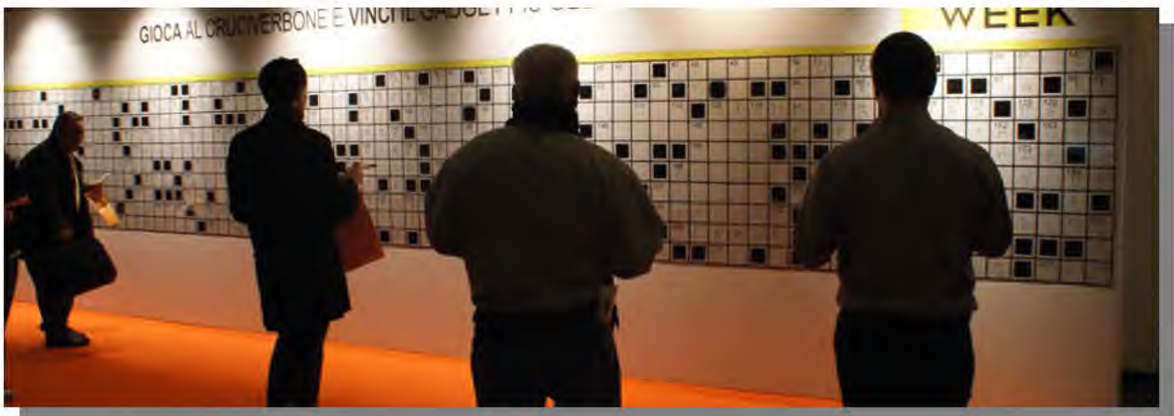


ORIZZONTALI:

1. Prefisso che indica la presenza di un radicale derivato dall'etano
5. Il nome della Campbell
10. Ragazza nobile al servizio di regine
12. Sigla di Siracusa
13. Istituto per la Ricostruzione Industriale
14. Pianta caratterizzata da odore pungente e sgradevole
15. Divario tecnologico
16. Le estremità del ponte
17. Ha per capitale Lima
18. L'ultima lettera dell'alfabeto
19. Piccoli rigonfiamenti
21. Aloni sovranaturali
22. Colui che ha creato un'opera dell'ingegno
23. Il nome della Finocchiaro
25. Sottile, minuta
26. Tortorella nei panni del *mago Zurlì*
27. Furono erette sul Calvario
30. Uncino per pescatori
31. Ha una serie di gradini
32. Abbreviazione di dottore
33. Dio egizio del sole
34. Il nome di Pirandello
35. Croce Rossa Italiana
36. Raz, attore televisivo di origini israeliane
37. Giaggiolo
38. Sta con Tizio e Sempronio
39. Idrocarburo presente nei petroli.

VERTICALI:

1. Il marito di Giocasta
2. Difetti ereditari
3. Istituto Mobiliare Italiano
4. In quel luogo
5. Prefisso relativo ai nervi
6. Luogo naturale elevato rispetto al territorio circostante
7. La si fa allo stadio
8. Iniziali della Arcuri
9. Grande strumento musicale a corde
11. Il fratello di Hänsel
12. Caricatura, parodia
15. Lesioni cutanee dovute al freddo
17. Suddivisione dell'antica Attica
18. Incivile, villana
19. Alveare per api a favo fisso
20. Rustici strumenti a fiato
21. Principio immateriale della vita
23. Un piccolo parassita
24. Matassa di filo greggio
28. Tesse la tela
29. Il capo dei bravi al servizio di Don Rodrigo
31. Condimento per la pasta
32. Il suono del campanello
34. Sta con lui
35. Verso del corvo
36. Indica provenienza
37. Istituto Tecnico.



CRUCIVERBA CON SCHEMA

(Franco Griffone)

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

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



ORIZZONTALI:

- 1 Un caccia russo
- 3 Asti
- 5 Lo è un clima umido
- 10 Mira al centro!
- 11 Un vento forte
- 13 Gioca in casa a Madrid
- 14 Un colore transalpino
- 16 L'anima del poeta
- 18 Le consonanti della rima
- 19 Veloce raid nel campo nemico
- 22 Rilievi puntiformi che si formano sulla cute
- 24 Si affaccia sul mar Nero
- 28 Proclamata
- 29 Nasce a 1385 slm
- 30 Abitanti degli stagno
- 32 Precede two
- 33 Senza spargimento di sangue
- 36 Un satellite di Giove
- 37 Si calcola in metri quadrati
- 38 Starnazza in cortile
- 40 Ci sono quelle interpoderali
- 42 Cattivi, andati a male
- 44 Agglomerati urbani
- 45 Smercia alcolici

VERTICALI:

- 1 Fanno parte del Governo
- 2 Ferro in inglese
- 3 Aosta
- 4 Fare, avere, tramandare
- 6 Può esserlo una sponda
- 7 Le hanno foce e toce
- 8 Sua altezza reale
- 9 Fa parte delle Ulmaceae
- 11 Dedicò una sinfonia a Wagner
- 17 Maniere di fare, di comportarsi
- 20 Anagramma di Amor
- 21 Da finire ... il!
- 23 Un Enzo della canzone italiana
- 25 L'insieme delle genti
- 26 Lo si può portare dentro
- 27 Navigò sull'arca
- 31 Organi maschili dei fiori
- 34 Letto asciutto di antichi corsi d'acqua
- 35 Nord-Ovest
- 38 Non la vede l'impaziente
- 39 Istitutore del passato
- 40 La Spezia
- 41 Il centro della casa
- 43 Andorra!

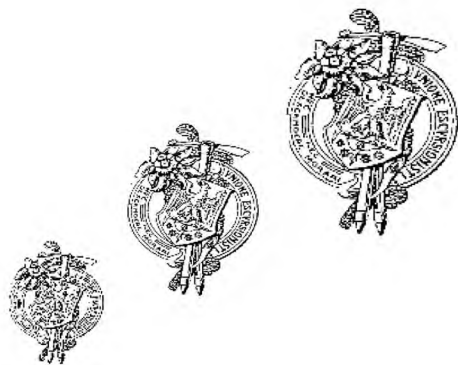
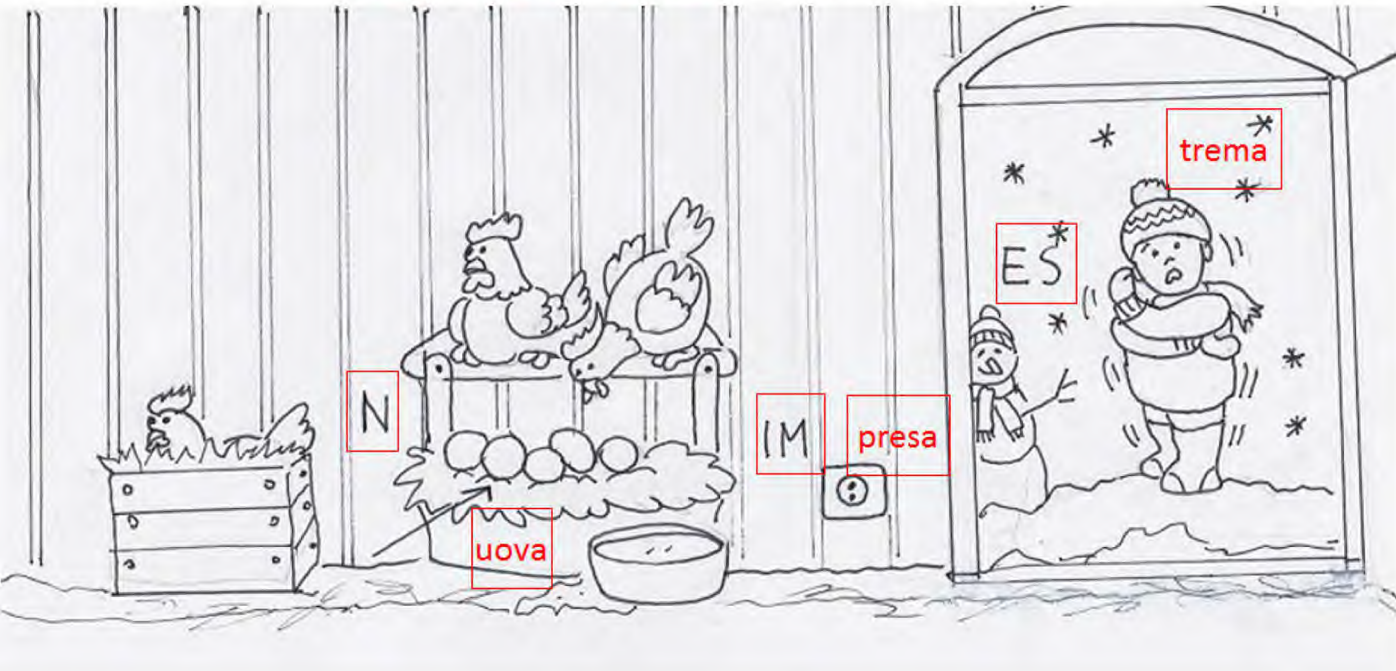


Le soluzioni dei giochi del mese di NOVEMBRE

REBUS: 5, 7, 7

Soluzione:

N uova IM presa ES trema- Nuova impresa estrema



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



1	E	G		2	M	I	G		4	M		5	B	I	C	7
	T		8	S	E	C		9	V	A	R	A	N	O		
11	E	R	I	C			12	C	A	R	I	C	A			
	R		13	G	C		14	A	C	I	D	I		15	B	
16	17	N	O	N	A	L	L	I	N	E	A	T	I	19		
20		I	C	O	N	O	C	L	A	S	T	A				
	T		21	R	I	S	A	L	I	T	O		22	R		
		23	L	I	C	A	T	A		E		24	A	A		
25	O	O		26	O	N	E	R	I		28	I	C	S		
29	M	I	A					31	E	R	A	R	I	O		
33	A	R	A	R	A	T		36	T	R	O	N	I			
37	R	A	R	O			38	S	I	A	E		39	I	O	



Seminare decembrino vale meno d'un quattrino

Cari Uetini, siamo infine arrivati al mese di Dicembre, l'ultimo mese dell'anno, in cui avviene il passaggio dall'autunno all'inverno, che tradizionalmente coincide con il solstizio d'inverno (il 21 o il 22 dicembre).

Con il solstizio d'inverno il sole raggiunge la sua massima inclinazione negativa rispetto all'asse terrestre, causando nell'emisfero settentrionale (quello in cui si trova "anche" l'Europa, per intendersi) il momento di minore esposizione alla luce e quindi la notte più lunga dell'anno. Tant'è che i popoli antichi celebravano in questo giorno il "ritorno della luce", per via dell'allungamento progressivo delle giornate, e davano luogo a feste e riti legati al sole e alle divinità ad esso collegate.

In natura poi, il clima rigido di questo mese, caratterizzato da temperature molto basse con la possibilità di nevicate anche a quote più basse, rende del tutto inutile l'attività agricola della semina, da cui nasce il vecchio proverbio contadino che «seminare decembrino vale meno d'un quattrino».

Ma noi, in totale "controtendenza contadina" usiamo proprio il mese di dicembre per "seminare" quella che sarà l'attività sociale UET dell'anno successivo con i bellissimi programmi dello Sci di Fondo & Skating, dell'Escursionismo Invernale con le ciaspole, ed infine dell'Escursionismo Estivo che ci accompagnerà fino al prossimo mese di novembre.

Volete sapere quali saranno i prossimi programmi per il 2017?

Bene venite a scoprirli venendoci a trovare il venerdì sera presso la nostra sociale al Monte dei Cappuccini, ed in particolare:

- venerdì 16 dicembre, per la presentazione delle attività invernali 2017 con il 38° Corso Sci di Fondo ed Programma di Escursionismo Invernale con le ciaspole; durante la stessa serata si apriranno le iscrizioni al corso Sci di Fondo che quest'anno porterà i propri allievi sulle più belle piste da sci del Piemonte e della Valle d'Aosta.
- e venerdì 23 dicembre, per il tradizionale scambio di Auguri Natalizi con taglio di panettoni ed assaggio di ghiottonerie di tutti i tipi!

Cos'altro dirvi a questo punto?

Senz'altro che ogni venerdì sera di dicembre potrete trovare una "segreteria uetina" a vostra disposizione presso il Monte dei Cappuccini per rinnovare comodamente il tesseramento CAI per il 2017 senza doversi quindi recare alla Segreteria della Sezione CAI di Torino in via Barbaroux (gli importi del tesseramento sociale restano quelli del 2016 ovvero 47,50€ per i soci "Ordinari", 28€ per Soci Juniores under 25 anni e Familiari, 16€ per il primo figlio o 9€ per il secondo figlio under 17 anni).

Ed infine fare a tutti Voi ed alla Vostre Famiglie i miei più affettuosi Auguri di Buon Natale e di un più che Felice Anno Nuovo!

Buon "Escursionista" a tutti!



Mauro Zanotto

Direttore Editoriale de "l'Escursionista"



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'innervamento 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 raggiungesse un adeguato numero di partecipanti saranno utilizzati i mezzi propri; 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.

CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI TORINO
SOTTOSEZIONE UNIONE ESCURSIONISTI TORINO



38° CORSO

Sci di fondo & Skating



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 (16 dicembre e 13 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. (15 e 22 gennaio, 5 e 19 febbraio, 5 marzo)
- una uscita di fine corso con consegna degli attestati di partecipazione e cena finale (19 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 13 gennaio 2017 (salvo esaurimento dei posti disponibili).

REQUISITI

- presa visione ed accettazione del regolamento
- tessera CAI valida per l'anno 2017
- autorizzazione scritta dei genitori per i minori

GITE SOCIALI

È prevista durante la stagione invernale una gita sociale aperta a tutti i soci.

11-12 febbraio: uscita con pernottamento al Rifugio Dahù a San Bernolfo— Bagni di Vinadio..

Le iscrizioni devono pervenire tassativamente entro il **27/01**, presso la sede sociale con versamento di una caparra del 50% del costo previsto.

Uscita prevista con mezzi propri.

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).



PROGRAMMA

16 DIC	Presentazione corso di sci di fondo. Apertura iscrizioni e prenotazione materiali
13 GEN	Chiusura iscrizioni, lezione introduttiva e distribuzione dei materiali già prenotati
15 GEN.	1° LEZIONE CORSO PIALPETTA
22 GEN	2° LEZIONE CORSO FESTIONA
5 FEB	3° LEZIONE CORSO COGNE
11-12 FEB	Gita sociale in notturna a Bagni di Vinadio . SAN BERNOLFO RIFUGIO DAHU'
19 FEB	4° LEZIONE CORSO ENTRACQUE
5 MAR	5° LEZIONE CORSO SAN BARTLEMY
19 MAR	6° uscita corso RHEMES N. DAME CON MERENDA SINOIRA E CONSEGNA DEI CERTIFICATI DI PARTECIPAZIONE AGLI ALLIEVI



Sezione di Torino



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
ritrovo 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



Prossimi passi
Altri Eventi



SETTIMANA BIANCA UET A VILLABASSA (BZ)

dal 30 dicembre 2016 al 6 gennaio 2017
per sci di fondo e sci alpino su piste battute

Anche quest'anno l'UET propone la tradizionale settimana bianca, e come località ha scelto nuovamente Villabassa (BZ) a circa 1154 m. di altezza e circa a metà strada tra Brunico e San Candido. Il territorio, dichiarato patrimonio dell'UNESCO, non ha bisogno di particolari presentazioni e conta un numero rilevante di Impianti di risalita e piste per sci da fondo.

Nel corso della settimana saremo nuovamente ospitati dall' hotel Rose (www.hotelrose.bz.it), nel centro del paese, a due passi dalla stazione ferroviaria e dalla fermata skibus.

Partenza da Torino il mattino di venerdì 30/12/2016 e rientro in città, a fine vacanza, il giovedì mattina 06/01/2017, con arrivo in città previsto ad inizio serata.

Il costo per la mezza pensione, in camera doppia, è ancora di 68 Euro giornaliera a persona. Non è applicato alcun supplemento per il cenone di capodanno.

Il costo complessivo della vacanza è di 675 Euro e comprende:

1. La mezza pensione
2. La tassa di soggiorno (1,50 Euro al giorno per persona)
3. Le spese organizzative
4. Il viaggio con bus gran turismo A/R da Torino a Villabassa

Non sono compresi gli extra, le bevande, i costi degli skipass, l'abbonamento settimanale ai mezzi pubblici in caso di (improbabile) mancato rinnovo della convenzione regionale.

Alla prenotazione è necessario il versamento di **100 Euro** a persona.

In seguito è richiesto il pagamento di tre versamenti (due acconti + saldo) nelle seguenti date:

- 1) Primo acconto di: **200 Euro** da versare **entro venerdì 23/09/2016**
- 2) Secondo acconto di: **200 Euro** da versare **entro venerdì 11/11/2016**
- 3) Il saldo di: **175 Euro** da versare **entro venerdì 09/12/2016**

Per ulteriori chiarimenti rivolgersi all'organizzazione in sede presso la Sottosezione UET, al Centro Incontri del Club Alpino Italiano al Monte dei Cappuccini al venerdì dalle ore 21 alle ore 23 oppure ai seguenti recapiti:

Aldo Fogale cell: 334 2079190/347 5970797 e-mail: aldo.fogale49@gmail.com

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



Color seppia Cartoline dal nostro passato



La gita sociale dei ragazzi



Molte volte, o risalendo o scendendo le valli di Lanzo, il mio occhio ebbe ad arrestarsi sul Santuario di S. Ignazio che, visto dal basso, sembra sorgere in vetta ad un picco isolato, ed accarezzavo il desiderio di darvi una volta o l'altra, una capatina.

Ma le diligence mi portarono sempre o verso l'alto o verso il basso della valle, e il giorno della capatina non venne mai.

Scommetto che a più d'uno accadde la stessa cosa, per modo che fu veramente felice l'idea dei Direttori di invitare ad uno spuntino colassù i bimbi nostri, che risposero numerosi all'appello con tutta una schiera di genitori, di sorelle e zii compiacenti, lieti di accompagnarli.

La gita fu un vero successo perché ben 180 gitanti, seguiti e accompagnati da due fedeli cagnolini, si rinchiusero nelle vetture del treno di Lanzo.

Chi vide salirvi e scenderne la bella comitiva, dovette rimanere edificato innanzi allo spettacolo di tante famigliole concordi e unite in una sola grande famiglia, animata da un solo desiderio; quello di procurarsi un salubre svago, fuori delle mura afose della città.

Era stato combinato in precedenza che, all'arrivo a Lanzo, chi avesse voluto recarsi a vedere *il ponte del diavolo*, avrebbe potuto farlo, non mancando però di trovarsi alle 9 per

proseguire nella gita, ma, con savio ragionamento e forse per profezia, i Direttori fecero una variante e consigliarono di salire subito, col fresco, a S. Ignazio, per visitare poi il ponte al ritorno.

Un ponte del diavolo chissà con quale aspetto avrà turbinato nella mente fantasiosa dei bimbi; e come si sarebbe potuto stralciare dal programma questa visita?

Come non far vedere le non meno famose marmitte dei giganti? Dopo tutto, non si trattava che di differire e tutti accettarono la variante.

Tosto una processione di bimbi paffuti e rosei, biondi e bruni, (fra cui qualche angioletto di forse tre anni) di signorine, graziose e fresche nei loro abiti estivi, di babbi, di mamme e (come chiamarli?) di scapoli, si allungò, or distendendosi, or raccogliendosi su pei *tourneuets* del monte Bastia.

Il sole splendeva nell' azzurro e ci avvolgeva compiacente di raggi tiepidi.

I gitanti più calmi tennero la strada carrozzabile, i più irrequieti e svelti e, tra questi, i bimbi, si cacciarono per le scorciatoie e su per le rive.

Verso le 10,45 tutta l'allegra comitiva sciamava innanzi all'unico albergo del Santuario.

Ma non era giunta ancora:

"L'ora che volge al desio..."

e i sigg. Direttori, con bel garbo, invitarono i gitanti già disposti intorno alle tavole imbandite al rezzo degli alberi, a fare un estremo sforzo, portandosi qualche metro più in su fino al Santuario.

Giunti colà, un grazioso panorama si presentò al nostro sguardo.

Qualcuno però, di cui non faccio il nome, osservò che il più bel panorama lo vedeva in basso, biancheggiare fra gli alberi, innanzi all'albergo; decisamente la passeggiata gli aveva aguzzato l'appetito meglio di qualunque aperitivo.

Chi si deliziò di quell'altro panorama, francamente rimpianse di non esser mandato lassù un po' in castigo, tra il verde e la pace dei monti, come Massimo d'Azeglio.

L'ingegnere Brayda, con rammarico dei consoci assente dalla gita, se fosse entrato nel Santuario avrebbe certamente protestato

all'infelice idea di colorire di una sbiadita tinta rosea il masso che sorge in mezzo al Santuario, così da farlo parere, non la vetta d'una montagna, ma un gigantesco modello di gelato.

Quando le 11,30 scoccarono, un solo squillo di tromba raccolse in un istante tutti, grandi e piccini, sul piazzale dell'albergo, ed ivi i bimbi ricevettero un'abbondante e giudiziosa colazione.

Gli altri, o trassero fuori le provviste recate dal basso, o consumarono il pranzetto servito con la massima buona volontà dall'albergatore.

Ai bimbi parve anche riconoscere sotto l'abito candido del cuoco papà Negro; i grandi ammirarono l'abnegazione del sig. Falcherò che fu un provetto ed accorto cameriere, ed ora ne lo ringraziano a mezzo mio.

Fra i monti e le nevi lontane, eterne sirene per molti, fra il verde e l'azzurro, il sole gittava una nota gaia.

Era un godimento vedere i cavalieri e le damine sbocconcellare e sgranocchiare coi dentini perlacei la loro porzione, seduti qua e là, ove disposti in fila, ove riuniti in gruppi.

Ogni testolina aveva la grazia d'un fiore... Forse, innanzi a quel quadro palpitante di vita, qualcuno

invidiò e forse rimpianse...

Levate le mense, tutti si radunarono attorno al consocio sig. Giuliano, trasformatosi in perfetto prestigiatore, non mancandogli invero né la parlantina sciolta, né l'abilità, né la sveltezza.

Tutti applaudirono e risero, e probabilmente, che lo osservarono con ammirazione, ebbero a scambiarlo per un vero Mago o per qualche parente del diavolo.

Poi venne la volta delle pignatte.

Uno stuolo di bimbi concorse, e fece a gara di mandare in cocci i rozzi vasi, grottescamente dipinti. Oh! le allegre risate della comitiva ai colpi falliti! la gioia dei piccoli vincitori! l'abbondante distribuzione di cioccolatini gentilmente regalati dal Sig. Enrico Talmone della ben nota Ditta omonima.

Un nuvolone si allacciò all'orizzonte. Più niente corsa nei sacchi. Si gonfiarono invece i palloni, che sebbene dondolati da un venticello inopportuno, si innalzarono trionfanti nel cielo, fra gli "Evviva!" dei gitanti, portando



lontano la notizia di una splendida e riuscitissima festa di famiglia, promossa da una Società di un affiatamento invidiabile.

Mentre un balletto campestre s'animava al suono d'una fisarmonica, venne distribuita la merenda ai bimbi, e poiché il nuvolone già scuro ormai e minaccioso come il volto d'un babbo malcontento, s'avanzò nel cielo, i Direttori, da buoni profeti, predissero imminente la pioggia ed esortarono a non indugiare nella discesa.

In un attimo il piazzale fu sfollato e il fianco della montagna brulicò di bimbi e di adulti, i quali chiedevano alla sveltezza delle loro gambe la salvezza dalla minacciata benedizione.

Quasi tutti giunsero a Lanzo senza inumidire i panni, ma quivi della pioggia ve ne fu per tutti.

I bimbi, all'inatteso numero del programma, avevano preso una comica espressione, che stava fra lo stupore e il dispiacere.

E poiché ogni cosa era scombuscolata dalla pioggia, così con immenso rammarico le damine graziose e i cavalieri premurosi non poterono farsi i convenevoli e promettersi di ritrovarsi un altro anno. Ma si consolino, qualcuno lo farà per loro.

Ed anche ai babbi ed alle mamme non fu dato di salutare i conoscenti e di ringraziare gli

infaticabili Direttori signori Berloquin, Rorani e Negro della splendida ed indimenticabile giornata che ci hanno fatto trascorrere, ma non mancano di sentire per essi, per signor Giuliano e per il signor Talmone tutta la riconoscenza, che si deve a chi, con grave personale disturbo, procurò a noi un intenso diletto, tanto più sentito inquantochè a goderne la maggior somma furono quei bimbi, che ognuno

di noi ama intensamente.

Ada Tribaudino Francesca

*tratto da "l'Escursionista" n°6
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE
ESCURSIONISTI DI TORINO
del 30 maggio 1908*

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

noi aspettiamo proprio TE !

*La Redazione dell'Escursionista
Augura un Buon Natale ed un
Felice Anno Nuovo
a tutti i suoi lettori !*

AUGURI !!!

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

*Scrivici alla casella email
uetcaitorino@gmail.com*

segui su



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

dicembre 2016

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013



UNIONE ESCURSIONISTI TORINO

Dal 1892 la grande famiglia degli Escursionisti di Torino

1/1/2017

il nuovo sito web UET sta per arrivare!

ATTIVITÀ

Escursionismo Estivo
Escursionismo Invernale
Sci di Fondo
Alpinismo Giovanile
Trekking Estivi
Cultura

CONTATTI

Presso il Centro Incontri CAI Sezione Torino al Monte dei Cappuccini il venerdì sera dalle ore 21.00 alle ore 23.00 oppure contattando telefonicamente gli accompagnatori

📍 Salita al CAI TORINO n. 12 - 10131 Torino
☎ 011 6600302
✉ info@uetcaitorino.it

ISCRIVITI ALLA NEWSLETTER

INVIÀ

SEGUICI

