



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

giugno 2017

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

Canta la lupa?

Salendo al Dente orientale con il Gruppo Giovanile

La caverna delle meraviglie

La fantastica avventura di Silfo

La Montanara

Compie novant'anni, cantiamola con il coro Edelweiss

Come si viveva una volta

Tratti di vita quotidiana all'inizio del 900

La gita dei ragazzi

Grande Festa per 300 gitanti... l'8 maggio del 1910

UNIONE
ESCURSIONISTI
TORINO

125



seguici su



Anno 5 – Numero 46/2017

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



Viva l'Estate!



Sezione di Torino



UNIONE
ESCURSIONISTI
TORINO
125

“E la chiamano estate, questa estate senza te...” cantava una canzone di Bruno Martino di parecchi anni fa, e con il caldo di questi ultimi giorni di maggio possiamo ben affermare che l'estate sia proprio arrivata.

Le ore di luce sono tante e questo ci invoglia ad uscire, la sera poi, con la temperatura più fresca tutto diventa più piacevole.

Nei paesi iniziano le feste e le sagre paesane che ricordano in genere la storia del luogo o fatti avvenuti.

Ma è la natura che si fa notare maggiormente, tutti gli alberi hanno un fogliame folto di un bel verde brillante, nei giardini le rose sono in piena fioritura e quest'anno particolarmente belle e dai grandi boccioli, forse a causa delle abbondanti piogge cadute nei mesi passati.

Gli orti incominciano a popolarsi di piccole piantine di verdura, ma sono i pomodori a occupare il maggiore spazio, forse per il grande uso che ne facciamo e per la versatilità del consumo.

Tutto questo, come già detto, ci incoraggia ad uscire, a fare delle belle passeggiate, a guardarci intorno e magari vedere quali fiori portare a casa per sistemarli sul balcone o in giardino.

Anche per noi Escursionisti, in questo periodo le uscite iniziano ad essere più impegnative; aumenta il dislivello da percorrere e lasciamo i boschi di latifoglie ed i prati di bassa quota per raggiungere mete più elevate. Ne aumenta così la fatica, ma se avremo seguito il programma del nostro gruppo e che prevedeva escursioni con un graduale aumento del dislivello e della lunghezza, questo non dovrebbe comportare particolari problemi.

Forse l'altitudine oltre i 2000-2500 metri può iniziare a dare qualche fastidio, ma queste sono situazioni che si possono risolvere abbastanza facilmente abbassandosi di quota.

Per gli Accompagnatori aumentano però sia l'impegno che le responsabilità: oltre a conoscere il percorso e le difficoltà che si possono incontrare lungo l'escursione, questi devono rendersi conto delle condizioni del gruppo e saper fare attenzione a quelle persone che non sono più in grado di proseguire, perché spesso il desiderio di raggiungere la meta induce a dimenticarsi che lo stesso percorso fatto all'andata dovrà essere fatto al ritorno e questo può comportare problemi per tutto il gruppo.

E' per questo motivo che nelle escursioni con un buon dislivello a una quota importante, occorrono parecchi Accompagnatori per la gestione di una uscita.

Le traversate poi da una valle all'altra richiedono una lunga preparazione non solo per determinare il percorso più idoneo con l'eventuale presenza di un rifugio per il pernottamento, ma anche per trovare il mezzo di trasporto più idoneo tenendo conto del costo dello stesso, in quanto, in questo caso, non risulterà possibile effettuare il percorso stradale con mezzi propri.

Buone Escursioni dunque e buona Estate a tutti!

Domenica Biolatto



SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 5 – Numero 46/2017
Autorizzazione del Tribunale
18 del 12/07/2013

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

Direttore Editoriale
Mauro Zanotto

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 Zanotto, 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 giugno 2017

Editoriale – Riflessioni della Presidente	
Viva l'Estate	02
Sul cappello un bel fior ! – La rubrica dell'Escursionismo Estivo	
Canta la lupa?	04
Cronaca di una tre giorni in Bassa Val di Susa	08
Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi	
I folletti di Cogne	11
Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare	
La caverna delle meraviglie (parte prima)	14
Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino	
Gli ecomusei nelle Terre Alte del Piemonte	20
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweiss	
La Montanara	25
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare	
La Cucina popolare della Sardegna	29
C'era una volta - Ricordi del nostro passato	
Come si viveva una volta (parte prima)	33
Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli	
La Certosa di Monte Benedetto	40
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute	
Paura della demenza	43
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici	
Strizzacervello	47
Prossimi passi - Calendario delle attività UET	
Giugno, la falce in pugno	54
UET 125 anni di storia	55
Prossimi passi - Altri Eventi	
Il rifugio Toesca diventa una "Eccellenza Italiana" !	56
8° Corso di Alpinismo Giovanile	57
Color seppia - Cartoline dal nostro passato	
La gita dei ragazzi	58



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

info@uetcaitorino.com



Sul cappello un bel fior *la rubrica dell'Escursionismo estivo*

Sono le ore 13 quando usciamo (più fradici di quando vi siamo entrati) dalla minuscola Cappella posta sulla cima del Dente orientale.

E piove, piove, piove.

Abbiamo consumato un breve pasto confortato da un bicchiere di tè caldo all'interno di quelle piccole quattro mura, ma ora è tempo di scendere.

Il pinnacolo di roccia della cima, ricoperto di licheni, con tutta questa pioggia è ormai diventato una "saponaria" insidiosa e ben apprezziamo il canapone che per una ventina di metri ci consente di poter scendere, aggrappandoci, fino all'imboccatura del sentiero che ci riporterà al Colle Rumiano, antico colle di scavallamento tra i paesi di Cumiana e Cantalupa.

E da qui in pochi minuti siamo nuovamente alla fontana Ellena, dalla quale tenteremo di trovare una traccia di raccordo ad una pista forestale che oltre a consentirci di concludere la nostra "ricognizione" escursionistica facendo un anello, ci eviterà il ripido sentiero percorso in salita che con tutta questa pioggia sicuramente ci riserverebbe probabili scivolate rovinose.

E piove, piove, piove.

Questo accadeva sabato 6 maggio: in sintesi, il prologo "umidiccio" della giornata di ricognizione fatta (per sicurezza) sul luogo della gita che proporremo agli amici Uetini ed a quelli del Gruppo Giovanile nella domenica successiva ed alla quale arriverò anche un pò acciaccato, in considerazione della febbriattola che mi ha afflitto durante la settimana causata dalla poco piacevole doccia fredda del sabato precedente.

Arriviamo a domenica 14 maggio.

La nostra meta è il Dente orientale (il primo dei "Tre Denti") risalito dal versante di Cantalupa ed è (per fortuna) una bella giornata di sole.

Quanti partecipanti? Direi molti, ovvero una bella trentina compresi gli amici del Gruppo Giovanile che oggi si è unito a noi.

*Canta la lupa?
Salita la Dente orientale*

Parcheggio facile alle "falde dei Tre Denti" in quel di "località (cappella) San Martino" dalla quale parte il non evidentissimo sentiero, ma che tuttavia avendo già "testato" il sabato prima, imbocchiamo con disinvoltura agli occhi degli amici presenti in escursione.

Vengo "insignito" della non indifferente responsabilità di guidare il gruppo e questo forse per la peculiarità del mio passo, lento lungo e cadenza, che consente (normalmente) a tutti di procedere senza eccessivi sfilacciamenti del gruppo.

Nel cielo ci accompagna un bel sole pieno, che tuttavia non riesce ad accaldarci più di tanto, essendo il percorso di salita sostanzialmente sempre immerso in un bel bosco ceduo: e di latifoglie ne incontriamo davvero tante, dapprima carpini e qualche frassino, betulle quasi poste ad arte per evidenziarsi con la loro bella corteccia bianca all'interno del bosco, e poi roveri, roverelle, castagni e qualche nocciolo.

La salita prevede questi benedetti 760 metri di dislivello, non molti in assoluto (anzi pochini), ma che fatta salva la moderatezza del primo tratto di sentiero, poi diventano una rampa a pendenza costante che ci fa "sospirare" non poco.

Avanziamo sempre più profondamente in un bosco che ci accoglie nella sua intimità più riservata: un gioco di colori verdi-grigi (vegetazione e rocce) si presenta sempre diverso ai nostri occhi, e considerata la toponomastica del luogo... "luogo della lupa che canta" non riesco a non fantasticare con le mente sulle storie passate di questo territorio, che tra verità e leggenda popolare, raccontavano di un branco di lupi che in questa zona del basso Pinerolese, assaliva le greggi lasciate sui bassi pascoli estivi e si insidiava nelle stalle delle paesi di Cantalupa e Frossasco in inverno, quando la fame ed il freddo si facevano più intensi e l'avvicinarsi al mondo degli uomini per procurarsi cibo diventava necessario.

E percorro quindi il sentiero penetrando con lo sguardo ogni angolo più nascosto del bosco che ci circonda, domandandomi semmai se grandi occhi color ambra (leggi racconto "Occhi color ambra" - dicembre 2016 - NdR) ci stiano in questo momento osservando, studiando, valutando se il nostro

comportamento possa rappresentare un pericolo per loro, per i loro cuccioli o una semplice intrusione del loro territorio.

Naturalmente tutte queste sono solo suggestioni divertite della mia mente (cosa combina talvolta il cervello per "trarre diletto" da quello che gli occhi vedono...) e la salita procede senza incontri ravvicinati di questo genere.

Circa 90 minuti di buon passo e raggiungiamo la fontana Ellena, un piccolo fresco paradiso ristoratore in cui ciascuno di noi può rinfrescarsi con la sua acqua sorgiva e riprendere fiato in previsione del vicino colle Rumiano e soprattutto dell'ultimo strappo che ci porterà sulla cima del Dente orientale.

Ed in effetti così è. Qualche minuto e raggiungiamo il colle e qui giunti ci prepariamo ad affrontare l'ultimo tratto del sentiero (quello più bello) che porterà sulla cima.

Tratti di effettiva "esposizione" nella parte finale del sentiero, non ne troviamo, solo qualche paretina di granito da aggirare con un minimo di prudenza, per contro invece di "finestre" che finalmente ci consentano di poter spaziare lontano con lo sguardo, quelle sì, le troviamo.

La risalita di questo sentiero dapprima ci porta decisamente sul versante opposto a Cantalupa, quello di Cumiana, e poi, arrivato ad un colletto frapposto tra il (nostro) Dente orientale e quello centrale, risale il dorso della cima offrendoci un generoso canapone mancorrente per aiutarci a superare in tutta sicurezza la roccia viva dell'ultimo tratto.

E questo sicuramente è il momento, quella naturale e panoramica conclusione delle nostre fatiche, che ripaga tutti per la maestosità della sua apparenza: un'appuntita, granitica, elegante, aerea cima, sulla quale gli alpini (e se non loro, chi?) più di 50 anni fa realizzarono questa deliziosa cappella dedicata alla Vergine protettrice dei nostri passi.

Tutto il gruppo è arrivato, ed è contento! Posizionandomi in un angolino "strategico" trovo la prospettiva ideale per fotografare gli amici che arrivano, uno dopo l'altro, alla cima e sono tutti sorridenti.

Dalla cima la visuale è a 360 gradi e soprattutto, in direzione sudovest, ci saluta da





pioggia o non pioggia...) e raccorderemo una pista forestale che ci consentirà una più agevole e meno ripida discesa al fondo valle.

E' relativamente presto quando ci ritroviamo nuovamente al punto di partenza del sentiero percorso questa mattina e, mi pare carino proporre al gruppo una sosta in una bella area commemorativa dedicata agli alpini caduti della prima Guerra Mondiale in cui è stata edificata una stele sulla quale è stata scritta la seguente frase: *“Non piangete per me e non ricordatemi come un povero soldato, perchè sono morto per la Patria difendendo la libertà di questo Paese”*.

E mentre ringrazio tutti gli amici che oggi hanno partecipato a questa bella gita, penso che forse, senza il sacrificio di quel soldato, uno giorno bello come quello che oggi abbiamo trascorso, non ci sarebbe stato.

lontano il “re di pietra”, sua Maestà il Monviso.

In cima al Dente c'è tempo per riposarsi, fare uno spuntino, qualche foto, scherzare con gli amici e immancabilmente... deliziare le orecchie con le voci della nostra rappresentanza UET in Edelweiss, ovvero Emilio, Gigi, Valter e che senza indugio intonano una selezione dei migliori canti del loro coro.

La bellezza delle montagne, il calore dell'amicizia, la suggestione dei canti: questa è l'armonia perfetta che avvolge tutti in questo momento che stiamo vivendo e che da 125 anni ci tiene insieme.

Il tempo però vola e per la verità una minima probabilità di temporali pomeridiani sappiamo che esiste e quindi è bene ridiscendere.

Colle Rumiano (sapete immaginare l'origine di questo toponimo?), ancora fontana Ellena, ma questa volta sentiero diverso: percorreremo una traccia poco evidente (ma ben memorizzata nella ricognizione del percorso fatto la settimana precedente...

Mauro Zanotto



<http://www.uetcaitorino.it/evento-120/colle-della-bessa-e-cappella-dei-tre-denti-1343-m>

Cronaca di una tre giorni in bassa Val di Susa

Sabato mattina ci siamo trovati a Milanere, borgata di Almese, in 11: Enrico, Luigi, Domenica, Piero, Valter, Angelo, Massimiliano, Mirella, Marisa, Maria Carmela e Paride.

Ci ha raggiunto Ornella con l'auto per trasportare i sacchi a pelo, le scarpe e altre cose non indispensabili per l'escursione.

La giornata si presentava bella e, caricati in spalla gli zaini, siamo saliti verso la "tagliafuoco" che percorre la parte bassa del Musinè da est a ovest.

Ospite di eccezione è stata Lola, il mio cane, che all'inizio era spaventata e nervosa perché non abituata ad uscire in gruppo.

Abbiamo incontrato un recinto con delle bellissime mucche di razza scozzese a pelo lungo.

Lola si è subito scontrata con i due cani pastori che erano fuori dal recinto: si sono misurati e poi prudentemente hanno rinunciato allo scontro.

Da quel punto la strada presentava una bella vista sulla parte bassa della valle. Siamo scesi lentamente fino a Pian Domini e siamo arrivati poco dopo a Casellette per cercare un bar, naturalmente!

Abbiamo fatto colazione e siamo ripartiti. Arrivati nei pressi della cava di magnesite, poco prima di Brione, Enrico ha raccolto alcuni campioni di minerale per la figlia Adele.

Abbiamo poi scoperto che il sentiero era stato sbarrato da ramaglie, messe in modo da rendere difficoltoso continuare il percorso. Per superare l'ostacolo, senza dover tornare indietro, ho cercato un altro passaggio in mezzo al bosco e siamo riusciti a riprendere il sentiero.

Dopo una bella radura e un guado siamo arrivati sulla provinciale che collega Val della Torre ad Alpignano. Abbiamo attraversato sopra un ponte il torrente Casternone, in questo periodo povero d'acqua, e abbiamo raggiunto una casa in cui si vendevano latte e formaggi di capra.

Massimiliano non ha resistito e ha comprato una bella tometta e, dato che il profumo di formaggio ci aveva risvegliato l'appetito, abbiamo deciso di fermarci per pranzare.

Arrivati poi a Val della Torre, abbiamo osservato l'antica costruzione tonda, con



pietre a vista simili a grossi ciotoli, che da' il nome al paese.

Siamo saliti verso la borgata Savarino fino ad incontrare il sentiero che porta alla Madonna della Bassa, punto di arrivo del primo giorno.

Nel frattempo Ornella era salita in auto fino al Santuario per incontrare i Priori venuti su per aprire i locali che il Parroco di Rubiana metteva a nostra disposizione.

Arrivati un po' affaticati dopo 22/23 chilometri, ci siamo sdraiati al sole davanti al sagrato della Chiesa. Subito Ornella è venuta ad avvertirmi che c'era un problema con la caldaia del riscaldamento.

Paride, da bravo ingegnere, ha dato una mano ed ha risolto il problema: per fortuna, perché nei locali la temperatura era di soli 9°!

Abbiamo fatto merenda con una buonissima torta di mele di Mirella e poi verso le sette sono arrivati Franco, Luisa ed Emilio con la cena preparata da un catering di Almese.

Ecco il menu': insalatina di mele, noci e toma, pasta al forno, arrosto con spinaci e purea, creme caramel. Il vino era arrivato in auto.

Ci hanno raggiunto per la cena Ettore, Giovanna e i loro due cani che sono stati bravissimi, mentre Lola è finita in castigo in un locale a fianco della sagrestia perché si era rotolata sopra degli escrementi che un umano aveva "depositato" all'esterno dell'edificio.

Valter, Emilio ed io, che facciamo parte del coro Edelweiss, abbiamo cantato nel refettorio e in chiesa per provare l'acustica.

Al mattino, dopo colazione, siamo partiti lasciando ad Ornella e Luisa il compito di mettere in ordine i locali e portare al secondo punto tappa qualche bagaglio. Anche Lola è tornata a casa per una bella ripulita.

Di buon passo siamo arrivati al colle del Lys per prendere acqua alla fontana e, avendo trovato un bar, ci siamo fermati per un caffè.

Nel frattempo il piazzale si stava animando per la presenza di venditori di formaggi, come tutte le domeniche.

Siamo arrivati poi al Colle della Frai dove abbiamo abbandonato la carrareccia e imboccato il sentiero della falesia di Mompellato e in un'oretta siamo arrivati alla



borgata Suppo.

Prima di entrare in paese ci siamo imbattuti in un gregge di capre con un pastore e i suoi quattro 4 cani: meno male che Lola non c'era più!

Nei pressi della borgata Riva abbiamo percorso quello che viene chiamato Sentiero dei Partigiani, abbiamo poi attraversato il profondo intaglio del torrente Messa e siamo arrivati all'Alpe Franchino, piccolo borgo di montagna semi-abbandonato, con un paio di case ristrutturate.

Siamo riusciti anche a "sbagliare" un paio di volte il percorso, ma siamo sempre tornati sulla giusta via.

Abbiamo camminato per un paio d'ore nel bosco e siamo salti alla Madonna dell'Arpun, un pilone con una Madonnina da cui si gode una bella vista sopra Rubiana.

Abbiamo raggiunto la chiesetta della Rocca Sella, il punto più alto del nostro giro. Qualcuno stanco era rimasto al Colle.

Ci siamo riuniti e siamo scesi alla frazione Combe e quindi a Celle, al rifugio. Ornella era già arrivata e aveva concordato la cena con il gestore.

Abbiamo mangiato bene ed, essendo piuttosto stanchi dopo nove ore di marcia, siamo andati a letto presto.

L'indomani, nonostante avessimo fissato la sveglia per le sette, ci siamo alzati tutti molto prima soprattutto per controllare le condizioni del tempo. Pioveva, ma abbiamo deciso ugualmente di continuare.

La discesa su sentiero si è dimostrata abbastanza difficile perché scivolosa e nel frattempo anche la temperatura si era abbassata.

Abbiamo abbreviato il percorso e non siamo passati per la Goya del Pis, ma siamo scesi direttamente e, quando la strada lo permetteva, velocemente, fino a Millanere.

Ornella ci aspettava per restituire il materiale che le avevamo affidato e, bagnati e infreddoliti, ci siamo salutati.

Nonostante quest'ultima giornata disastrosa, tutti si sono dichiarati soddisfatti dell'impresa!

Bravin Luigi



<http://www.uetcaitorino.it/evento-118/gran-giro-in-bassa-val-di-susa-valli-del-casternone-messa-sessi-dora>

I folletti di Cogne

I "manteillon" imperversavano in tutta la valle di Cogne e si spostavano a volo con incredibile rapidità da un punto all'altro, agitando nell'aria come ali i neri mantelli da cui prendevano il nome, che li rendevano simili a enormi pipistrelli.

Di giorno in giorno parevano farsi più audaci e impertinenti. Non passava sera, si poteva dire, senza che qualche casa fosse bersaglio dei loro tiri birboni; ed un senso di inquietudine si era diffuso tra i montanari, che si sentivano più che mai impotenti e indifesi nei confronti di quegli inaffenabili avversari.

Dal calar delle tenebre allo scoccare dell'amezzanotte, quando, ubbidendo ad una loro inflessibile legge, i manteillon dovevano ritirarsi, la gente si domandava ansiosa se fossero nei pressi, in attesa del momento opportuno per scatenarsi.

Imprevedibili sempre, ora erano all'una, ora all'altra estremità del paese; e non era detto che, se una sera visitavano una stalla, non vi tornassero anche l'indomani.

Qualcuno asseriva di avere scorto il ghigno beffardo di un folletto appostato a spiare dietro i vetri di una finestra, qualche altro raccontava di essere riuscito a intravedere, al baluginare di un raggio di luna, la sua sagoma informe, avvolta nel manto svolazzante in cui nascondeva il corpo sgraziato.

Perché i manteillon erano privi di gambe; ma le braccia le avevano, e come!

E se accadeva che un soffio improvviso spegnesse la fiamma della lanterna durante una veglia serale in una stalla, eccoli pronti ad usarle, per ribaltare la panca su cui qualche donna tranquillamente filava o strappare le coperte di dosso ad un bambino addormentato.

Folate d'aria gelida passavano sul viso, mentre volavano schiaffi e pizzicotti, tra gridi rochi e strani mugolii.

Quando il lume veniva riacceso, immancabilmente qualche uomo si accarezzava con una smorfia un baffo indolenzito e qualche fanciulla, accarezzata da una mano impertinente, aveva sul volto una vampa di rossore.



Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

Neanche le bestie lasciavano tranquille.

I muli scalpitavano irrequieti, sgroppando, quasi a scrollarsi di dosso un fastidioso basto, e le mucche lanciavano lamentosi muggiti, come punzecchiate da un pungolo, mentre i polli, disturbati nel sonno, chiocciavano rissosi sulle loro grucce, sbattendo indispettiti le ali.

Dalla tavola apparecchiata erano scomparsi i bocconi più buoni, e spesso il vino era stato dispettosamente rovesciato.

Loro, gli insopportabili manteillon, dalla stalla se ne erano andati; ma indugiavano magari nell'aia, battendo le mani chiassosi, lanciando una gragnola di sassolini contro la porta o sparpagliando le fascine ammucciate nella legnaia.

Nessuno avrebbe osato uscire nelle tenebre ad inseguirli, perché ribellarsi ai loro dispetti poteva costare assai caro.

Si era vista la vendetta dei folletti nella morte di un uomo del villaggio di Molina, trovato un mattino sgozzato sotto un ponte, ed in quella di un giovane di Crétaz, precipitato da un dirupo: dovevano aver cercato di strappare a un manteillon il mantello o di assestargli un colpo di bastone.

Quei fatti avevano suscitato tra i cognensi un incredibile sgomento, e li avevano spinti a ricorrere al curato, che una sera si trovò davanti una delegazione di parrocchiani, ben decisi a ottenere il suo intervento.

<<Che volete che faccia?>>, domandò turbato. <<Si trattasse di diavoli, qualche esorcismo, magari, lo potrei tentare. Ma con i manteillon...>>

<<Avete un mucchio di libri, sapete il latinorum. Deve pure esserci, tra le vostre carte, qualcosa che faccia al caso nostro.>>

Per finire, dopo avere elencato le più recenti bravate dei folletti, riuscirono a strappargli la promessa che si sarebbe messo a cercare.

Mantenne la parola, e si diede a sfogliare ogni volume lasciato dai suoi predecessori, registro o messale che fosse.

Leggeva e pregava; e gli accadeva a volte di



lasciarsi sorprendere dal sonno sulle pagine ingiallite di qualche antico testo. Ma, accanto a lui, il lume continuava ad ardere; e i parrochiani, scorgendo il diffuso chiarore, anche se i manteillon continuavano ad imperversare, si sentivano sollevati al pensiero che il vecchio curato avesse loro dichiarato guerra.

Una domenica, finalmente, venne dal pulpito l'annuncio tanto atteso: da quella stessa sera, con l'aiuto di Dio, gli scatenati folletti non avrebbero più tormentato nessuno, perché impegnati, tra i ghiacci del Monte Bianco, ad intrecciare funi con la sabbia nei secoli dei secoli.

E, se ancora nella vallata ci fossero stati furti e anche qualcosa di peggio, responsabili certo

non ne sarebbero più stati loro.

I montanari dal semplice cuore si rallegrarono a quelle parole. E le intesero indubbiamente anche i manteillon: tant'è che nessuno di loro si aggirò più da quel giorno nell'oscurità, le veglie nelle tiepide stalle trascorsero serene, e gli amanti della notte ricominciarono ad uscire tranquilli.

Ma, da quel tempo, più o meno, dal ponte di Crétaz al bosco di Valnontey, i nottambuli incominciarono ad incontrare sulla loro strada uno strano *derbé*, che all'apparenza in nulla era diverso dagli altri giovani abeti; ma, non avendo radici, poteva spostarsi da un luogo all'altro, slittando silenzioso sul suolo.

Innocuo ma ostinato, si affiancava ai viandanti o li seguiva da presso, come un'ombra.

Se affrettavano il passo, scivolava più rapido sul terreno; se si fermavano, si immobilizzava, pronto però a riprendere dietro di loro il cammino, con instancabile costanza.

Non faceva del male a nessuno, pareva anzi quasi offrirsi come scorta ai meno coraggiosi; ma era sempre tra i piedi a spiare piccoli e grandi segreti, a cogliere nell'aria malignità e pettegolezzi.

Fermo davanti all'osteria, sembrava contare anche i bicchieri di vino che ciascun avventore trangugiava; e sorvegliava i baci furtivi che gli innamorati strappavano alla notte.

Non c'era verso di toglierselo di torno. Quando si metteva a tallonare qualcuno, gli restava appiccicato come la coscienza.

Ma, come quella, era scomodo, talvolta. Così che, una notte, qualcuno, infastidito, gli sparò addosso un colpo di fucile.

Con un gemito, il *derbé* si ritrasse rapido nell'ombra, e le sue tracce si persero nel buio.

L'indomani, chi casualmente si recò in parrocchia, trovò il curato a letto, con una gamba fasciata.

Mauro Zanotto



La frase finale riporta alle leggende del prete-mago che qui si impegna positivamente ad aiutare i suoi parrocchiani e il Monte Bianco si conferma nel racconto luogo di confino delle forze del male.

Usano un mezzo di locomozione analogo a quello dei manteillon i tarluieres altoatesini, che si divertono a scagliare fulmini, concordando dall'alto di uno sperone la zona di pertinenza di ciascuno, per raccontarsi l'un l'altro, dopo la tempesta, le prodezze compiute.

Il magico manto che li sorregge nel volo si chiama .

I manteillon hanno caratteri soltanto negativi, come tanti spiritelli alpini, tra cui gli incubi che, sedendosi sul petto di chi dorme, gli tolgono il respiro, procurandogli angoscianti sogni.

Ma il mondo dei folletti - i quali derivano genericamente il nome da fol, che significa ad un tempo soffio d'aria, mulinello di vento e spiritello, e per lo più si presentano accomunati nell'anonimato di un gruppo - è assai variegato.

Ce ne sono di sconvenienti e bizzarri, di collerici e chiassosi, di imbroglioni e vendicativi, di impertinenti e permalosi, ma anche di servizievoli e gentili. Né manca una folta schiera di aiutanti domestici infaticabili e ingegnosi, che si prestano ad alleviare le fatiche della casa e dei campi, tanto che qualcuno appare a volte il sostituto dell'antico genius loci.

I rurel della valle del Brenta presenziano invisibili alla mungitura e calmano gli animali irrequieti; i servan burloni delle vallate piemontesi, allettati da una scodella di panna, non solo falciano l'erba, ma lavano il bucato, filano, fanno calze, e con riti magici chiamano la pioggia nei periodi di siccità prolungata.

La caverna delle meraviglie

(parte prima)

Silfo non si era mai avventurato fin lassù.

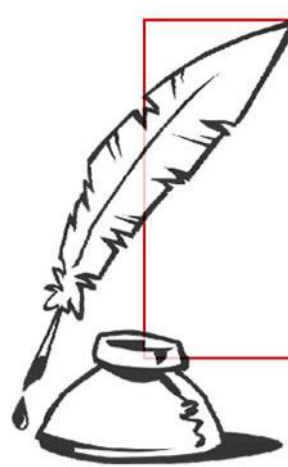
Il bosco saliva ben oltre le sue abituali esplorazioni, ma solamente quel mattino si sentì il coraggio e la forza di camminare oltre il confine da lui conosciuto. La vegetazione non cambiava molto, però più saliva, più i maestosi alberi di castagno si diradavano lasciando spazio a bianche e flessuose betulle e a faggi maestosi. Le voci del paese parlavano di streghe, incantesimi e sussurravano con mistero di non avventurarsi sino in cima.

Il coraggio non era il suo forte, ma dopo aver sentito Bastiano, aveva deciso di andare a sbirciare di persona. Lui gli aveva detto di conoscere bene quei luoghi e di non avere paura.

“Sono tutti fifoni! E’ da molto tempo che giro lassù con le mie capre, e ti posso assicurare che se rispetti la natura e i suoi animali, nemmeno l’orso è un pericolo. Di streghe non ne ho mai viste, di incantesimi poi...!”.

L’aria frizzante di montagna aumentava il suo vigore, facendolo salire come un capriolo.

Non passò molto tempo che tra le fronde scorse la cima. Salì ancora un po’ prima di accorgersi di un minuscolo buco nero incorniciato da una gigantesca e nodosa radice di quercia. “Strano, mi avevano detto che così in alto avrei trovato solo faggi, betulle e larici.”



Penna e calamaio Racconti per chi sa ascoltare

Lì per lì, lo meravigliò di più l’enorme radice contorta che non la piccola cavità, ma avvicinandosi ad essa, si accorse che dalla buca usciva una leggera brezza dal profumo d’arancia. Non fu vero spavento, ma un po’ di turbamento sì. Cosa poteva esserci dietro quel buco?

Pensò e ripensò se entrare oppure proseguire, ma la curiosità era così forte che quasi vi si buttò dentro, ingannando così la vocina della saggezza che gli bisbigliava di non farlo.

Faticò non poco a far passare le sue spalle e, quando fu entrato, con un piccolo moto di stizza si rammaricò di non avere nulla con cui illuminare quella che di primo acchito gli sembrava un’ampia grotta.

“Pazienza, mi accontenterò di perlustrare fin dove arriva la luce naturale”.

Contrariamente all’entrata, lo spazio che aveva davanti era molto ampio, così tanto da potersi alzare in piedi senza battere la testa. Fece qualche passo perlustrando le pareti.

Erano di granito, grigie e molto umide. Non c’era nulla in quel posto per cui meritasse soffermarsi, ma chissà perché, non voleva andarsene. Decise di inoltrarsi al buio nella



speranza che la coda di sole illuminasse ancora un po' il suo cammino. Il refolo d'aria era svanito, ma il profumo d'arancia era più forte che mai; una cosa lo colpì in modo sorprendente: più si addentrava e più la luce aumentava!

“Com'è possibile? fin qui non possono arrivare i raggi del sole!”.

Guardò meglio e vide che le pareti emanavano una luce così intensa da lasciarlo incredulo e spaventato. Non più grigie, ma gialle, sfumanti all'arancio, sino a diventare verde scuro sulla cupola sovrastante! Avanzava con il naso all'insù sbalordito da tanta bellezza, incurante di un possibile pericolo. La grotta si aprì improvvisamente a ventaglio mettendo in evidenza, ai lati della grande sala, due imponenti colonne di noce scuro che la delimitavano definitivamente. La parete che correva da colonna a colonna era di color arancio e in apparenza liscia, ma quando ci passò la mano sopra, questa non accarezzò una superficie levigata, ma bensì una buccia d'arancia! Toccò e ritoccò, annusò e si convinse che proprio di essa si trattava. “Ecco il profumo da dove viene!”.

Incredulo provò a mordicchiarla per sincerarsi che fosse proprio lei, ma appena la sfiorò con la lingua una voce rimbombò nella sala, facendolo trasalire:

“Ehi dico! Penserai mica di mangiarmi! Non senti che sono amara? Se vuoi gustare i miei spicchi dolci, ti consiglio di non farlo!”

Silfo, spaventato e incredulo, saltò all'indietro inciampando e cadendo. Già l'aver scoperto una parete costruita con la buccia di un agrume era inverosimile, ma che anche parlasse!

*Tagliare tu dovrai se avanzare vorrai
Gustare giammai, altrimenti saranno guai
Se il coraggio possiederai meraviglie scoprirai*

Silfo ascoltò terrorizzato la filastrocca, girando su se stesso parecchie volte per scoprire da che parte provenisse la voce, ma nulla vide se non la luce, che piano piano scompariva.

Capì che doveva scegliere in fretta: tornare sui suoi passi e uscire, oppure incidere in qualche modo la buccia e proseguire. Spaventato sì, ma anche tanto curioso, cavò

dalla tasca il suo inseparabile coltellino a serramanico e chiudendo gli occhi...tagliò!

La luce si era spenta definitivamente, lasciando il povero Silfo al buio mentre tranciava la scorza arancione.

Un potente spruzzo di succo d'arancia lo investì come lo schiaffo di un'onda sullo scoglio. Impaurito e assetato, avrebbe voluto berne un poco, ma ricordandosi dell'ammonimento, chiuse la bocca e s'infilò nello spicchio cercando di superarne al più presto la polpa.

Ora non poteva più tornare indietro. Infatti, appena varcò il frutto, questi ritornò come prima, con tanto di semi all'interno.

“E adesso che faccio?” si domandò il ragazzo, gocciolante dell'agro-dolce nettare e irreparabilmente al buio. Cercando di capire dov'era finito, disse fra sé e sé - Se ci fosse un po' di luce! La voce parlava di meraviglie!

*Chi pazienza non ha, poco vedrà
Chi poco vedrà, nulla imparerà
Chi nulla imparerà, a casa tornerà*

Questa volta Silfo non si spaventò, ma al contrario fu contento di non sentirsi solo, anche se avrebbe voluto anche vedere, oltre che sentire.

“Se bevo sono guai, se non ho pazienza vengo cacciato, ma dove sono finito?” si domandò un po' avvilito. Si mosse lentamente, camminando come un cieco senza bastone, nella speranza che qualche cosa gli rischiarasse la via.

“Una lucciola!” gridò il ragazzo. Infatti una piccola e scura creatura stava volando alta sopra la sua testa, illuminando debolmente e ad intermittenza il nulla. “Un'altra! Ancora una, altre, altre ancora, ne stanno arrivando ancora! Ancora, ancora, ma quante saranno?” Silfo, con il naso all'insù, cercava di contarle, ma ben presto rinunciò tante ne sopraggiungevano.

La luce aumentava sempre più man mano che al brillio delle prime si aggiunse il brillio delle nuove arrivate. Quando il flusso terminò, la luce era così forte da poter vedere quella sala come se ci fossero centinaia di candele accese.

“OOOH! - esclamò sempre con il naso all'insù



- Che meraviglia! Neanche nelle favole ci sono posti come questo!”

Le piccole lucciole volavano tutte assieme, illuminando un salone quadrato vastissimo. Le pareti facevano sfondo ad una serie infinita di alberi d'agrumi.

Una parete era ricoperta da grossi e profumati mandarini avvolti dalle loro verdi e intense foglie. In un'altra spiccavano gli aranci, gravati all'inverosimile di frutti maturi. Nella terza troneggiavano gli alberi di cedro, carichi anche loro di enormi frutti gialli e nell'ultima limoni a perdita d'occhio!

Ma la cosa che più impressionò Silfo era la volta. Dal centro dell'antro saliva al cielo una enorme pianta di pompelmo, che con i suoi lunghissimi rami ricopriva completamente il soffitto. Le fronde, come tentacoli, si erano così tanto diramate e intrecciate nel soffitto che questo non si vedeva più e lasciavano pendere una quantità enorme di grossi pompelmi!

Silfo non riusciva a staccare lo sguardo da quel cielo stellato di palloni giallo-rosa! I suoi occhi erano tanto impegnati per tutto vedere e nulla dimenticare, che ad un certo momento si misero a lacrimare.

“Non hai un fazzoletto? Il bagnato per noi è pericoloso, quindi vedi di asciugarti gli occhi, e

anche in fretta!”

Silfo fino a quel momento aveva sempre guardato in aria non badando a dove camminasse, anche se cominciava a percepire la sensazione di stare su un cuscino. Abbassò lo sguardo e trasalì. Il pavimento era un enorme letto, fitto di foglie di agrumi. Il ragazzo si abbassò a toccarle pensando che fossero secche, ma con sorpresa si accorse che erano verdi e carnose come le sorelle attaccate agli alberi.

“Quando la smetterai di schiacciarci con quelle scarpacce? Non ti sei accorto che siamo delicate? L'acqua ci fa marcire e anche essere pestate ci fa male!”

“Scusate!” rispose Silfo alzando una gamba alla volta “non sapevo di avere sotto i piedi cose vive!”.

“Se è per questo, molti uomini hanno da sempre il loro cervello sotto i piedi e non se ne sono mai accorti!”

Silfo non fece caso a quella riflessione, eccitato com'era dai tanti incantesimi. Esaltato da così intensa bellezza girava in lungo e in largo, ammirando e toccando quell'esplosione di frutti, cercando di non strusciare i piedi per non urtare la suscettibilità del pavimento.

Passando vicino ai limoni non resistette alla tentazione e velocemente se ne mise uno in

tasca per dissetarsi appena possibile.

Il tempo passava e lentamente le lucciole se ne andavano abbassando gradatamente la luce. Una piccolina si staccò dalle altre e andò a posarsi sulla spalla del ragazzo.

“Il guardiano di questa sala è offeso con te”.

“Offeso con me? Non mi pare di aver detto qualche cosa di irriverente ad alcuno, anche perché non conosco questo signore!” Rispose preoccupato Silfo, pensando che si fossero accorti del piccolo furto.

“Quando si entra in una casa nuova di norma si chiede di chi si è ospite e si va a salutare il padrone di casa. Se vuoi rimediare segui la mia luce.” e volandogli innanzi lo accompagnò vicino ad un nodoso albero di cedro.

“Era ora che venissi a presentarti, le lucciole se ne stanno andando e tu sei ancora qui!”

“Ti chiedo scusa, ma sono rimasto così abbagliato da tutte le cose belle che ci sono qui dentro che ho dimenticato i miei doveri. Mi presento: io sono Silfo e vengo dal paesino di Mezzombra che si trova ai piedi di questa montagna”.

Poi, guardandosi attorno estasiato, chiese timidamente: “Posso farti una domanda?”

“Parla, ma fai presto che ho da fare”. Rispose il tronco di cedro.

“Come fate a dare frutti così belli se siete sempre al buio?”

“Abituamente ci sono i nostri funghi-luce che ci pensano, ma qui nell’agrumeto sono tanto timidi e appena ti hanno visto si sono nascosti. Ringrazia le lucciole altrimenti non ti saresti gustato lo spettacolo. Questo non è che l’inizio; se vuoi vedere altre meraviglie, fai bene attenzione alle parole della filastrocca!” e così, all’improvviso, anche l’ultima lucciola sparì lasciando Silfo nell’oscurità.

*Gli agrumi son l’inizio ma se saldo sarai
meraviglie tu vedrai*

“Se almeno ci fosse ancora una lucciola” disse sconcolato il fanciullo sentendo la rima e sedendosi sul tappeto verde.

“Senti ragazzino, quando pensi di andartene?” chiesero scocciate le foglie.

“Me ne andrò quando mi indicherete la

strada per uscire” rispose Silfo desolato.

“Va bene, va bene, t’insegneremo l’uscita, ma tu smamma alla svelta” e prima che il ragazzo potesse rispondere, un coro dal pavimento si levò:

*“Se avessi ben guardato, nel profondo
avresti trovato,
ma siccome tonto sei va dritto e schiaccia
il sei”*

Silfo aveva solo voglia di uscire da quella oscurità, così camminò come indicato oltrepassando le piante di limoni, ma quando sentì un muro si dovette fermare.

“E adesso? Dovrei schiacciare un sei? Un numero? Ma qui è tutto liscio, sembra vetro. Quelle foglie mi hanno preso in giro e mi hanno anche dato del tonto!” Avvilito e stanco si sedette nuovamente.

“Il cervello devi usar se uscire tu vorrai”

(fine della prima parte)

Sergio Vigna

Premio “Eataly” nel concorso 2007

“Il nonno racconta”.

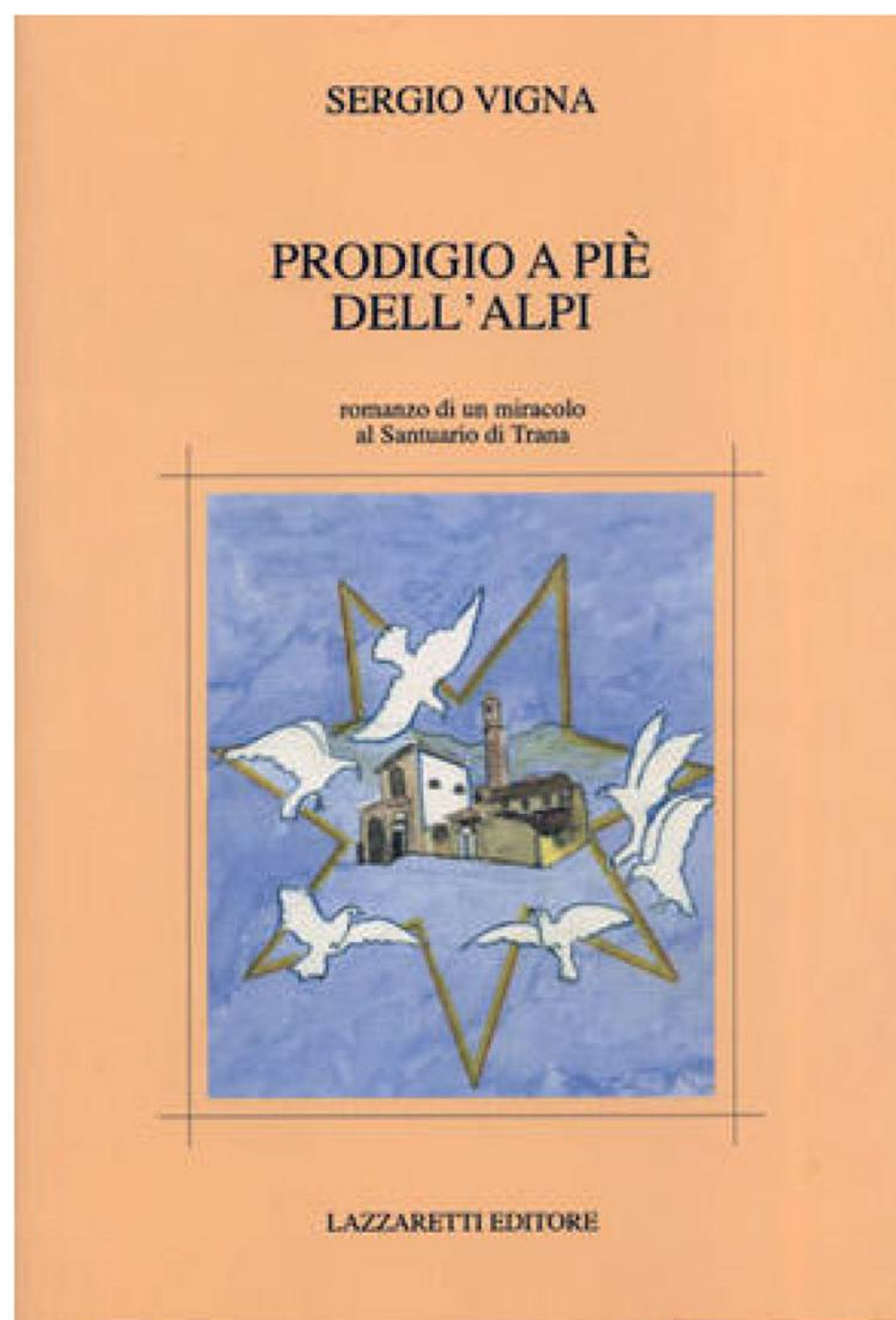
*Nel 2016, interpretata dal gruppo teatrale V. Alfieri
con la regia del prof. Nico Castello*

*e incisa su CD per finanziare l’Associazione per le
malattie polmonari (A.R.S.P.I.)*

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

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

Il suo primo libro è stato per ragazzi, "Rasim", seguito dal primo libro per adulti, "Prodigio a piè dell'Alpi" (introduzione di Federico Audisio Di Somma) e dal suo secondo libro per adulti, "La lunga strada" (introduzione di Alessandro Barbero). In questi anni Sergio Vigna ha scritto molto per giornali ed associazioni, vincendo premi letterari regionali e scrivendo una pièce teatrale rappresentata al teatro Juvarra di Torino. Ha appena terminato un nuovo romanzo per adulti che uscirà in autunno.



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

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

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

Federico Audisio di Somma

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

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

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

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



Al tempo della guerra fredda

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

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

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

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

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

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

Margherita Oggero



l'ultimo romanzo di Sergio Vigna...

Sergio Vigna

Trabant 89



Prefazione di
Margherita Oggero

arabAFenice

Gli ecomusei nelle Terre Alte del Piemonte

Non esiste un ecomuseo uguale all'altro!
Non so se vi siete mai dedicati a visitarne uno, non è facile spiegare cosa esso sia ed in cosa consista.

Secondo il dizionario Treccani on line, è un museo che supera la logica della mera conservazione del bene custodito per promuovere una nuova idea di bene culturale, frutto del territorio e, pertanto, contraddistinto dai segni dell'attività dell'uomo.

Un ecomuseo è un ambiente aperto di vita tradizionale, un patrimonio naturalistico e storico-artistico di particolare interesse ed importanza per un determinato territorio, per una specifica comunità che vive in quel territorio.

Proprio per questa specificità, nasce l'esigenza della gente del luogo di tutelare, conservare, valorizzare questo scrigno e, di conseguenza, in base a definiti obiettivi, la comunità si propone di accrescere le risorse del territorio su cui insiste sviluppando un progetto di interesse locale.

Come nelle altre regioni italiane anche in Piemonte si è legiferato in tema di ecomusei, tant'è che la legge di riferimento è la legge regionale del 14 marzo 1995, n. 31, che ha promosso la loro istituzione e gestione, seguita da una modifica legislativa del 1998, n. 23.

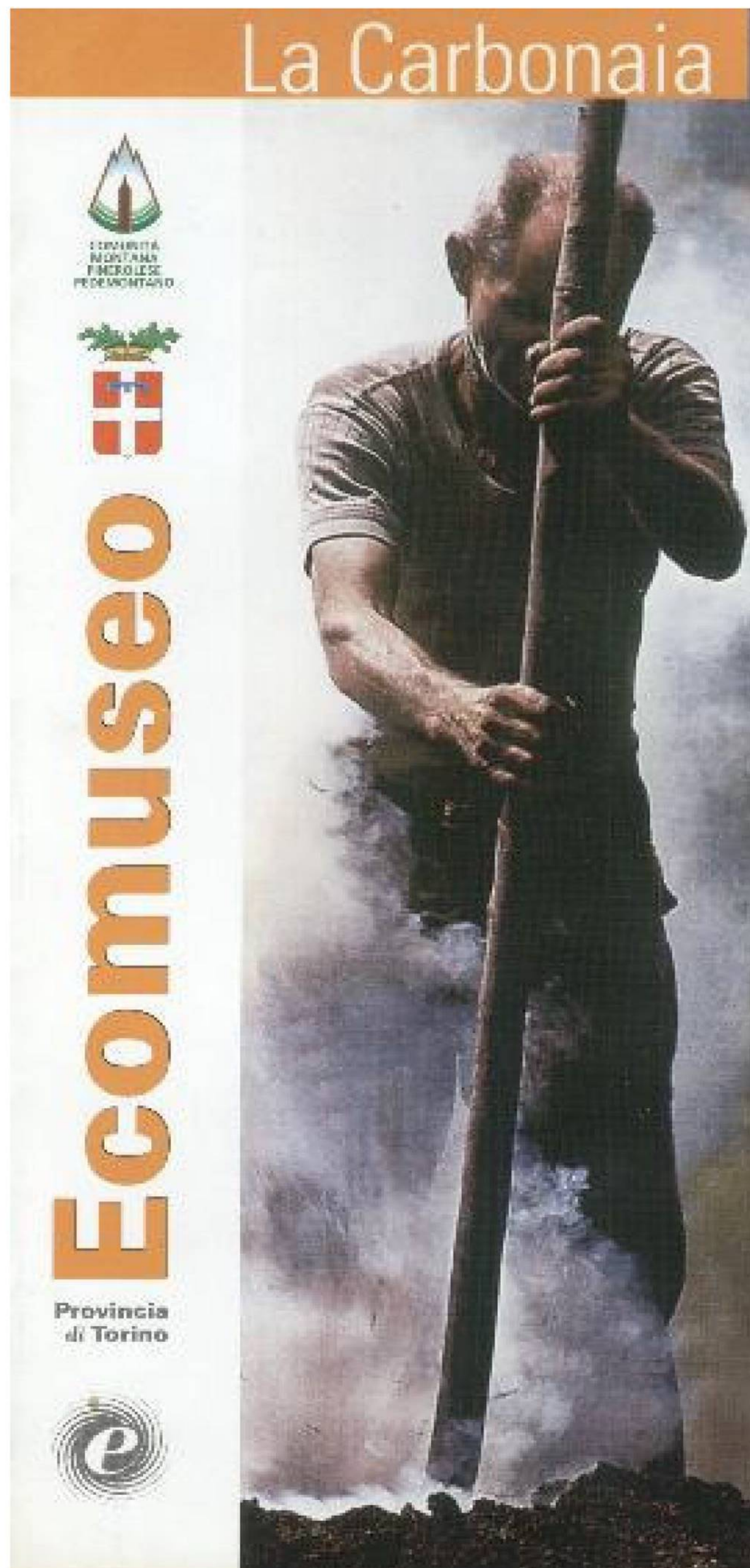
Scopo degli ecomusei piemontesi è la ricostruzione, la testimonianza, la valorizzazione della memoria storica, della vita, della cultura materiale, delle relazioni fra ambiente naturale e ambiente antropizzato, delle tradizioni, delle attività e del modo in cui l'insediamento tradizionale ha caratterizzato la formazione e l'evoluzione del paesaggio.

L'ente regionale assegna ad ogni ecomuseo una denominazione esclusiva ed originale ed un proprio marchio specifico in virtù di codesta caratterizzazione e, a seguito dell'individuazione da parte di un comitato scientifico, gli ecomusei sono gestiti secondo un progetto di promozione dall'ente territoriale di riferimento o da una associazione appositamente costituita o dalle aree protette di interesse territoriale.



Terre Alte Riflessioni sull'ambiente alpino

Mi è capitato, nelle diverse escursioni svolte, di visitare l'ecomuseo delle carbonaie lungo un sentiero che, partendo da Pinerolo in frazione Talucco, raggiunge il Colle del Ciardonèt e si conclude nel comune di Frossasco, nei pressi del rifugio Melano,





attuale Casa Canada.

Se vi capita di camminare in quel territorio del pinerolese, così importante in quanto terreno di avventura dei grandi alpinisti del pinerolese e del torinese alla Rocca Sbarua, potrete osservare radure e scorci panoramici interessanti; infatti, il paesaggio all'arrivo merita una sosta.

Il percorso illustra le antiche carbonaie che sfruttavano la ricchezza dei boschi circostanti. Si tratta di boschi cedui di faggio per la produzione del carbone, attraverso ricostruzioni che costituiscono altrettanti punti di sosta.

L'escursione parte da un pannello introduttivo all'inizio del percorso, quindi potrete osservare la costruzione di una carbonaia secondo l'uso locale.

In cinque tappe si apprende il sistema di accatastamento della legna e i camini di tiraggio, quindi la cosiddetta "volgitura" per l'effetto avvolgente del movimento a spirale compiuto dal carbonaio nel disporre la legna intorno al nucleo circolare che via via si andava ingrossando, il sistema e i materiali

usati per la copertura della carbonaia, fino ad arrivare all'ultima tappa, dove si può osservare una carbonaia fumante con l'ausilio di una guida.

La visita è arricchita da una seconda sezione che, con ulteriori pannelli, approfondisce l'aspetto del territorio, la vita del carbonaio e gli aspetti di questa attività economica, tema conduttore dell'ecomuseo.

Dal punto di vista storico, è rilevante la presenza del "bosco dell'Impero", una porzione di bosco creato con un rimboschimento di conifere, che ebbe particolare fortuna in epoca fascista.

Questo è l'ecomuseo, un museo che si apre al territorio e non è più racchiuso in un edificio!

I principi alla base dell'istituzione museale, che partono dal concetto della collezione, si spostano al patrimonio naturale fruibile all'aperto.

L'impostazione disciplinata del museo si trasforma in una nuova modalità di organizzazione interdisciplinare. Così i beni culturali di un museo secondo una gestione

pubblica diventano forme di cittadinanza attiva ove il patrimonio è assicurato al suo territorio sotto lo sguardo vigile della comunità che in quel territorio vive e opera e non solo dei visitatori di passaggio.

Ecco allora una nuova proposta legislativa che, grazie all'esperienza passata che ha portato il Piemonte a fare da capofila delle regioni italiane per ricchezza ed eterogeneità di particolari ecomusei, in tutto 25 a partire dal 1996 e molti sparsi nelle nostre Terre Alte, disciplina e attribuisce agli ecomusei un nuovo ruolo, rafforzando la loro natura interdisciplinare e promuovendo l'intrinseco valore economico del patrimonio culturale sotteso in essi.

Pertanto, insieme al riconoscimento degli ecomusei, alla loro valorizzazione e conservazione, come patrimonio culturale di un territorio omogeneo inserito nel territorio regionale, si intende creare una "coscienza di luogo", attraverso la quale rafforzare il senso di appartenenza delle popolazioni locali verso i "beni comuni" costituiti dal patrimonio culturale e dal paesaggio, come ambiente di vita.

Questi beni comuni incorporano e rappresentano, in chiave dinamico-evolutiva, gli elementi identitari e il capitale sociale di ogni territorio e di ciascuna comunità.

Rispetto dunque all'istituzione degli ecomusei avvenuta negli anni '90, ove l'amministrazione pubblica aveva manifestato la sua volontà di riconoscerli, con il loro nuovo riconoscimento si va oltre, in quanto si accredita una realtà ecomuseale già esistente e riconosciuta dalla comunità locale.

Gli ecomusei sono riconosciuti in base ad una propria esperienza, locale e documentabile, attivata dagli enti pubblici, dalle associazioni, dalle fondazioni o da altri organismi che siano espressione di un determinato territorio.

Ne consegue che gli ecomusei regionali sono inseriti nell'ambito delle politiche e delle azioni regionali di valorizzazione del paesaggio. Ciò significa che l'ecomuseo, legato al territorio, si sostanzia con l'apporto percettivo fornito dalle popolazioni.

Dunque nell'ecomuseo si fonde il paesaggio tradizionale con anche altre parti del territorio, come, ad esempio, le aree degradate e le aree della vita quotidiana prive di tutela

ambientale.

Si valorizza così la partecipazione sociale nel processo di individuazione dei beni oggetto di protezione.

Le comunità locali diventano quindi i soggetti primari nell'evoluzione del paesaggio, non solo per gli aspetti relativi alla qualità dell'ambiente di vita, ma anche per le ricadute economiche e sociali.

In questo senso, l'ecomuseo è un "ripensamento partecipato di un luogo e di una comunità, soprattutto per progettare il futuro".

Laura Spagnolini

L'Ecomuseo è il ripensamento partecipato di un luogo, e di una comunità, non tanto per salvaguardare il passato ma soprattutto per progettare un futuro.

Perché ognuno di noi ha diritto di vivere in un luogo che, insieme alle proprie radici, offra un senso, un vanto di appartenenza, un motivo di esistere e di abitare, per non dover necessariamente piegarsi alle omologanti offerte della "civiltà globale", dove il mondo è uguale dappertutto.

Enrico Camanni



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

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

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

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

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.

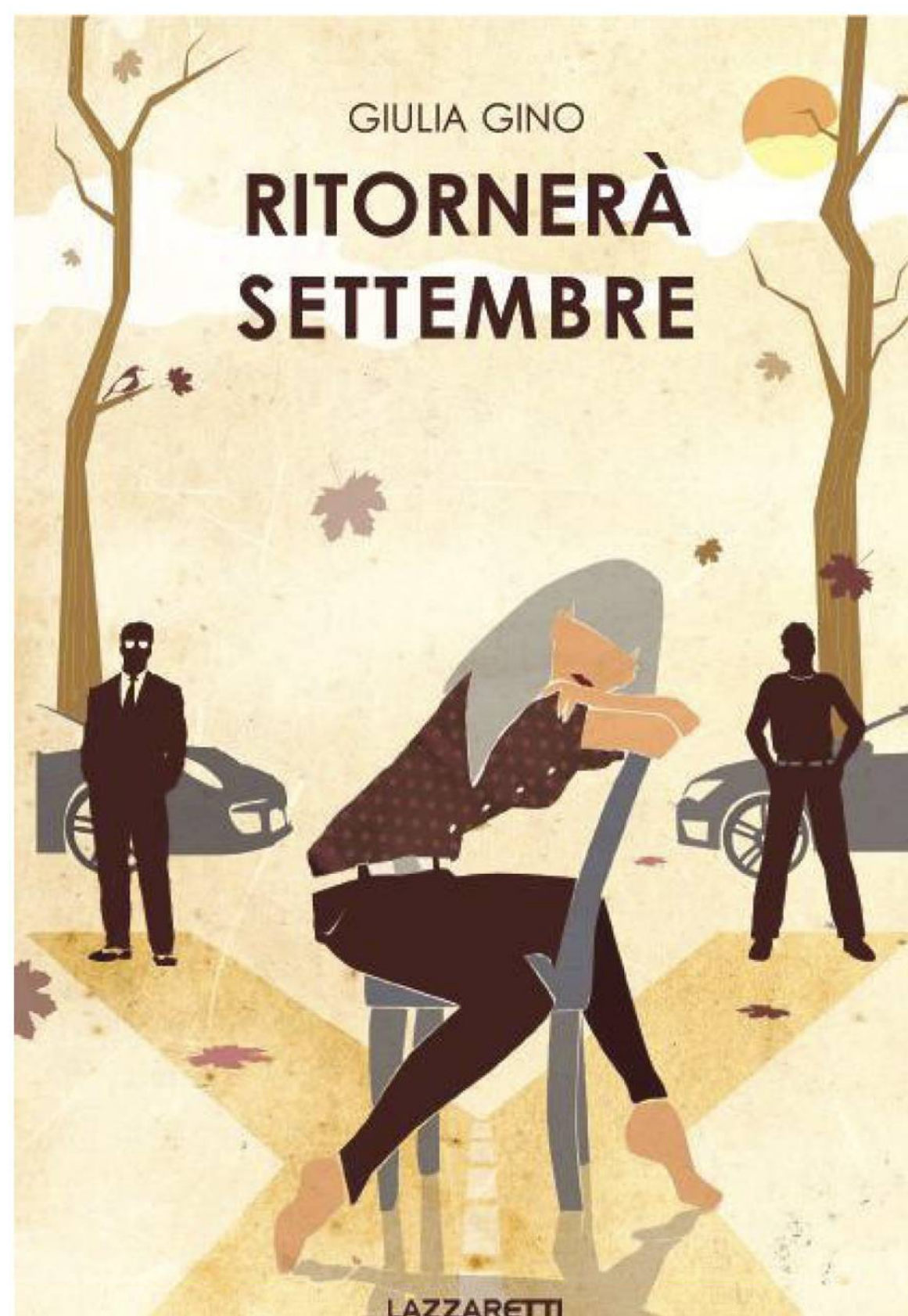
Nel 2010 ha pubblicato il suo primo romanzo "Fragile come un sogno", di cui "Ritournerà settembre", edito nel 2013, è il seguito ideale: i giovani protagonisti del primo romanzo sono cresciuti e si trovano alle prese con realtà e sentimenti più complessi.

*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.

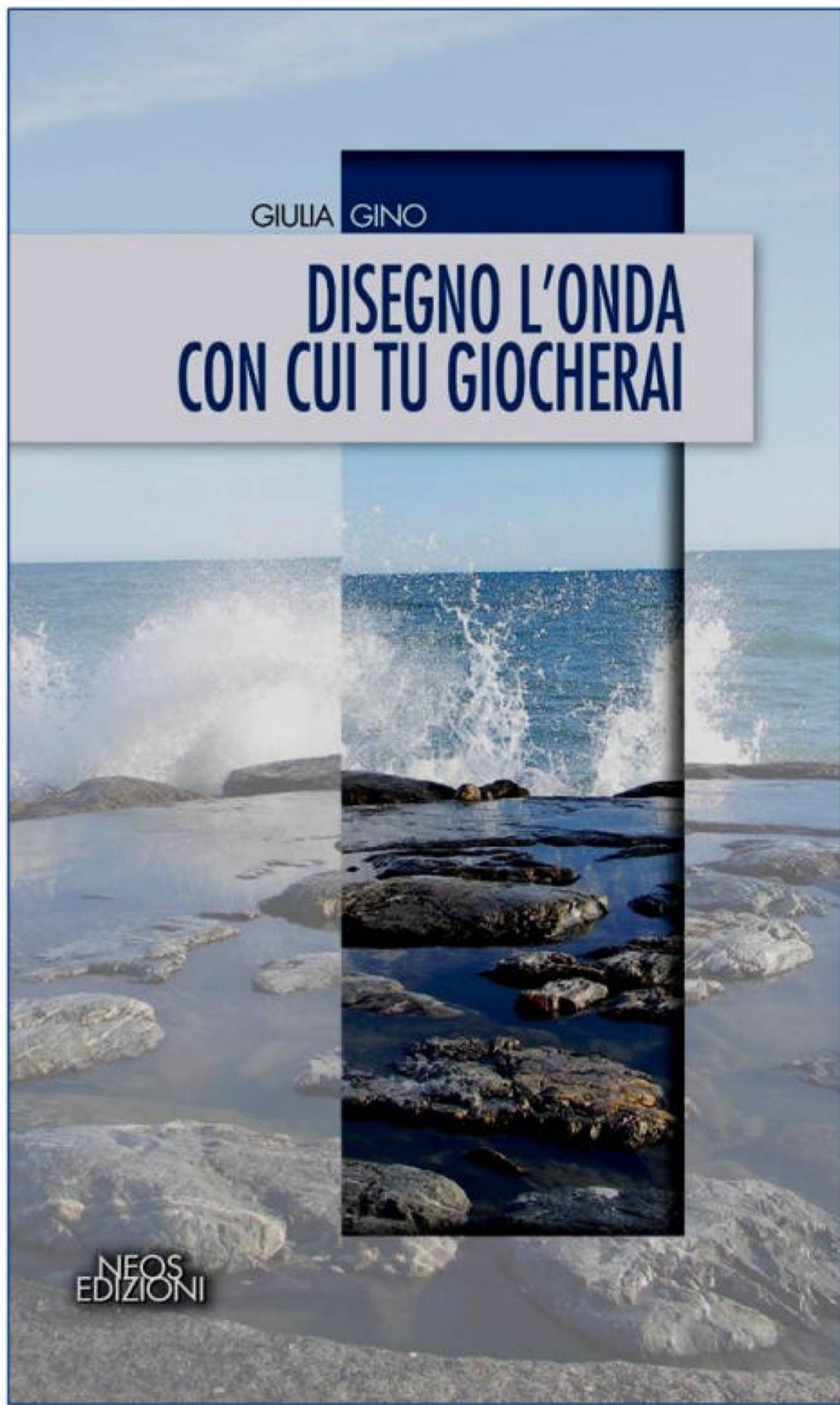
Da cinico e disperato qual era, Luca si trasforma pian piano, affronta le sue paure e i suoi sensi di colpa, inizia ad accettare quanto gli è successo e riprende in mano la sua vita. Quando Rebecca, la psicologa di cui si è innamorato, lo abbandona misteriosamente, egli inizia per rintracciarla, una "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 strettoie esistenziali. Con uno stile fresco e ricco d'incanto l'autrice riesce a dare vita con semplicità e naturalezza ad una storia realistica fatta di crescita, accettazione della sofferenza e grande ottimismo. Un messaggio significativo che sarebbe importante diffondere.

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



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



La Montanara

*La su per le montagne,
fra boschi e valli d'or,
tra l'aspre rupi echeggia
un cantico d'amor.*

*La su per le montagne
fra boschi e valli d'or,
Tra l'aspre rupi echeggia
un cantico d'amor.*

*"La montanara, ohè!"
si sente cantare,
cantiam la montanara
e chi non la sa?
La montanara ohè
si sente cantare.
Cantiam la montanara
e chi non la sa.*

*Làssù sui monti dai rivi d'argento
una capanna cosparsa di fior.
Era la piccola dolce dimora
di Soreghina, la figlia del Sol,
la figlia del Sol.*

La Montanara è un canto di ispirazione popolare con testo e musica composti nel 1927 dall'alpinista nato a Schio (in provincia di Vicenza), ma piemontese d'adozione, Toni Ortelli; l'armonizzazione a quattro voci del pezzo è firmata da Luigi Pigarelli.

Il canto nacque nel luglio del 1927 nelle valli di Lanzo, al Pian della Mussa; l'alpinista Toni Ortelli scrisse testo e musica in ricordo di un amico valdostano morto sul Monte Rosa. Arrivata al maestro Luigi Pigarelli a Trento, venne da questi armonizzata sotto lo pseudonimo di Pierluigi Galli. Venne donata al Coro della SOSAT, che ne curò la prima edizione del 1930.

La Montanara, considerata uno dei più celebri canti di montagna, è ispirato alla leggenda ladina di Soreghina, figlia del Sole, anche se le parole del canto menzionano appena questa storia, lasciando spazio all'evocazione di valli, boschi e canti alpini.

Il testo della canzone è stato tradotto in 148 lingue

La melodia è costituita da una strofa ed un



ritornello ripetuto due volte, a cui fa seguito una seconda strofa eseguita da un solista; il tempo è di 3/4.

La Montanara fu cantata ad orecchio per la prima volta pubblicamente a Roma dal Coro della SOSAT ai microfoni dell'EIAR il 7 aprile 1929.

La Montanara è l'inno dell'Hockey Club Ambri-Piotta, una squadra di hockey su ghiaccio delle montagne del Canton Ticino che milita nella Lega Nazionale A.

Quest'anno il canto compie novant'anni, e per l'occasione il la celebrazione si terrà sabato 11 giugno al PIAN DELLA MUSSA con l'intervento del Coro Edelweiss e altri cori nell'arco della giornata.

Leggiamo di seguito quanto ci dice: *Lorenzo Bettiolo*

Nell'articolo pubblicato nel numero 4 (Dicembre 2000) di "Marmolèda" affermavo, tra le altre cose, che questa bella canzone era, nel testo originario, composta di cinque strofe.

La notizia aveva destato non poca sorpresa; in particolare l'amico Enzo Fantini, ex corista, mi aveva telefonato pregandomi di rintracciare le strofe sconosciute ed eventualmente di mandargliele.

Il canto "La montanara" nasce nel luglio del 1927 nell'alta valle di Lanzo (TO), al Pian della Mussa; l'alpinista Toni Ortelli sente levarsi dall'Alpe dell'Uia di Ciaramella un dolce canto: è forse la voce di un pastorello.

Ortelli aveva già sentito il motivo una sera in un'osteria di Balme.

Ne trascrive testo e musica, in ricordo dell'amico Emilio Bich, guida valdostana precipitata dalla Punta Zumstein del Monte Rosa il 4 agosto 1927.

Incontrato l'amico Bepi Ranzi a Torino, gli fa sentire la composizione; il Ranzi ne rimane entusiasta e la cantano assieme a due voci.

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=M1qrmTXBOuo>



Arrivata al maestro Luigi Pigarelli a Trento, viene da questi armonizzata sotto lo pseudonimo di Pierluigi Galli.

Se ne impadronisce ben presto il Coro della SOSAT (che poi diverrà Coro della SAT), che ne cura la prima edizione del 1930. Allo stesso Pigarelli va riconosciuto il merito della definitiva stesura armonica e poetica.

Il canto cominciò così la sua diffusione in tutto il mondo e divenne talmente noto, per esempio, da dare il nome ad un coro in Germania. Curiosamente va ricordato che "La montanara" fu cantata "ad orecchio" per la prima volta pubblicamente a Roma dal Coro della SOSAT ai microfoni dell'EIAR il 7 aprile 1929.

Questo canto, a ragione considerato l'inno internazionale della montagna, è ispirato, com'è noto, alla leggenda di Soreghina, figlia del Sole: la principessa Soreghina viveva solo quando splendeva il sole; di notte s'immergeva in un sonno profondissimo.

Accadde un giorno che s'imbatté in Ey de Net (Occhio di Notte), glorioso guerriero dei Duranni che proveniva dal regno dei Fanes.

Questi era caduto da una rupe ed era rimasto privo di sensi. Se ne curò Soreghina, che abitò con lui, una volta guarito, in una casetta



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.

di legno nella Valle di Fassa, al cospetto del gran Vernel, felice di godere il sole dal quale traeva energia e vita.

La bella storia dei due ebbe termine un giorno che la bella Soreghina sentì, di nascosto, il suo guerriero raccontare ad un amico quanto ancora era affascinato dalla bella Dolasilla, principessa guerriera dalla quale aveva dovuto allontanarsi.

La rivelazione stroncò l'animo di Soreghina che finì per morire tra le sue braccia.

Come si nota, le parole del canto menzionano appena questa storia. E' indubbio, tuttavia, che sia le parole, che evocano tempi e luoghi di sogno, che la bella melodia che accompagna il testo e, perché no? anche la voce del solista, esercitano un fascino particolare che poche canzoni di montagna sanno suscitare al pari di questa.

Vale la pena in ogni caso trascrivere qui il testo completo, così come l'ho trovato dopo aver consultato svariati spartiti, libri ed opuscoli (86!), che possiedo, inerenti canti di montagna e popolari; ecco dunque le strofe del testo originario:



Coro Edelweiss del CAI di Torino

Cerchiamo coristi!

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



*Lassù per le montagne
fra boschi e valli d'or
fra l'aspre rupi echeggia
un cantico d'amor.
La montanara ohé
si sente cantare.
Cantiam la montanara
E chi non la sa?
Sull'Alpe bianca
dai rivi d'argento
una capanna più bella d'un fiore:
era la piccola, dolce dimora
di Soreghina, la bimba del sol.
Sola nel mondo*

Valter Incerpi

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

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

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

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



*l'ultimo
libro di Roberto Mantovani...*



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

Roberto Mantovani, Monviso L’icone della montagna piemontese

La Cucina popolare della Sardegna

Cari lettori ed ancora più cari allievi Chef... superata la prova della "cucina lucana"?

Benissimo!... ma non fermiamoci qui!

Questo mese si va tutti in Sardegna alla scoperta della straordinaria cucina sarda.

La cucina sarda è l'espressione di un' "arte" culinaria sviluppata in Sardegna ed è caratterizzata dalla sua varietà, nonché dall'essersi arricchita nella storia attraverso apporti e contaminazioni da contatti e scambi fra diverse culture mediterranee.

E' una cucina varia e diversificata, spazia dalle carni arrostate, al pane, i formaggi, i vini, a piatti di mare e di terra, sia di derivazione contadina che pasorale, di cacciagione, di pesca e di raccolta di erbe spontanee.

Questa cucina viene considerata a pieno titolo parte della nostra "dieta mediterranea" che è un modello nutrizionale proclamato nel 2010 dall'Unesco tra i patrimoni orali e immateriali dell'umanità.

Non vi sentite quindi un poco in "soggezione" all'idea di cimentarvi con nuove ricette questa volta provenienti da questa bellissima isola?

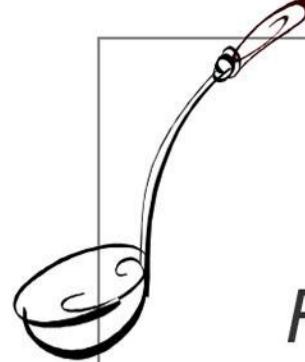
Buon lavoro, buoni fornelli e buon appetito (naturalmente) a tutti Voi!

Cozze fritte

Le cozze fritte sono un antipasto sfizioso, facilissimo da preparare, ma allo stesso tempo originale e gustoso.



Cozze fritte



Il mestolo d'oro Ricette della tradizione popolare



Ingredienti (per 4 persone)

- Cozze - Nieddittas, 800 g
- Semola - di grano duro, 200 g
- Basilico - 16 foglie
- Finocchietto Selvatico - 4 rametti
- Aglio - 1 spicchio
- Prezzemolo - qualche foglia
- Olio extravergine di oliva - per friggere

PREPARAZIONE

Mettere 4 cucchiaini d'olio extravergine d'oliva in una padella con l'aglio e il prezzemolo.

Quando inizia a soffriggere aggiungere le cozze, coprire con un coperchio e lasciare che si aprano.

Raffreddarle velocemente e sgusciarle, passare le cozze nella semola e friggere in abbondante olio caldo.

Scolare quando saranno ben croccanti e metterle su carta assorbente.

Buttare nell'olio il basilico e il finocchietto e friggere fino a quando anche questi saranno croccanti.

Scolare e metterli su panno assorbente. Servire le cozze sui piatti con sopra il basilico

e il finocchietto fritto.

Fregula con cozze e cannolicchi

La fregula raccoglie il gusto delle cozze e dei cannolicchi in questo piatto saporito al profumo di mare.

Ingredienti (per 4 persone)

- Fregula (Semola, zafferano e acqua) - 300 g
- Cannolicchi - 400 g
- Cozze - 400 g
- Prezzemolo
- Aglio - 1 spicchio
- Vino - vermentino, 1 bicchiere
- Olio extravergine di oliva
- Sale

PREPARAZIONE

(della Fregula)

All'interno di un grosso recipiente in terracotta si spolvera un po di semola e si gocciola un po di acqua (in cui si è disciolto un pizzico di zafferano in polvere o pochi fili).

Con movimenti circolari e delicati si fa raggruppare la semola con l'acqua. Il procedimento continua fino all'esaurimento

degli ingredienti.

La fregula viene setacciata e differenziata in piccola, media e grande ed infine tostata al forno dove assume la tipica colorazione brunastra.

(e poi...)

Prendete una pentola capace e mettete a bagno in acqua e sale i cannolicchi per almeno una nottata. Abbondate col sale, mettetene 2 o 3 manciate piene.

Pulite le cozze raschiando il guscio con un coltello ed eliminando il bisso.

Mettete i cannolicchi in un tegame, le cozze in un altro tegame e fatele aprire.

Quando entrambe sono aperte filtrate l'acqua per eliminare le impurità ed unite quest'ultima con l'acqua delle cozze.

Metteteli da parte assieme al sugo di cottura filtrato. Mettete l'olio extravergine d'oliva in una capiente padella e fate dorare l'aglio.

Aggiungete la fregula e fatela tostare. Salate e Sfumate con il vino.

Fate cuocere la fregula aggiungendo il sughetto di cottura delle cozze e dei cannolicchi.

Quasi al termine della cottura aggiungete le cozze e i cannolicchi e servite decorando con un po' di prezzemolo.



Fregula con cozze e cannolicchi



Polpo arrostito con crema di fave

Polpo arrostito con crema di fave

Il polpo arrostito con crema di fave fresche è un piatto semplicissimo e gustoso. La crema di fave esalta il gusto del polpo in un trionfo di sapori.

Ingredienti (per 4 persone)

- Polpo - 1 kg
- Fave - fresche sgranate, 400 g
- Cipolle - 1 bianca piccola
- Maggiorana
- Olio extravergine di oliva
- Sale

PREPARAZIONE

Lessate il polpo per 30', partendo da acqua fredda salata una volta pronto, lasciatelo raffreddare nella sua acqua di cottura.

Sbollentate le fave per 3 ', scolatele, immergetele quindi in acqua fredda.

Immergetele quindi in acqua fredda per qualche minuto e infine pelatele.

Affettate sottilmente la cipolla, fatela appassire con un filo d'olio e frullatela con metà delle fave; salate (crema).

Tagliate il polpo a rochetti aprendo questi ultimi a libro; conditeli con un filo di olio e foglie di maggiorana.

Arrostito il polpo per 1 ' per lato in una padella

caldissimo, poi servitelo accompagnato sulla crema di fave, completando con le fave rimaste e, a piacere, con germogli di fava o altri germogli come la soia.

Casadinas

Uno scrigno di pasta di semola che racchiude un tesoro di sapori: il formaggio, lo zucchero e l'uva sultanina al profumo di limone.

Ingredienti (per 4 persone)

Per la pasta

- Semola - di grano duro rimacinata, 400 g
- Strutto - 100 g
- Sale

Per il ripieno

- Formaggio - fresco, 500 g
- Zucchero - 100 g
- Uova - 2
- Limoni - 1
- Uva Sultanina - 100 g
- Farina

PREPARAZIONE

Impastate la semola con lo strutto e un pizzico di sale aiutandovi con un po di acqua tiepida.

Lavorate fino ad ottenere un impasto omogeneo, quindi copritelo con un canovaccio e lasciatelo riposare per qualche ora.



Casadinas

In una ciotola mescolate il formaggio grattugiato, lo zucchero, le uova, l'uva sultanina e la scorza grattugiata del limone, amalgamate bene aggiungendo qualche cucchiaio di farina per dare al composto la giusta consistenza.

Riprendete la pasta e stendete una sfoglia sottile; ritagliate dei dischi di un diametro di circa 10 cm e sistemate su ciascuno un cucchiaio di ripieno.

Pizzicate i bordi della pasta in cinque o sei punti in modo da formare delle scodelline, quindi sistemate le casadinas su una teglia rivestita di carta da forno e infornate a 150° per circa trenta minuti.

Quando saranno dorate toglietele dal forno e stendete a piacere uno starto di miele.



Mauro Zanotto

Come si viveva una volta

Tratti di vita quotidiana nel 1900-1905 al

Coindo e Laietto

(parte prima)



C'era una volta
Ricordi del nostro passato

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

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

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

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

Per conoscere meglio la vita in quel periodo è opportuno sapere che nel 1900 l'Italia aveva 33.653.000 abitanti, Torino 329.691 e Mocchie 2.611, il pane costava 0,45 £/kg, la pasta 0,56 £/kg, la farina di granturco 0,25 £/kg, la farina di grano 0,43 £/kg, la carne 1,30 £/kg, il latte 0,26 £/l, lo zucchero 1,54 £/kg, 10 sigarette 0,18 £, un giornale 0,05 £ (un soldo), un operaio guadagnava 1,5÷2 £ al giorno ed una donna 0,80÷1 £ al giorno per giornate lavorative di 11÷12 ore e settimana di 6 giorni. Il salario di un contadino era sulle 0,60 £/giorno. La Fiat era stata fondata nel 1899 ed il 29 luglio 1900 un anarchico G. Bresci aveva assassinato il Re d'Italia Umberto I°.

Nel 1905 vivevano al Coindo le famiglie di:

- Cordola Giovanni e Cordola Melania-Emilia con 5 figli più 2 sorelle e 2 fratelli di Giovanni;
- Cordola Francesco e Liay Teresa con 5



Testata del giornale torinese "La Gazzetta del Popolo" del 26 febbraio 1905

figli (altri 3 erano già mancati prematuramente);

- Cordola Carlo e Vinassa Ferdinanda con 5 figli (altre 3 figlie erano già sposate);
- Cordola Giuseppe (figlio del precedente Carlo) e Cinato Maria coi primi 2 figli;
- Cordola Antonio e Vercellino Angela con 5 figli;
- Cordola Massimo e Bonavero Marianna coi primi tre figli e la madre di Massimo;
- Cinato Stefano e Cordola Maria;
- Cinato Carlo e Versino Margherita coi sette figli.

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

LE ABITAZIONI E LA VITA D'OGNI GIORNO

Le case d'abitazione erano, in generale, povere casupole di pietra intonacata parzialmente soltanto all'interno con copertura in lose, composte generalmente da una cucina col camino e la stalla al piano terreno, una o

più stanze (dove si dormiva in molti) col fienile al piano superiore e in qualche caso la cantina interrata, le finestre erano molto piccole.

Non c'era l'elettricità e la luce era data da lampade a olio di noci, petrolio o dalle candele di cera (molto costose in quel tempo), che si stava ben attenti a non consumare.

I mobili erano pochi: letti, cassapanche e qualche armadio nelle stanze. In cucina si trovavano tavoli, sgabelli o panche, una madia per il pane e altri cibi, una trave alla parete con la stoviglieria attaccata ai chiodi, il camino e la stufa.

D'altra parte tutta la vita della famiglia si svolgeva fuori, nel lavoro dei campi e quando si era in casa, si stava in cucina o, al più, nella stalla. Le stanze da letto erano riservate al dormire.

I vestiti: generalmente erano di canapa e cotone o fustagno, rari gli abiti di lana, si calzavano zoccoli di legno oppure rozze scarpe con molte toppe: in ogni casa c'era sempre qualcuno che si improvvisava ciabattino, ingegnandosi ad aggiustare suole e tacchi.

Gli uomini nelle feste portavano sempre sul capo un cappello di panno o feltro con la falda ed un nastro intorno alla fascia, il gilè abbottonato in alto, il fazzoletto annodato intorno al piccolo colletto della camicia e la



Casa di una volta

giacca.

Per ripararsi dal freddo erano frequenti pesanti mantelle nere in cui gli uomini si avvolgevano.

Le donne vestivano con abiti semplici : una ampia sottana, un corpetto, una cuffia o fazzoletto in testa a coprire i capelli lunghi raccolti a crocchia sulla nuca e uno scialle per coprirsi le spalle.

Per le solennità o andando alla messa coprivano il capo con qualche bel fazzoletto di lana a tinte vivaci.

Non c'era l'acqua nelle case, non c'era elettricità e, per il bagno la scelta variava da un campo all'aria aperta dietro un cespuglio, o una piccola costruzione col tetto di frasche staccata dalle case con funzione di gabinetto o la stalla dove le mucche, all'occorrenza, potevano avere lo stesso impellente bisogno del malcapitato e, quindi, inondarlo di urina.

La stalla rimaneva comunque l'ultima scelta anche perché chiunque poteva entrare in qualsiasi momento mettendo in imbarazzo tutti e due.

Come si faceva a vivere senz'acqua? Come avevano fatto per migliaia di anni tutti quelli che ci hanno preceduto. In cucina c'era uno o più secchi che si andava a riempire d'acqua alla fontana.

Un fiasco, invece, veniva riempito un po' prima del pranzo direttamente alla sorgente, perché l'acqua da bere era così più fresca.

Questo compito, in generale, spettava ai bambini della famiglia: "Va a prendere l'acqua che mangiamo!"

Questo era il comando che mio padre da piccolo si sentiva rivolgere da mio nonno che conosceva, in famiglia, solo l'imperativo. E, con il suo bel fiasco in mano, via alla sorgente, che non era proprio vicina, ma ci voleva una mezz'ora di tempo tra andata e ritorno.

Per lavarsi, si riempiva il catino d'acqua. Durante i mesi invernali nella stufa o sul camino, acceso dalla mattina alla sera, vi era sempre un paiolo d'acqua a scaldare di circa 5 litri, per cui almeno nei mesi freddi c'era sempre acqua calda disponibile.

Solo il sabato si svolgeva la cerimonia del bagno completo, dentro una grande tinozza, che veniva piazzata nella stanza più calda (la

cucina) o in alternativa nella stalla, e ci si lavava lì, a turno.

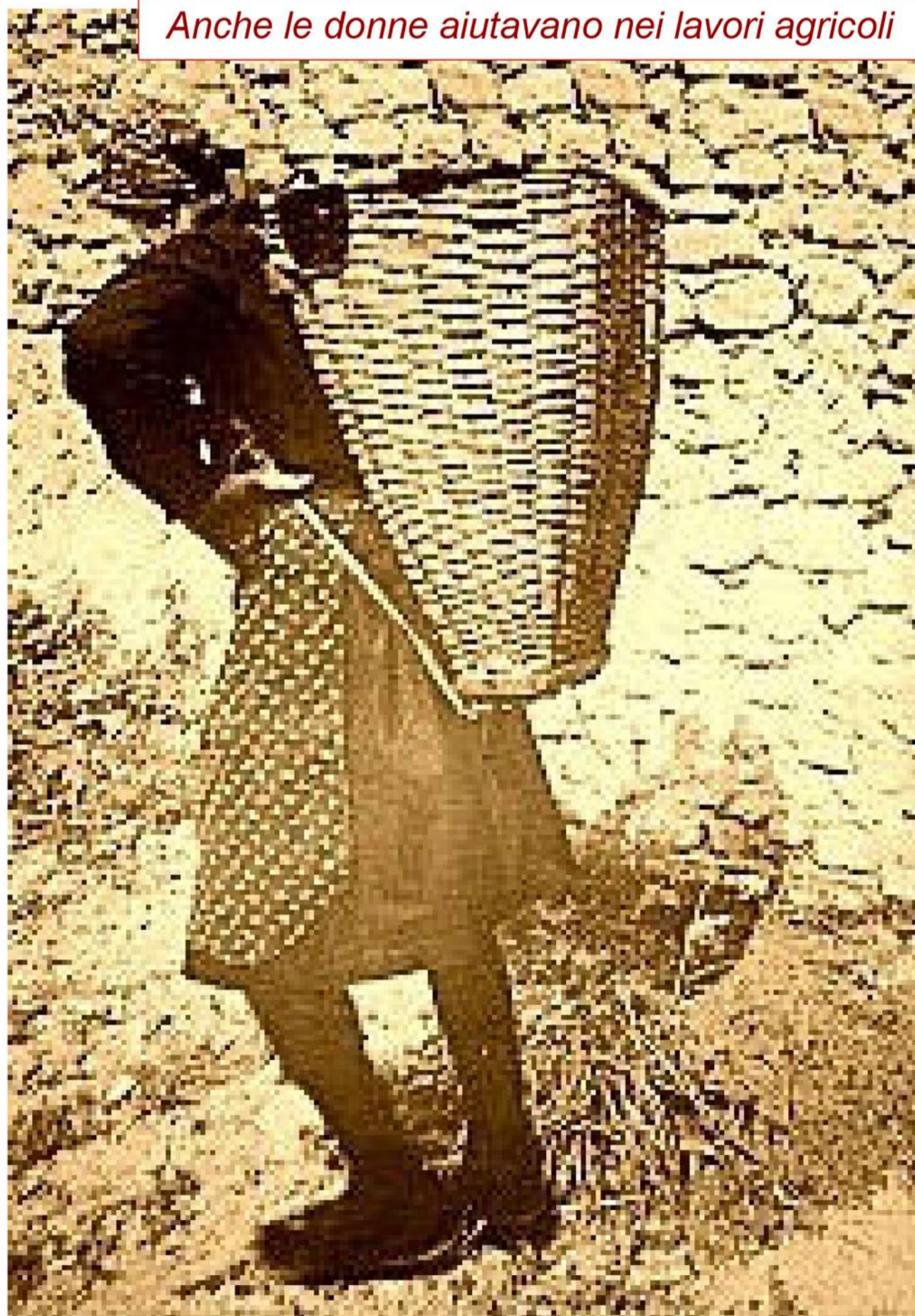
Però, dopo due bagni l'acqua veniva cambiata. In estate ci si lavava con l'acqua scaldata dal sole.

I pochi che in camera da letto avevano un catino e una brocca, al mattino d'inverno trovavano l'acqua trasformata in ghiaccio, perché le stanze non erano riscaldate. Come unico sistema per avere meno freddo nel letto c'erano le pietre riscaldate nella brace del camino ed avvolte in un panno, usate soprattutto per gli anziani.

Non ci si fermava mai, se non appunto all'ora della cena consumata in religioso silenzio sopraffatti più dalla stanchezza che dai profumi delle minestre, che bollivano e ribollivano nel paiolo di rame appeso nel camino sotto lo scoppiettante rumore e lo scintillio della legna secca, conferendo ai cibi quel particolare sapore che solo la cottura a "legna" sadare.

Il montanaro che un tempo viveva con quel poco che la montagna offriva svolgeva

Anche le donne aiutavano nei lavori agricoli





Fare legna

prevalentemente un'attività agricola.

Ma l'altitudine, la configurazione geografica della Valle del Sessi ed il clima costituivano un insieme di condizioni poco propizie a tale attività. Le colture tradizionali (segale, avena, patate) erano la base dell'alimentazione del montanaro, e necessitavano di molte cure, come anche l'allevamento del bestiame, bovino e ovino.

Quelle attività impegnavano l'uomo durante la maggior parte dell'anno, con il ritmo delle stagioni che fluivano sui mezzi della sua sussistenza.

Inoltre si preoccupava, senza delegare ad altri, di ripulire il sottobosco, di sistemare la diffusa rete dei sentieri, di incanalare le acque piovane, di ripristinare i muretti a secco, senza pretesa di vedersi riconosciuto il suo lavoro dai contributi di qualche ente, bensì

riscontrando e usufruendo dei benefici pratici di cui egli si era reso artefice, convinto che la sua opera sarebbe servita ai figli e ai nipoti che ne sarebbero seguiti.

Di anno in anno provvedeva a prepararsi la legna per quello successivo, attento alle fasi lunari e alle diverse proprietà delle essenze a disposizione. Ciascuno sapeva di avere un ruolo utile nell'interesse di tutti.

Da una parte c'erano l'asprezza della vita, la povertà, la mortalità infantile, gli incidenti e l'emigrazione... dall'altra la tranquillità, la pazienza, l'aiuto reciproco, lo spirito comunitario,... le speranze, le illusioni, e l'orgoglio.

Il trasporto della legna e del fieno, aveva come protagonista la "lesa", la caratteristica slitta di legno usata per trasportare carichi sulle mulattiere alpine: nel ripercorrere le rotaie scavate dalle discese di questo antico mezzo di trasporto si colgono le vicende più autentiche fatte di lavoro e di fatica, elementi 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.

Al Coindo ed al Laietto la mattina del 24 giugno, non mancavano mai porte di case e stalle con del ramoscello di noce appeso allo stipite, si adornavano così le case, con fronde di noce traendone responsi propizi dal sussurrare delle foglie al vento e dal loro avvizzire lento o veloce.

Usanza pagana risalente probabilmente alla



Don Giovanni Battista Margaria priore di Laietto dal 1902 al 1938

ritualità celtica (Litha solstizio d'estate) poi cristianizzata e trasformata nel "ramoscello di noce di San Giovanni", noce che fiorisce verso la fine di giugno e porta i gustosi frutti in autunno.

Le poche usanze tradizionali erano soprattutto religiose: notevoli le funzioni della Settimana Santa. I suoi riti occupavano molte ore della giornata, con un particolare coinvolgimento emotivo di persone di tutte le età. I ragazzi con speciali strumenti di legno (le raganelle), potevano e dovevano fare un gran baccano, rappresentando le forze del male, mentre le campane erano legate (ferme), il giovedì e il venerdì santo.

Molto attesa la benedizione Pasquale delle case con particolare riguardo per le stalle e gli animali; il prevosto di Laietto doveva inerpicarsi fino alle più sperdute borgate e alpeggi d'alta montagna. È diventato aneddoto quanto capitò all'alp Anselmetti verso il Collombardo.

Il prete Don Giovanni Battista Margaria, priore di Laietto dal 1902 al 1938, era stanco e anche se vicino all'alpeggio non se la sentiva più di salire e allora gridò al margaro che di lassù l'attendeva: – Ehi! Ti posso benedire di quaggiù! – Al che il margaro alzando in alto una bella toma gli gridò di rimando: – Va bene, ma questa puoi anche vederla di laggiù! –.

Altri usi erano legati alle varie scadenze ed eventi della vita parrocchiale e familiare: le feste religiose di S.Vito patrono di Laietto, quella di S. Antonio abate il 17 gennaio per la benedizione degli animali, la tradizionale festa del 2 agosto al Collombardo, battesimi, sposalizi e funerali.

I giovani attendevano con ansia le poche scadenze annuali per fare un po di allegria. Così si salutava il carnevale con due momenti distinti: le «Dëspresie» o le «Busaje» e le «Barbuire».

Si cominciava il giorno dell'Epifania, alternativamente si eseguiva una delle prime due, ovvero un anno si facevano "Le Dëspresie" (i dispetti – piccoli furtarelli eseguiti la notte precedente con restituzione il giorno dopo davanti la chiesa) e l'anno successivo "Le Busaje" (una pubblica presa in giro davanti alla chiesa), si chiudeva con "Le Barbuire", vale a dire i personaggi mascherati

nella domenica grassa.

Protagonista era il Pajasso, che portava con sé un bastone alla cui sommità era legato un gallo: questo e altri personaggi si divertivano a spaventare i paesani e a far scherzi, soprattutto alle ragazze, vere destinatarie della festa.

Dopo balli, schiamazzi e finte morti si giungeva al momento culminante della rappresentazione: il Pajasso, tagliando la testa al gallo (che nel frattempo era stato appeso ad un albero) ammazzava se stesso, decretando la morte del Carnevale, la fine dell'inverno e l'arrivo della primavera, in un rituale di fecondità e prosperità per il nuovo anno.

Altre occasioni di allegria per i giovani erano le feste patronali, i mercati, le fiere e festeggiare la coscrizione di leva con balli e sbornie se possibile.

LA STALLA

La stalla era l'ambiente simbolo del montanaro che, nelle pratiche agricole e nel volgere delle stagioni, perpetuava gesti e usanze secolari. Allora la stalla svolgeva molteplici funzioni: era un ricovero per animali, ma, nella stagione fredda anche un luogo di socializzazione, stanza da letto e caldo giaciglio per ammalati ed anziani.

Nei primi anni del 900 al Coindo, ma anche in tutte le altre borgate della Valle del Sessi ogni nucleo familiare aveva una piccola stalla, ed ognuna ricoverava pochissimi capi di bestiame (generalmente un paio di mucche e qualche pecora o capra).

C'erano quelle di "Djàn d'la bërzero", "Carlin", "Cetch", "Gilin" e altre. La vita era molto dura: d'estate le famiglie che avevano più animali salivano all'alpeggio, d'inverno giù alla borgata accompagnati da un fedele cane pastore.

La pratica dell'allevamento del bestiame era fondamentale per la sopravvivenza della comunità alpina. I bovini e i caprini erano prevalentemente utilizzati per la produzione di latte mentre gli ovini per il latte, la carne e la lana. Non mancano gli avicoli: galline ovaiole e qualche volta anche palmipedi.

L'alpeggio è una pratica molto antica, che risponde a necessità economiche e tecniche a



un tempo, sia perché permette di sfruttare la produzione foraggera di alta montagna, inutilizzabile in altro modo, sia perché irrobustisce gli animali e li rende più resistenti alle infezioni, particolarmente alla tubercolosi, portando ad una migliore qualità dei prodotti zootecnici.

Essa consisteva nel trasferimento, per l'intero periodo estivo, del bestiame e della famiglia in baite a quote più elevate tra i 1400 e 1800 metri e coincideva solitamente con il periodo che va da metà maggio a inizio settembre. I fabbricati d'alpeggio erano molto primitivi, realizzati con pietrame a secco e tetto in lose.

La tipologia variava molto in funzione dell'estensione dei pascoli, il clima, la disponibilità idrica, i materiali da costruzioni disponibili in loco. Le famiglie utilizzavano ciascuna una propria baita con una piccola stalletta e altri due vani per la lavorazione del latte e le funzioni abitative.

Con le pietre raccolte sui pascoli si realizzavano anche lunghi muri di confine (per evitare sconfinamenti e controversie). Si costruivano poi i muri a protezione (dal bestiame) dei prati da sfalcio e degli orti, quelli

di protezione (del bestiame) dai salti di roccia e burroni.

Gianni Cordola

www.cordola.it



Alpeggio



Voyage Autour de l'Avic

*fotografie di Enrico Peyrot
dal 22/04/2017 al 25/06/2017*

Il Museo Nazionale della Montagna con il Parco Naturale Mont Avic, in collaborazione con la Città di Torino e il Club Alpino Italiano, presenta il progetto di documentazione che il Parco ha commissionato al fotografo Enrico Peyrot nel 2015, in occasione dell'Anno internazionale della Luce proclamato dalle Nazioni Unite.

Il progetto testimonia la volontà del Parco di ribadire, con la concretezza della propria azione, il ruolo fondamentale che i parchi e le aree protette svolgono e devono svolgere non solo per la conservazione attiva del nostro patrimonio naturale, ma anche per lo sviluppo territoriale e la formazione delle giovani generazioni.

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!



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

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 v'è 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”!

La Certosa di Monte Benedetto

Il fondatore dell'ordine certosino è Bruno di Colonia nato intorno all'anno 1030 da una famiglia benestante. Intrapresi in Francia gli studi, a Reims divenne professore di teologia. Scontento, nella sua mente si rafforzò la vocazione per un altro genere di vita, più appartata dal mondo, quasi eremitica, fondando in una valle poco accessibile nel massiccio della Chartreuse vicino a Grenoble la prima Certosa.

L'ordine certosino si trova nella necessità di opporsi a tutto quanto di terreno e materiale distoglie l'uomo dalla ricerca di Dio. Il fine dichiarato e proprio quello di “cercare Dio con più ardore nel proprio intimo attraverso la preghiera e una vita di solitudine e di silenzio”.



Sul sentiero che giunge da monte



Aggirando il complesso monastico

A capo di ogni comunità vi è il Priore, mentre il Procuratore si occupa dei fratelli conversi, monaci laici che si occupano dei lavori artigianali, dell'agricoltura, dell'allevamento e di tutte le occupazioni pratiche del monastero.

Dopo essere stati per un breve periodo alla Losa, i certosini in valle di Susa si trasferirono nella zona di Monte Benedetto a monte di Villar Focchiardo ricevendo in dote donazioni di terre, somme di denaro, prodotti in natura e decime, che con acquisizioni fatte dagli stessi certosini costituirono un esteso patrimonio fondiario concentrato nella bassa valle di Susa.

Contemporaneamente da una economia basata quasi esclusivamente sulla pastorizia si passa ad una più agricola, con diverse colture. Il luogo scelto per la Certosa è il tipico "deserto" analogo a quello in cui S. Bruno fondò la prima Certosa: una conca che non si intuisce da fondo valle protetta dai valloni del Gravio e del rio Buggia.

Inizialmente vi era una parte alta, dove risiedevano i monaci, e una parte bassa detta Correria dove vivevano i fratelli conversi, quelli ai quali erano riservati i lavori manuali.

I monaci certosini vissero a Monte Benedetto per c.ca trecento anni. Poi decisero di scendere più in basso a Banda e poi ad Avigliana prima del trasferimento definitivo alla Certosa Reale di Collegno dove andarono alla metà del Seicento conoscendo un nuovo periodo di splendore spirituale e economico.

A Collegno i monaci restarono sino a metà Ottocento quando una legge soppresse gli ordini religiosi con l'alienazione di tutti i beni.

Come è fatta e come è organizzata una Certosa?

L'arredamento è essenziale perché nulla deve distogliere il monaco dalla preghiera e dalla comunione con Dio. Lungo le pareti della chiesa si trovano gli stalli dove si siedono e si appoggiano i monaci durante le funzioni. Anche l'altare è spoglio, fatto da una sola



Guardando al frontale della chiesa

pietra, mentre la campana scandisce le funzioni e quindi anche la vita del monaco certosino.

Altro elemento è il grande chiostro sul quale si affacciano le celle dei monaci collegate tra loro e con la chiesa da un camminamento coperto.

Le celle dei monaci sono piccole casette con letto, tavolino, stufa e libreria, mentre i pasti sono confezionati da una cucina comunitaria.

Altro elemento importante è il giardinetto dove il monaco può sostare all'aperto, ma sempre in solitudine.

Così si viveva alla Certosa di Monte Benedetto.

Beppe Sabadini



L'interno della chiesa della Certosa

Paura della demenza

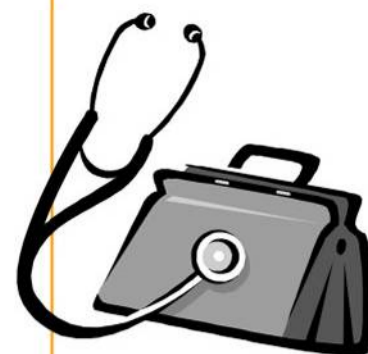
Pochi anziani si rivolgono al Medico per perdita di memoria. Gli esperti ritengono che sia un tabù dovuto alla paura della demenza. Hai paura che il dimenticare i nomi, o dove hai lasciato le chiavi siano segni della demenza che incombe? Se sei come la maggior parte degli anziani, non parlerai di questo con il tuo Dottore, come mostra un nuovo studio.

I ricercatori che nel 2011 hanno analizzato i dati riguardanti più di 10.000 persone di età superiore a 45 anni, dicono che solo 1 adulto su 4 ha parlato di problemi di memoria con un professionista della salute durante un checkup di routine.

Gli esperti concordano che la correlazione tra perdita di memoria e demenza può trattenere le persone dal discutere di questi argomenti con il proprio medico.

"Dato che la demenza è una condizione molto comune, le persone anziane hanno familiarità con i suoi segni distintivi che hanno dolorosamente osservato a lungo nei vicini di casa o in loro familiari." dice il direttore del reparto di geriatria del Northwell Health di New York. "Questo comportamento porta a rinnegare i sintomi e a ritardare la diagnosi pensando che magari sono i normali segni dell'invecchiamento. "

Parlare di memoria invece è importante, perchè non necessariamente questi problemi devono sfociare nella demenza, ad esempio



Il medico risponde Le domande e le risposte sulla nostra salute

potrebbe essere un problema correlato ad una condizione trattabile come la depressione.

E anche se fosse correlato alla demenza, riconoscerla subito è senz'altro un punto cruciale per il paziente e per il relativo trattamento.

Ad esempio può parlare tempestivamente con i familiari e prendere delle decisioni circa il proprio accudimento nel momento in cui non sarà più autosufficiente.

Oltretutto anche se fosse un preambolo di Alzheimer, se trattato in tempo, i sintomi possono essere migliorati con alcuni trattamenti farmacologici e non.

Dato che per un individuo è difficile stabilire da solo se le piccole dimenticanze sono normali o no, parlarne con uno specialista può portare ad avere delle risposte che potenzialmente possono migliorare la condizione in cui si trova.

7 normali dimenticanze

Tutti quanti possono sperimentare la perdita di memoria: è normale dimenticare le cose qualche volta, e lo è ancora di più quando si



invecchia. Ma quand'è che si oltrepassa il limite della normalità?

Come si fa a dire quando i lapsus non sono dovuti all'età ma a qualche problema più grave?

Vediamo quali sono le condizioni normali:

1. Transitorietà

Questa è la tendenza a dimenticare fatti o eventi nel tempo. La memoria è una facoltà che si perde quando non si usa: ricordi che vengono spesso richiamati alla mente sono difficili da dimenticare.

Anche se la transitorietà della memoria potrebbe essere considerata una debolezza, i neuroscienziati ritengono che sia una cosa benefica, perchè riuscire a cancellare dal cervello ciò che non serve fa spazio per nuove memorie più utili.

2. Distrazione

Questo tipo di dimenticanza avviene quando non presti abbastanza attenzione. Ti dimentichi dove hai appena posato la penna perchè non hai riposto attenzione nei gesti che hai appena compiuto.

Stavi pensando a qualcos'altro (anche niente di particolare) quindi il tuo cervello non ha codificato l'informazione perchè era impegnato in altro. La distrazione include anche il dimenticarsi di un impegno, come un appuntamento o di prendere una medicina.

3. Blocco

Quando qualcuno ti fa una domanda e hai la risposta sulla punta della lingua, sai di saperlo, ma non riesci a ricordartelo. Questo è l'esempio più semplice di blocco, l'incapacità temporanea di portare un'informazione alla mente. In molti casi l'ostacolo è un ricordo simile a quello che stai cercando di richiamare alla mente che compete per riaffiorare.

Gli scienziati ritengono che questi blocchi diventino più frequenti invecchiando e che siano la causa della difficoltà di ricordare i nomi di parenti e amici. Ci sono ricerche che evidenziano che le persone riescono a richiamare alla mente le memorie bloccate in un solo minuto.

4. Incorretta attribuzione

Questa avviene quando si ricorda qualcosa correttamente solo in parte, ma si sbagliano alcuni dettagli come il periodo, il luogo, o le persone coinvolte.

Un altro tipo di incorretta attribuzione si ha quando pensi che ti sia venuto in mente qualcosa di totalmente nuovo quando in realtà l'avevi già sentito o visto ma te ne eri completamente dimenticato.

Questo spiega alcuni casi di plagio non intenzionale, in cui uno scrittore o un cantante passa per nuove delle informazioni o una canzone che in realtà aveva già letto o sentito.



Come altri tipi di lapsus di memoria anche questo diventa più comune con l'invecchiamento.

Via via che invecchi, assorbi meno dettagli quando acquisisci informazioni perchè è più difficile processare e acquisire l'informazione velocemente. Oltretutto quando invecchi lo fanno anche i tuoi ricordi, e per questo è più difficile confondersi.

5. Suggestionabilità

La suggestionabilità è la vulnerabilità della tua memoria al potere della suggestione.

Ad esempio è un informazione che apprendi dopo che un evento si è già verificato che viene inglobata nella tua memoria e ti sembra che abbia sempre fatto parte dell'evento stesso.

Anche se si conosce ancora poco di come la suggestionabilità agisca nel cervello, ti fa credere che una suggestione sia una memoria reale.

6. Influenze

Anche le memorie più nitide non sono una fotografia della realtà. Nel tuo cervello le memorie sono filtrate dalle tue percezioni, esperienze e anche dal tuo umore del momento. I tuoi preconcetti influenzano le tue percezioni ed esperienze quando vengono codificate nel tuo cervello.

E quando richiami un ricordo alla mente, il tuo

umore e altri fattori del momento possono influenzare l'informazione che stai attualmente richiamando.

Anche se le attitudini e le esperienze di ognuno influenzano le memorie, non ci sono studi in grado di dimostrare se peggiorano con l'età o no.

7. Persistenza

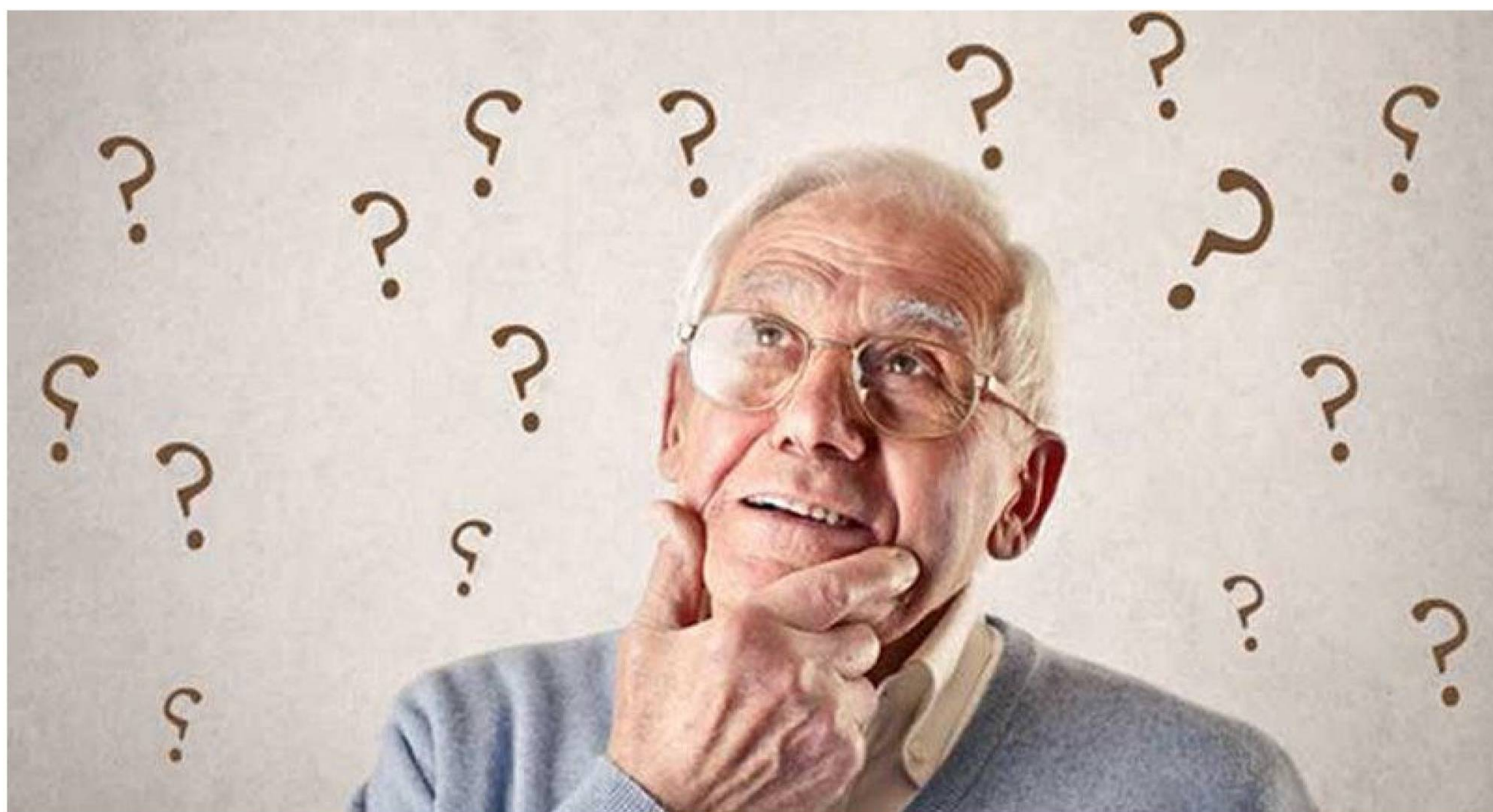
Molte persone si preoccupano di dimenticare le cose, ma in alcuni casi sono tormentate da ricordi che vorrebbero dimenticare ma non ci riescono.

La persistenza di memorie di eventi traumatici, sensazioni negative, e paure è un'altra forma di problemi di memoria. Alcuni di questi ricordi riflettono eventi terribili accuratamente, mentre altri sono distorsioni negative della realtà.

Le persone che soffrono di depressione sono particolarmente inclini ad avere memorie persistenti e disturbanti, così come le persone con disturbo da stress post-traumatico.

Questo può risultare da molte diverse forme di esposizione a traumi: ad esempio abusi sessuali o esperienze di guerra.

Marco Ragazzini





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

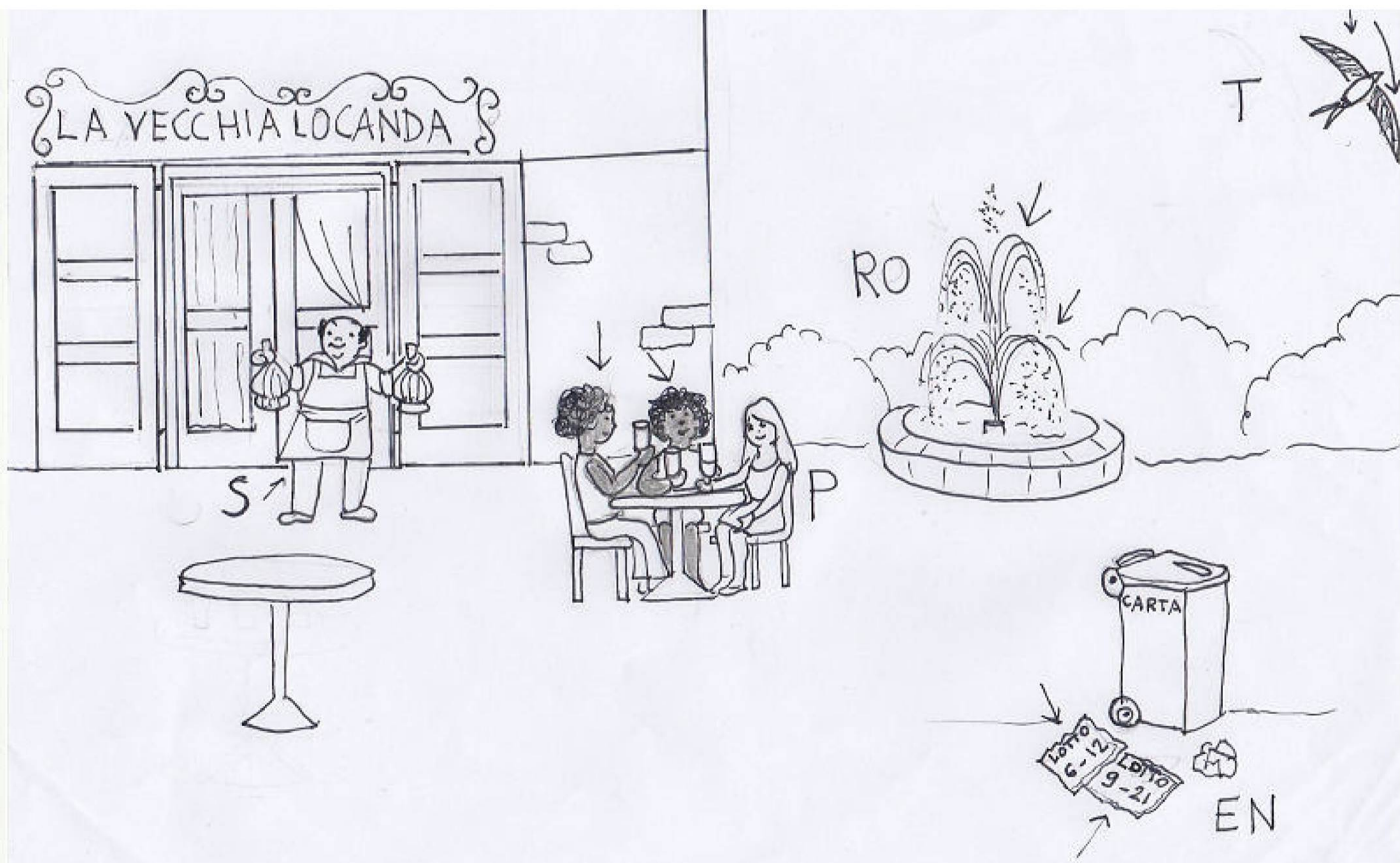
In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)























Rebus: 9, 8, 10



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

IL CRUCIVERBA del mese

(prodotto da www.crucienigmi.it)

1	2	3	4		5	6		7	8	9	10
11					12			13			
14				15			16		17		
18			19					20		21	
		22						23	24		
	25				26					27	
28								29			
		30			31		32				33
34	35		36	37						38	
39		40		41					42		
43			44		45			46			
47											

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



ORIZZONTALI:

1. Insieme aperto di elementi d'arredamento
11. È noto anche come coguaro
12. Le vocali del Perù
13. Bagna Monaco di Baviera
14. Il vecchio accattone d'Itaca
15. Il fiume d Firenze
17. Sono detti anche gigari
18. In mezzo al tegame
19. Un premio... a parole
21. Pareggio senza reti
22. Determinano la gerarchia militare
23. Arriva senz'aria
25. Molto devoto e religioso
26. Un'occupazione remunerata
28. Ripartizioni amministrative italiane
29. Appendici per volatili
30. Il contrario di out
31. Teatro all'aperto con gradinate
34. Codice fiscale
36. Grande unità militare
38. L'obiezione dell'indeciso
39. Funesta fu quella d'Achille
41. Insidia che... brilla
42. Copricapo turco
43. Scende a fiocchi
45. Commissario Tecnico
46. Posto di ristoro nel deserto
47. Studia le affezioni dentarie.

VERTICALI:

1. È piena di grano
2. La prescrive il medico al paziente
3. È nascosto dall'esca
4. La nota... al centro della scala
5. Costruito per vincere l'attrito dell'aria
6. Che vedono lontano
7. Simbolo del titanio
8. La sigla degli Stati Uniti
9. Quasi unico
10. Lo è un luogo ben ventilato
15. Calciatore... tornante
16. Ai lati degli occhi
19. Una droga
20. Il nome della scrittrice Fallaci
22. Il nome dell'attore Proietti
24. Lo è lo spinnaker
25. Sigla di Pescara
27. Le divide la lettera H
28. Dà un olio medicamentoso
32. Rese famoso Matusalemme
33. Satolla
35. Astaire, ballerino e attore
37. Nel rame e nel cromo
38. Sessanta in un lustro
40. Antenato
42. Il West dei pionieri
44. Due in mezzo a trenta
46. Una metà di otto.

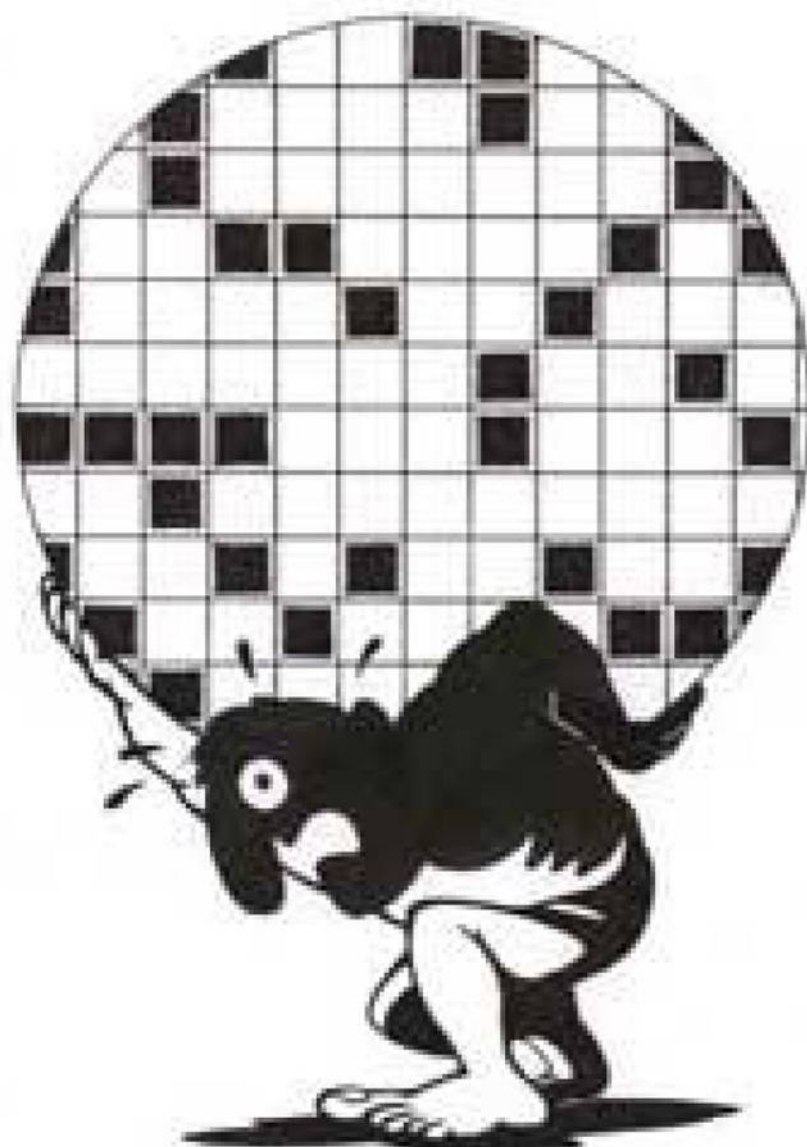


ORIZZONTALI:

1. Senza alcun sapore – Organo per volare
2. Si spendono in Giappone – Spezie carminative – Vi nacque Abramo
3. Pesce d'acqua dolce – Fiaccole nuziali
4. Nasce a Trieste il 1 febbraio 1858 – Confina con il Nebraska
5. Negoziazione bifronte – Marca di autocarri - ... IN
6. Primo scalatore in solitaria della cresta nord della Becca di Vlou – Genova
7. Monte biblico – Servizi Speciali
8. Fango, mota – Tragedia in 5 atti del Manzoni
9. Scuola per insegnanti di ginnastica – Può essere bilama
10. Contrario di andare – Stato a nord del Nevada
11. La si mette da parte – Catena di boutique internazionale
12. Colpevoli – Belline

VERTICALI:

1. Eroe sud americano
2. Metà cero – Grosso serpente – Dipartimento francese
3. Profondamente, molto voluto
4. Andare in breve – Tipica pasta ligure
5. Famoso vaso
6. Intascare, mettere in cassa
7. James (l'attore) - Cantante ... "di nulla" in spagnolo – Croce Rossa
8. Dote al centro – Aspettati
9. Andati per un poeta – Cappotto tipico
10. Dea dell'aurora – Si può fare anche sull'acqua
11. Vetta del gruppo Monte Rosa alta 4342 mt
12. Ventilare – Osservatorio in breve



Le soluzioni dei giochi del mese di MAGGIO

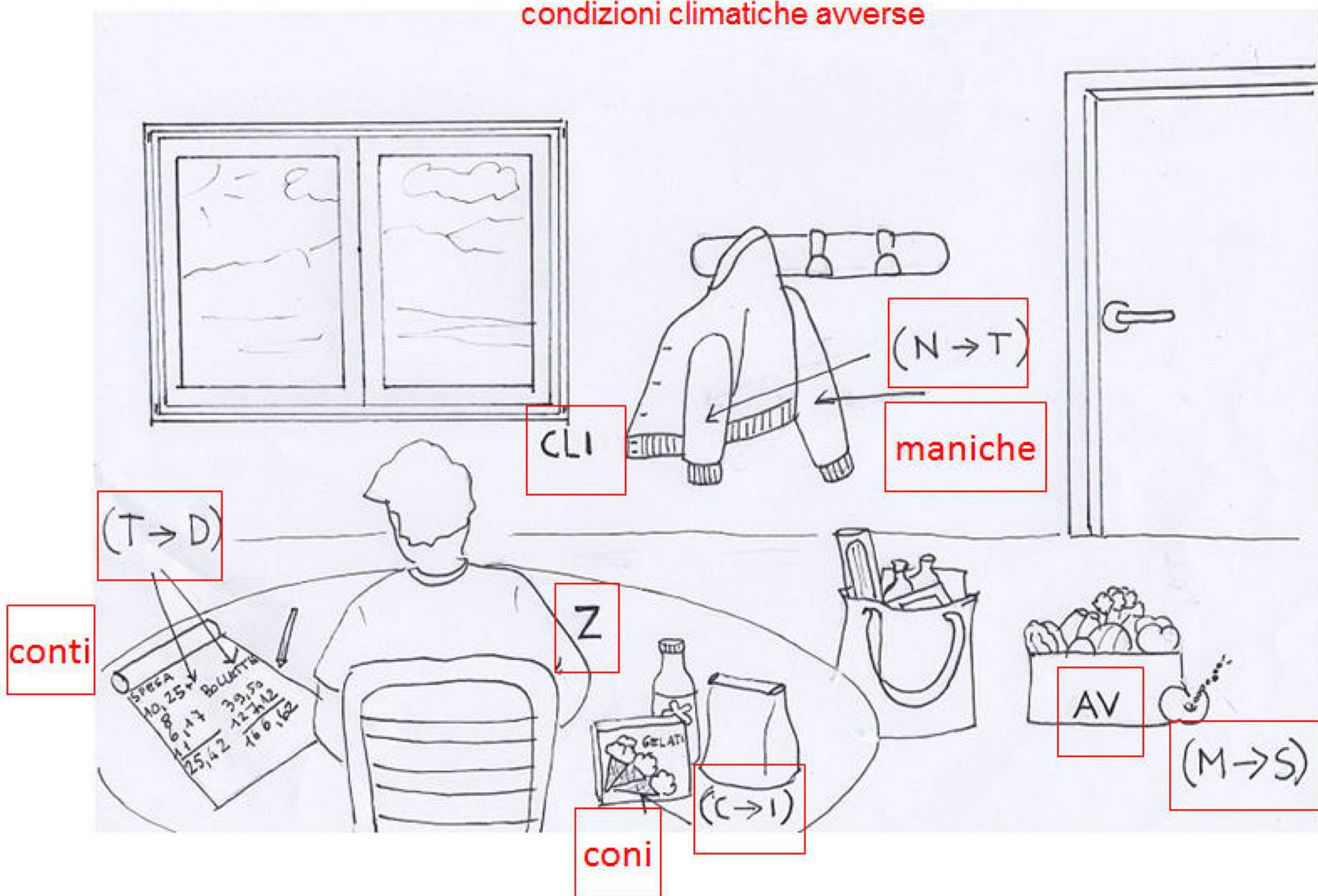
REBUS CON CAMBIO: 10,10,7

Soluzione

conti Z coni CLI maniche AV verme

d i t s

condizioni climatiche avverse

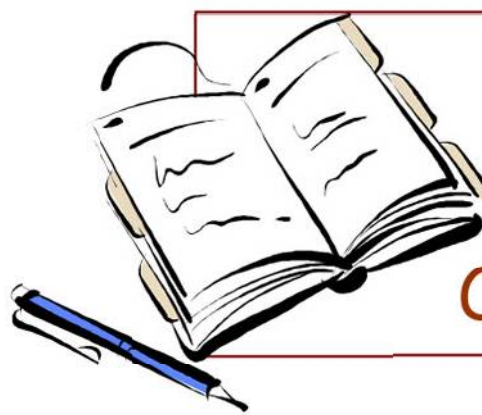


1	T	I	2	C	★	★	3	B	A	R	★	4	S	5	C	6	I
R	★	7	E	8	S	9	S	O	★	★	10	G	O	A	L		
A	★	11	D	I	P	E	N	D	E	N	T	E					
13	M	14	A	R	E	A	★	★	15	O	N	D	E	★			
★	16	L	O	R	D	★	17	O	M	E	R	T	A				
19	C	O	★	20	R	A	S	P	E	★	22	I	O	R			
23	A	N	★	24	A	C	C	E	N	T	O	★	N				
26	L	E	27	A	★	28	C	A	R	I	E	★	29	A	I		
E	★	30	T	R	I	T	A	C	A	R	N	E					
32	S	33	T	O	★	34	N	O	I	A	★	35	A	T	★		
36	S	I	M	B	O	L	O	★	38	O	T	R	E				
39	E	R	O	I	★	A	★	40	I	S	E	O	★				



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	S	C	I	A	P	I	D	O		A	L	A
2	I	E	N		A	N	E	T	I		U	R
3	M		T	I	N	C	A		T	E	D	E
4	O	B	E	R	D	A	N		I	O	W	A
5	N	O	N		O	M		A		S	I	T
6	B	A	S	T	R	E	N	T	A		G	E
7	O		A	R	A	R	A	T		S	S	
8	L	I	M	O		A	D	E	L	C	H	I
9	I	S	E	F		R	A	S	O	I	O	
10	V	E	N	I	R	E		I	D	A	H	O
11	A	R	T	E			C		E	R	E	S
12	R	E	E		C	A	R	I	N	E		S





Giugno, la falce in pugno

Giugno, il cui nome deriva dalla dea Giunone, moglie di Giove, è anche il “Mese del Sole” o Mese della Libertà.

La denominazione “Mese del Sole” deriva dal fatto che in corrispondenza del 21° giorno del mese, ovvero nel solstizio d'estate (anche se a volte cade il 20 Giugno), l'asse terrestre presenta un'inclinazione tale da garantire la massima durata di luce nell'arco di un giorno (nell'emisfero nord).

La traduzione inglese del nome Giugno, ovvero “June”, viene usata come nome proprio femminile.

Come suggerisce il proverbio contadino “Giugno, la falce in pugno”, per la natura questo mese segna un periodo di grande fioritura: dalla mietitura dei campi di grano al taglio dell'erba nei prati, alla frutta che in molte specie raggiunge la giusta maturazione ed è pronta per essere raccolta; senza dimenticare i tanti fiori che sbocciano e rendono i giardini più colorati in questa fase dell'anno.

E quale sarà la “mietitura” delle attività UET per questo mese di giugno? Vediamole.

- Intanto una bella serata **venerdì 9 giugno** alle ore 21.00 presso la nostra sede sociale, per la presentazione del programma Trekking 2017 sulle Alpi Lepontine.

<http://www.uetcaitorino.it/evento-158/presentazione-trekking-2017-sulle-alpi-lepontine>

- Poi **domenica 11 giugno** una gita LPV organizzata dalla Scuola di Escursionismo Canavese e Valli di Lanzo, al Monte Soglio sulle Alpi Graie. Il Monte Soglio si trova in provincia di Torino tra i comuni di Corio, Forno Canavese, Pratiglione e Sparone.

<http://www.uetcaitorino.it/evento-123/gita-lpv-organizzata-dalla-scuola-di-escursionismo-canavese-e-valli-di-lanzo>

- Mentre **domenica 18 giugno**, nell'ambito del programma di festeggiamenti del 125° anno UET si terrà la gita "Sui sentieri dei nostri Padri fondatori" una bella escursione ad anello all'interno del Parco Orsiera – Rocciavrè, che partendo da frazione Cortavetto, percorrendo il valloncetto del Gravio e risalendo al Colle Aciano, ci consentirà di raggiungere il nostro storico Rifugio Gioachino Toesca, presso il quale festeggeremo tale ricorrenza con una particolare merenda sinoira “commemorativa”.

<http://www.uetcaitorino.it/evento-124/uet-125-colle-aciano-e-rifugio-toesca>

- Infine **domenica 25 giugno**, andremo al Colle del Chiapous nell'alta Valle Gesso facendo un bellissimo itinerario nelle Alpi Marittime, adatto a chi ama suggestivi panorami e grandi montagne!

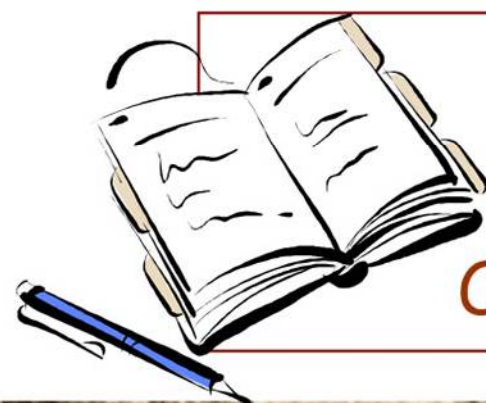
<http://www.uetcaitorino.it/evento-125/colle-del-chiapous-alpi-marittime-2526-m>

Insomma, con un mese di giugno così intenso per Monti e Valli... cari Uetini dimenticatevi qualsiasi gita al mare!

Noi vi aspettiamo!

Mauro Zanotto

Direttore Editoriale de “l'Escursionista”



Prossimi passi Calendario delle attività UET



UNIONE
ESCURSIONISTI
TORINO
125



1892-2017 UET 125 anni di storia

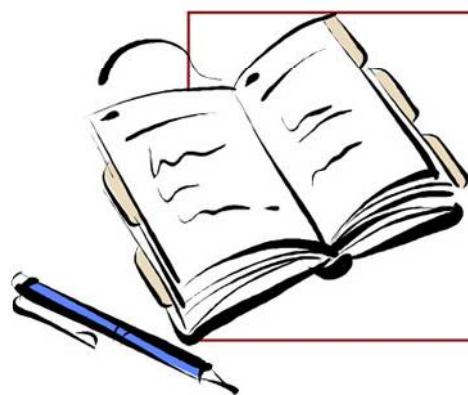
La Unione Escursionisti Torino (UET) è una Associazione storica di Torino, nata il 19 settembre 1892 con lo scopo di curare lo sviluppo dell'amore per l'escursionismo, promuovendo ed organizzando comitive per gite in montagna ed in pianura, per la visita di luoghi che presentano maggior interesse per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

“Nec descendere nec morari” è il suo motto storico.

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

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

Vi aspettiamo, tutti!



Prossimi passi
Altri Eventi

Il rifugio Toesca diventa una "Eccellenza Italiana"!



APERTO
dal 14 al 17 di
Aprile (Pasqua)
e poi tutti i fine
settimana
fino al Giugno

per poi iniziare la
stagione estiva fino
al 10 settembre

per poi continuare
con tutti i fine
settimana fino ai
Santi

Vi aspettiamo!!!


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



Prossimi passi
Altri Eventi

CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI TORINO - SOTTOSEZIONI CHIERI E UET



Con il patrocinio della



CITTÀ DI
CHIERI

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

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

PROGRAMMA 2017

26 Febbraio BAITA GIMONT (2035m)
Muoversi con le ciaspole tra incantevoli ambienti innevati

19 Marzo FINALE LIGURE (200m)
Panoramica salita nell'entroterra ligure

9 Aprile MINIERA DI CHIALAMBERTO
Affascinante avventura, con guida, tra i cunicoli di una miniera

7 Maggio RISERVA NATURALE DELLA BESSA (400m)
Magnifica escursione sulle tracce dei cercatori d'oro

28 Maggio TRAVERSELLA (1000m)
Arrampicare in sicurezza su placche e tacche



11 Giugno RIFUGIO ALPETTO (2268m)
Bella escursione di medio impegno in ambienti incontaminati

24-25 Giugno RIFUGIO SCARFIOTTI (2165m)
Fantastica escursione con pernottamento in rifugio

2-3 Settembre RIF. TAZZETTI-ROCCIAMELONE (3548m)
Impegnativa ma soddisfacente salita in alta quota

17 Settembre MASSELLO-VAL GEMANASCA (1300m)
Splendido giro ad anello in ambiente panoramico

08 Ottobre BALMA BOVES (800m)
Piacevole passeggiata con Castagnata finale

PER INFORMAZIONI

Contattare gli accompagnatori di Alpinismo Giovanile:
CHIARA CURTO 348.4125446 - LUCIANO GARRONE 348.7471409
NABIL ASSI 335.1313830 - FRANCO GRIFFONE 328.4233461

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

Scaricate la locandina su: www.caichieri.it



Color seppia Cartoline dal nostro passato



La gita dei ragazzi

Domenica 8 maggio 1910

Che questa simpatica manifestazione della nostra Unione abbia incontrato il favore dei Consoci e relative famiglie lo prova il continuo aumento dei partecipanti a detta escursione annuale dedicata specialmente al mondo piccino.

Infatti quest'anno erano circa trecento i gitanti che domenica 8 corrente, alle ore 7, prendevano posto nelle vetture del treno speciale della tramvia di Giaveno, e se di essi una novantina si potevano dire bimbi o ragazzi gli altri duecento e più erano un'accolta di Soci di ogni età, di mammine e di babbi più o meno anziani, di giovanotti ancora imberbi, di signorine che da poco dovevano aver abbandonato il vestito corto, fino agli escursionisti provetti molti dei quali abbondantemente brizzolati, ma sempre pieni d'energia e di entusiasmo quanto i giovani.

Il mattino, rallegrato da qualche sprazzo di sole, lasciava sperare in una bella giornata e ciò metteva nell'animo di tutti un senso di giovialità e di allegria che traspariva in modo speciale sulle faccie rosee e fresche dei bimbi, i quali pregustavano il piacere di tutta una giornata passata all'aperto, liberi dalle

preoccupazioni del compito da fare e della lezione da studiare, e coll'autorizzazione dei genitori a correre, a saltare, a giocare tra il verde dei prati sotto i tiepidi raggi del sole di Maggio.

Purtroppo dopo una mezz'ora di viaggio e mentre il treno si avvicinava a Trana il cielo si coprì di nuvoloni che parvero voler sopire alquanto gli entusiasmi, e così quando scendemmo e ci portammo ai piedi della salita di Moncuni, qualche goccia cominciò a cadere. Ma non per nulla, gli escursionisti parlano sullo stemma sociale la divisa: "Nec descendere!"

I dubbiosi si rinfrancarono e tutta la gaia comitiva attaccò la salita inerpicandosi con buona lena sui fianchi della facile collina, offrendo uno spettacolo suggestivo e pittoresco, poichè tra il verde di sfondo spiccavano con forte contrasto gli abiti chiari e vivaci, i cappelli borati, i veli, le sciarpe di cui erano, con la consueta grazia, adorne le gentili gitanti e gli irrequieti bambini.

Dopo mezz'ora di comoda salita, riuniti alla sommità, ci attendeva una sorpresa sotto forma di un forte vento che, se ebbe la virtù di scacciare la nebbia e di impedire la pioggia, giunse però poco gradito poichè non ci permise, come era desiderio di tutti, di trattenerci sulla vetta: per cui fu giocoforza ammirare in fretta il bellissimo panorama e cioè la conca di Giaveno, il Civrari, i laghi di

Gita dei Ragazzi



Avigliana e lo sfondo candido delle nevose montagne che ci appariva fra gli squarci delle nubi che turbinavano nel cielo.

Si fece alla svelta un gruppo fotografico e quindi scendemmo sospinti dal vento, ed in breve raggiungemmo la fontana Ceresin dove i solerti direttori avevano stabilito il bivacco. Ivi già trovavansi due carri, giunti da Reano, carichi di vino, birra, pane e altre cibarie.

Il vento si era alquanto calmato e permise agli adulti di aprire prima i sacchi e quindi la bocca per assaporare, con appetito rattivato,

quanto, dietro consiglio dei direttori, ognuno aveva portato con sé da Torino.

Ai ragazzi invece venne distribuita la solita colazione offerta dalla Società e ciò sotto l'autorevole controllo del Capo-Cuoco impersonato, come di consueto dal simpatico consocio Papà Negro.

Tacitato lo stomaco, si cominciò ad estrarre i numeri della lotteria, la quale diede modo di regalare ai bimbi dei premi assai apprezzati fra cui libri istruttivi, balocchi geniali, dovuti questi ultimi alla cortesia della Ditta De

Bernardi (Abrador l'avete provato?), alla quale mandiamo un sincero ringraziamento, e terminò quindi con una generale distribuzione di cioccolato della ditta Moriondo e Gariglio offerto con vera abbondanza dal carissimo barba-Rapetti al quale sentiamo il dovere di inviare i sensi della più viva riconoscenza a nome dei bimbi tutti.

Seguì poi la corsa nei sacchi e la corsa delle bambine che divertirono assai, specialmente la prima, nella quale tanto i ragazzi come alcuni adulti ebbero campo a distinguersi cimentandosi con accanimento in questa comica gara.

Direttore del servizio d'ordine era il carissimo prof. Raflignone il quale si moltiplicò in modo encomiabile dimostrando come si possa essere allegri e giovaloni come i ragazzi anche quando le... chiome cominciano ad incanutire.

Causa il vento, non si fecero partire le mongolfiere, ma, dopo eseguiti alcuni gruppi fotografici, dal benemerito consocio rag. E. E. Treves, si diede principio al ballo campestre rallegrato dalla musica di Reano venuta con il sig. Sindaco Cavaliere Foresto, col signor Dottor Carbone e col Segretario Comunale signor Geom. Martinasso a farci una graditissima visita ed a portarci un gentile saluto da noi apprezzatissimo e del quale siamo loro vivamente grati.

Verso le 16.30 le trombe direttoriali diedero il segnale della partenza e tutti i gitanti, grandi e piccini, accompagnati dalle autorità e dalla musica si diressero a Reano per vedere il paese e soprattutto per visitare le tombe dei Principi della Cisterna nella chiesa della Madonna della Pietà.

Mentre si procedeva a detta visita una carissima sorpresa ci giunse inaspettata e cioè l'arrivo del nostro Comm. Brayda che, accompagnato dalla musica della sua Villarbasse, volle recarsi fra di noi a portarci il suo gentile saluto ed a dichiararsi spiacente che il tempo, troppo breve, non ci permettesse di toccare pure Villarbasse (come era stato annunciato nel primitivo programma) e dove Egli si riprometteva di poterci ricevere con la solita spontanea e cordiale signorilità.

L'atto squisitamente cortese venne salutato da vivi applausi e così il Presidente nostro, signor Perotti, i membri della Direzione presenti,

come i Gitanti tutti ricambiarono di cuore il saluto affettuoso portatoci, dimostrando evidentemente la generale riconoscenza per il delicato pensiero.

Al suono alternato delle due musiche ci dirigemmo verso Rivoli ed al bivio di Reano rinnovammo i nostri ringraziamenti alle autorità di questo ameno paese ed ai bravi musicanti, come al bivio di Villarbasse salutammo entusiasticamente il Comm. Brayda che, unitamente alla brava banda filarmonica, faceva ritorno a casa sua.

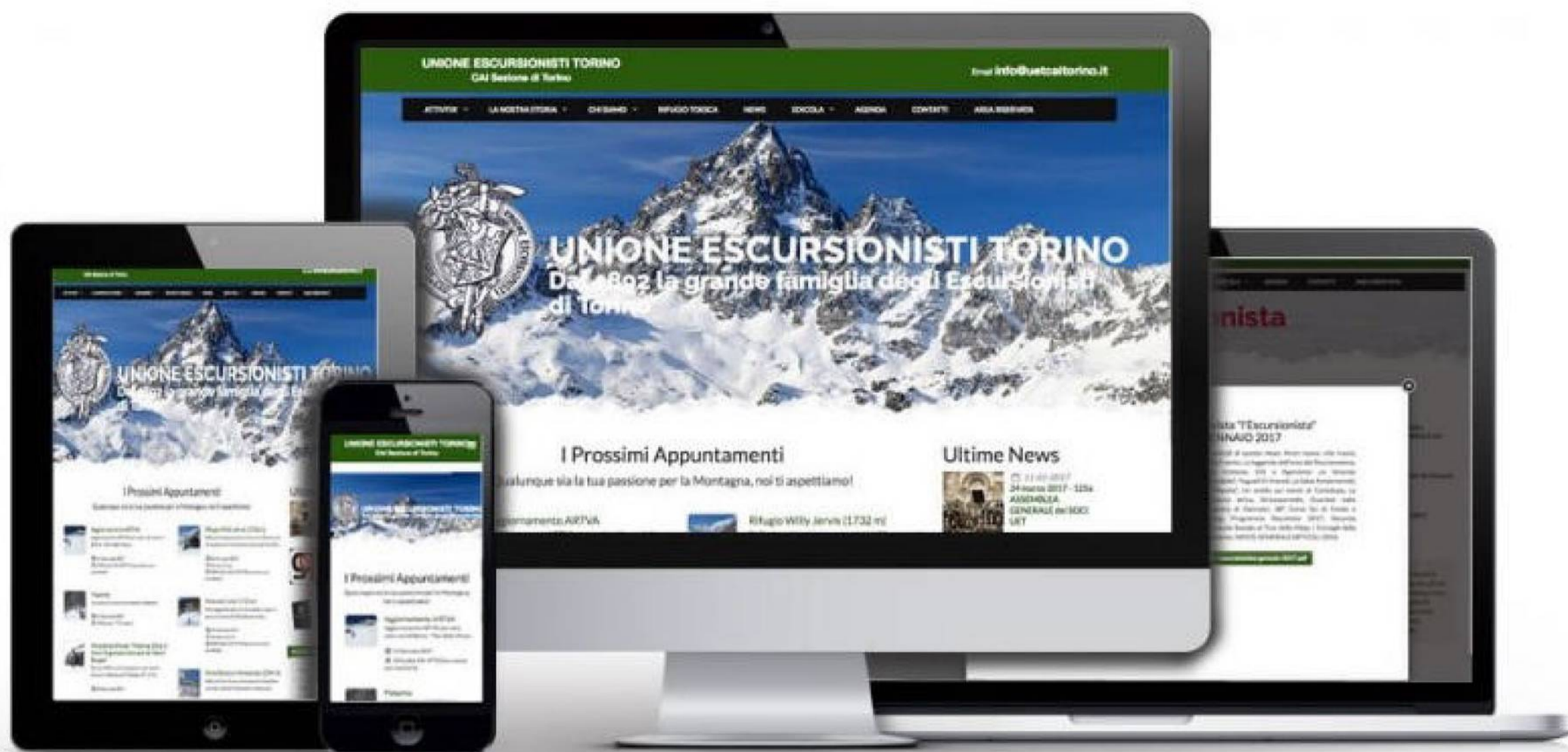
Arrivati a Rivoli, un poco disturbati dal vento che si era fatto più gagliardo, ci affrettammo a ritirarci nell'atrio della stazione, ed alle 18,45 con treno speciale, ritornammo in una ventina di minuti a Torino.

Concludendo, una bellissima giornata (che il vento non ha turbata che in piccola parte), il di cui ricordo rimarrà indimenticabile e gradito specialmente ai ragazzi, invogliando questi bimbi d'oggi che saranno gli uomini di domani, alle belle e salutari passeggiate, gite in collina, e col tempo alle escursioni alpine, svegliando in loro l'amore a questi diversivi della vita di ogni giorno, che rianimano lo spirito, rinvigoriscono il corpo, educano la mente e servono ad infondere nuova vita ed energia al cervello che purtroppo è ai giorni nostri troppo teso e stancato dalle quotidiane occupazioni siano esse lo studio od i doveri professionali.

Vada dunque un grazie vivo e sentito ai direttori di questa bella gita, signori Berloquin, Borani, Cima e Negro, che tanto si adoperarono per renderla gradita a tutti, riuscendo pienamente a procurarci uno di quei godimenti semplici e modesti, ma vivi ed intensi, che per essere ignorati o poco apprezzati da molti, non cessano di essere una delle poche fonti di gioia serena per chi sa comprenderli e procurarseli.

Francesco Giuliano

*Tratto da "l'Escursionista" n°7
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE
ESCURSIONISTI DI TORINO
del 18 maggio 1910*



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

Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!

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

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

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

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

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

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

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

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

*Scrivici alla casella email
info@uetcaitorino.it*

seguici su



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

giugno 2017

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013



#PrayForManchester

at 22.30 on May 22nd