



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Gennaio 2019

€ 0,00

Aggiornamento ARTVA: un anno dopo

Sapere come comportarsi in caso di valanga

Piccoli racconti delle stube

Storie e leggende delle Dolomiti

Cantando con il Coro Edelweiss

La mattina bonora

I viaggi di Marco Polo

Un anello sui monti di Condove.

Da Mocchie al sacrario dei caduti della Veccherezza

Vestiaro

Abbigliamento nel primo novecento a Condove e Mocchie

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

SOTTO
SEZIONI
E GRUPPI



seguici su



YouTube IT



Anno 7 – Numero 63/2019

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



Un Saluto all'Anno 2018

L'anno 2018 volge al termine e questo è il periodo degli auguri e dei bilanci, quindi anche per le nostre attività si può fare un esame dell'andamento annuale del lavoro svolto.

Tutti i nostri gruppi hanno portato a termine i programmi. Nel gruppo Sci di Fondo si è riscontrato il grande rammarico di non aver avuto richieste di iscrizioni per fare il corso con i maestri Fisi.

Le uscite sociali programmate hanno però sempre avuto una buona partecipazione di soci e il pullman è sempre stato al completo.

Per il nuovo anno 2019, gli accompagnatori si sono impegnati molto nel far conoscere l'attività e quindi hanno buone probabilità di realizzare il 40° corso e questo sarebbe un bel riconoscimento per l'impegno del gruppo. Il corso verrà svolto con la Sottosezione di Chieri.

L'escursionismo invernale con racchette dopo un buon inizio, ha riscontrato una graduale diminuzione dei partecipanti alle uscite e così il programma per il 2019 è stato tarato in base alle esigenze dei nostri partecipanti.

Le uscite avranno dislivelli abbastanza limitati e gradualmente e questo dovrebbe essere apprezzato dai nostri fruitori. Il gruppo accompagnatori ha fatto della sicurezza la principale caratteristica del programma e quindi Artva, pala e sonda dovranno essere sempre a portata di mano. Questa attrezzatura di autosoccorso però, può essere un problema per l'escursionista poco informato e poco preparato.

Il gruppo di Escursionismo estivo ha svolto tutte le uscite programmate, con una buona partecipazione di soci e il programma per il 2019 è già stato stilato. Prossimamente sarà pronto il piccolo volantino pieghevole che raggruppa tutte le attività dell'anno.

L'Alpinismo Giovanile si è svolto presso la Sottosezione di Chieri ed ha avuto una grande partecipazione di allievi. Anche la settimana bianca ha avuto un ottimo consenso da parte dei soci.

La Rivista l'Escursionista ha svolto la sua funzione divulgativa e di informazione con 11 numeri, che si possono trovare sul nostro sito internet. Il Direttore è sempre alla ricerca di collaboratori articolisti, maggiormente in questo momento, perché sono venuti a mancare alcune importanti firme, e quindi si aspettano articoli!



Sezione di Torino





Questo è in breve, il resoconto delle attività della nostra Sottosezione, che è senza dubbio, positivo e per questo ringrazio ancora tutti gli accompagnatori che hanno collaborato per il raggiungimento di questo risultato.

E' doveroso però ricordare anche le cose meno piacevoli e quindi i due nostri soci che "sono andati avanti", Claudia e Marco e che hanno lasciato un grande vuoto in tutti noi.

Non resta che augurare a tutti di fare una bella attività in montagna mentre restiamo in attesa della neve.

Buon anno 2019 a tutti i nostri Soci e lettori della rivista l'Escursionista!

Domenica Biolatto

Presidente UET



Sezione di Torino





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 7 – Numero 63/2019
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,
Luigi Leardi

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, Gianluca Menichetti

Email : info@uetcaitorino.it

Sito Internet : www.uetcaitorino.it

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

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

Sommario Gennaio 2018

Editoriale – Riflessioni della Presidente	
Un Saluto all'Anno 2018	02
Ciastre – La rubrica dell'Escursionismo Invernale	
Aggiornamento ARTVA ed autosoccorso: un anno dopo	05
Pistaaa! – La rubrica dello Sci di Fondo	
Prova di sci del Corso di Sci di Fondo 2019	09
Il cantastorie Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi	
Piccoli racconti delle stube: Re Laurino ed il Giardino delle Rose	11
I Veneziani del passo di Pampeago	12
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweiss	
La matina bonora	17
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare	
Il Pane del Piemonte	22
C'era una volta - Ricordi del nostro passato	
Vestiaro - Abbigliamento nel primo novecento a Condove e Mocchie	27
Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli	
Un anello sui monti di Condove. Da Mocchie al sacrario dei caduti della Veccherezza	31
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute	
Chi è il sessuologo?	36
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici	
Strizzacervello	39
Prossimi passi - Calendario delle attività UET	
Gennaio all'asciutto, grano dappertutto	46
Color seppia - Cartoline dal nostro passato	
Pranzo di chiusura Anno Sociale 1914	48



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

info@uetcaitorino.com

Aggiornamento ARTVA ed autosoccorso: un anno dopo

Se il buongiorno si vede dal mattino, confesso che la giornata di sabato 15 poteva iniziare molto meglio.

Il ritrovo è fissato come sempre al Maffei. Passo a prendere Carlo ed essendo in ritardo mi precipito in corso Regina dove scarico Carlo, carico Nina e colpevolmente senza effettuare controlli ordino la partenza. Tangenziale ed ecco che arriva la telefonata di Beppe.

Risponde Nina (io guido) ma la linea cade quasi subito. Segnale sì segnale no. Chiama Giorgio

per avvisarmi che ci siamo dimenticati di Beppe (in verità anche lui un po' in ritardo) e che ha comunque concordato un nuovo ritrovo all'autogrill posto sulla superstrada di Pinerolo.

Faticosamente tutto torna a posto e in modo non ordinato riprendiamo la marcia in direzione di Villanova, borgata posta a monte di Bobbio Pellice nella omonima vallata.

Qui giunti trovo gli ultimi due componenti della truppa, Franca e Fabrizio anche loro pronti a passare un weekend sulle nevi. Peccato che a mancare sia proprio quest'ultima e così dopo un breve scambio di opinioni lasciamo le racchette da neve in macchina iniziando il cammino in direzione del rifugio W.Jervis nostra meta finale.

Il sentiero è pulito tranne delle brevi chiazze di neve ghiacciata ed a un tratto protetto da corde fisse dove il ghiaccio regna sovrano tra le pietre. La risalita è lenta tranquilla con numerose soste per permettere foto e chiacchiere "comarili".

Sono circa le 12 quando arriviamo e dopo aver occupati i cameroni ed esserci liberati degli orpelli inutili ci sediamo, per puro caso (si vabbè) a tavola dove è obbligo spazzolare polenta con contorni vari.

Finalmente si esce. La neve è pochissima. Tracciamo un primo quadro avente in modo approssimativo i lati di 50 passi lungo i quali verrà sotterrato l'ARTVA da ricercare.

Il sole, che fino a quel momento ci aveva accompagnato, lentamente tramonta ed è su consiglio di Domenica che appronto un nuovo



Ciastre
la rubrica dell'Escursionismo invernale

quadrato di ricerca a monte del precedente.

Sono circa le 17 quando si rientra nel rifugio e tra una parola e l'altra tiriamo avanti fino alle 19.30 ora della cena. Inutile dire che la fame ci accompagna tiranna ed è superfluo raccontare come spazzoliamo quel ben di Dio che arriva dalla cucina (ottima).

La notte vola via.

Al mattino presto quando secondo abitudini consolidate Carlo, Luca ed io ci troviamo sotto, la cucina è ancora chiusa. Fuori tira un'aria abbastanza sostenuta che spazza e disperde quella pochissima neve caduta in serata. Colazione e poi fuori ovviamente coperti per bene.

Conoscenza del proprio ARTVA ricerca di 1,2,3 apparecchi su e giù per la conca cercando inutilmente un qualche accumulo nevoso dove seppellire uno zaino da trovare mediante sondaggio.

Provate ad immaginare come si concluderà la mattinata...

Ovviamente a tavola! Polenta per tutti. Saldo il dovuto. Si riparte stavolta in discesa non senza avere calzato (chi li ha) i ramponcini che in certi tratti si riveleranno veramente utili.

Il ritorno avviene senza storie e sono circa le 19 quando rientro a casa stanco ma soddisfatto.

Grazie a tutti ed in particolare al gestore ed al personale tutto del rifugio.

Il termine "autosoccorso" forse non è dei più appropriati: potrebbe far intendere un soccorso fatto per se stessi, mentre in realtà è un aiuto che cerchiamo di portare ad altri partecipanti.

Non dobbiamo infatti dimenticare che solitamente in montagna è bene non andare mai da soli proprio per evitare conseguenze spiacevoli.

Prima ancora di usare gli strumenti che entrano in gioco durante l'esercizio di un "autosoccorso", vediamo come fare per "non



adoperarli”, se non in caso di esercitazioni.

La prevenzione è alla base di tutto! La parola assume un significato particolare nel pianificare un'escursione invernale in luoghi non battuti da mezzi o preventivamente bonificati. Occorre procedere con un'attenta lettura dei bollettini metereologici, anche settimanale, esplorando gli appositi siti internet, le previsioni meteo dei giorni specifici, lo studio del percorso attraverso l'esame delle cartine per stabilire dislivelli, esposizione ed inclinazione dei versanti, i tempi previsti di percorrenza, la quantità e “qualità” della neve.

Ed infine per i più esperti non sarebbe male dare un'occhiata alla regola del 3 X3 di MUNTER che altro non è che un esame specifico di quanto sopra detto. Molto utili sono anche le informazioni che si possono ricavare contattando guide alpine, gestori di rifugi aperti, gestori di bar o ristoranti dei luoghi. (attenzione però alle notizie che possono comparire su certi siti!)

Ricordo che la progressione su neve non può essere uguale per tutti: ciò che risulta facile per una persona esperta può diventare arduo per coloro che sono agli inizi, soprattutto

pensando alle discese!

Ribadisco quanto ho già detto in altre occasioni: se potete, non andate in giro da soli. Una semplice buca, la rottura di uno sci o di una racchetta, un improvviso calo della nebbia o di rinforzo del vento, possono trasformare la giornata in un brutto ricordo.

Vediamoli dunque questi strumenti “salva vita” e che è d'obbligo avere al seguito.

ARTVA: letteralmente Apparecchio di Ricerca dei Travolti in Valanga. E' uno strumento elettronico per la ricerca delle persone che vengono travolte e seppellite da una valanga. Sostanzialmente è una ricetrasmittente di segnale a corto raggio che funziona su una determinata frequenza ed è attivabile in modalità di trasmissione o ricezione. In commercio ne esistono svariati modelli con caratteristiche e prezzi differenti. Per i principianti che vogliono iniziare si possono eventualmente affittare. Teniamo presente che il buon uso dell'ARTVA può salvare una vita! Per questo un esercizio frequente non è mai tempo sprecato!



PALA e SONDA: complementari dell'ARVA vengono usati la prima per disseppellire il valangato, la seconda per individuare il corpo sotto la neve, sia che il malcapitato abbia o meno l'ARTVA. Anche di pala e sonda esistono modelli più o meno costosi.

E' tutto? Beh, certamente no! Se averli nello zaino è indispensabile (ripeto a rischio di apparire noioso), usarli in esercitazioni non guasta mai, sperando di non dover poi veramente intervenire.

E se si dovesse? Ci sono delle modalità (non semplici) da seguire in base alle specifiche esperienze e competenze.

Le fasi dell'autosoccorso ai travolti da valanga

Per gentile concessione di Aineva.it, riportiamo ora un breve estratto della guida alla gestione di un gruppo durante l'esecuzione dell'autosoccorso ai travolti da valanga: questo estratto non vuole "evadere" esaustivamente l'argomento, ma fare riflettere sulla numerosità e sulla complessità delle operazioni critiche che devono essere svolte per rendere efficace l'azione di autosoccorso, operazioni che non possono essere improvvisate ma conosciute all'interno del gruppo e periodicamente verificate durante simulazioni condotte in apposite esercitazioni sul campo.

1. Stima dei superstiti, nomina di un direttore della ricerca e analisi generale.

a) Individuazione di colui che gestirà la ricerca.

In genere colui che tra gli esperti, per diversi motivi, è rimasto meno "shockato" dall'evento, si preoccupa di riunire i superstiti. Raccoglie le idee e si attiva per stimolare l'inizio delle ricerche.

Così si è già naturalmente imposto e involontariamente proposto al successivo compito di coordinamento. Se così non fosse occorre stabilirlo sulla base delle capacità presunte ma specialmente della stabilità di nervi, della lucidità di azione e della rapidità di decisione.

b) Stima della sicurezza del luogo.

Il responsabile si preoccupa di portare in un luogo idoneo e sicuro i superstiti, che costituirà anche deposito per zaini e materiali.

Verifica il numero delle persone presenti e stima quante persone sono rimaste sepolte o ferite. Raccoglie da eventuali testimoni dell'accaduto, (e in gruppo ben condotto dovrebbero esserci), tutte le informazioni utili per pianificare al meglio l'intervento di autosoccorso (informazioni importanti sono: come è stata provocata la valanga, quante persone sono state coinvolte, il punto di travolgimento e scomparsa dei travolti, se le persone travolte hanno in dotazione ARVA).

E' molto importante valutare l'attendibilità e lucidità di questi testimoni (superstiti sotto shock).

Possibilmente annotare su carta le indicazioni ricevute.

c) Ordine di spegnimento di tutti gli ARVA.

Il coordinatore dà il comando di spegnere tutti gli apparecchi ARVA, verificando con il proprio che l'ordine sia eseguito.

Nel frattempo si preparano le pale e si montano le sonde. Verifica della disponibilità di telefono cellulare e suo funzionamento.

2. Ricerca vista-udito

Il coordinatore dovrà :

a) Formare il gruppo di ricerca, in base al numero dei presenti e alla dimensione della valanga. Va tenuto presente che successivamente alla ricerca vista e udito va organizzata quella con l'ARVA ed i due gruppi vanno subito definiti e separati.

b) Dare ordine al gruppo vista udito di accendere l'ARVA in ricezione (su valori di sensibilità medi, che non consentano di sentire il segnale proveniente da oltre 5 metri di distanza).

c) Dare ordine di dotarsi di pala e sonda.

I componenti della ricerca dovranno entrare in valanga dotati della sonda (precedentemente montata) e della pala. Fin dal momento della preparazione della gita si consiglia di dotare la pala di un cordino tale che, in caso di queste necessità, si possa appenderla a tracolla ed avere le mani libere per eseguire altre operazioni.

In base al tipo di valanga è molto importante decidere se usare o meno gli sci. La presenza di blocchi di neve ostacola notevolmente il movimento con gli sci, mentre la neve soffice allunga i tempi di spostamento senza l'uso degli stessi.

d) I ricercatori entrano in valanga, devono esplorare con gli occhi le zone della valanga nella speranza di cogliere segni che mostrino la presenza o il passaggio del travolto (come il ritrovamento di suoi oggetti personali). La ricerca vista e udito va eseguita su tutta la superficie della valanga, condotta in silenzio per poter sentire eventuali anche se improbabili lamenti e per sentire i suggerimenti del responsabile. Il ritrovamento di oggetti va subito segnalato al coordinatore.

L'oggetto ritrovato va evidenziato e ben

esposto sulla superficie della neve, senza però spostarlo dal luogo del ritrovamento. Intorno all'oggetto ritrovato il ricercatore esegue un rapido sondaggio in modo tale da verificare la presenza o meno del corpo del travolto.

Nel caso di ricezione del segnale ARVA il ricercatore avvisa immediatamente il coordinatore dell'autosoccorso, il quale in base alla dimensione della valanga, al numero di soccorritori potrà:

- far proseguire la ricerca del travolto al ricercatore vista udito (ricerca finale con ARVA)
- incaricare il ricercatore più vicino di intervenire per la ricerca finale con ARVA, in modo da far proseguire sul resto della valanga la ricerca vista e udito.

3. Ricerca specifica con ARVA e individuazione aree primarie

Individuate le persone da adibire a questa ricerca, il coordinatore:

a) Ordina l'accensione dell'ARVA al massimo della ricezione e avvia la ricerca secondo le note modalità.

b) Si mantiene in costante comunicazione con i ricercatori. La prima ricezione del segnale ARVA va resa nota al coordinatore.

Nella fase finale della ricerca si ribadisce l'uso della sonda per una rapida e precisa individuazione del sepolto. E' importante dopo aver stabilito il contatto della sonda con il corpo del sepolto, non rimuovere la sonda, ma avvisare il coordinatore e iniziare lo scavo

c) Lettura della valanga e individuazione aree primarie per sondaggio

Tutti pronti quindi alla prossima avventura sulle nevi con la UET?

Vi aspetto in tanti!

Franco Griffone

Prova di sci

del Corso di Sci di Fondo 2019

La Commissione Sci di Fondo quest'anno ha deciso di ripristinare una vecchia iniziativa: invitare chi non ha mai praticato questa attività sportiva a fare i primi passi, anzi le prime scivolate, sulla neve battuta. In questo modo sperando di incrementare il numero degli iscritti.

Così è stata organizzata un'uscita di prova per domenica 16 dicembre.

La poca neve caduta anche in montagna non ci ha favorito, comunque sette persone hanno aderito.

Domenica l'appuntamento era alle 8, come al solito, in corso Regina, angolo corso Potenza.

Abbiamo avuto qualche difficoltà a ritrovarci, perchè non era stato individuato da alcuni il punto esatto di incontro; ci siamo cercati e alla fine siamo partiti in dieci perchè sono venute a darci una mano Stefania e Laura.

La destinazione scelta a suo tempo era Pragelato perchè vicina a Torino, ma dopo aver saputo che la pista era aperta solo per due km. con neve riportata e magari ghiacciata, abbiamo optato per Bagni di Vinadio, in provincia di Cuneo. Inoltre sabato avevamo avuto ottime rassicurazioni sulla qualità della pista.

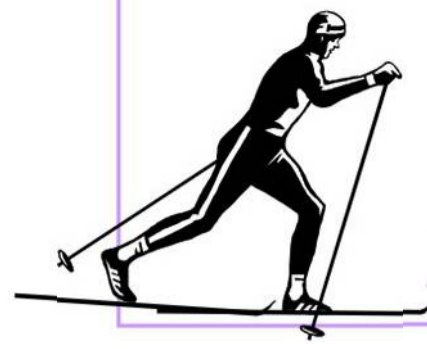
Abbiamo trovato il viaggio in auto lungo e noioso, siamo infatti abituati a fare le uscite in pullman, dormicchiando e chiacchierando con gli amici.

Alle 10,30, appena arrivati, siamo andati alla Creperie Strepeis a fare colazione con "moolta" calma, lì abbiamo trovato Dario che arrivava direttamente da Savigliano.

Siamo andati a noleggiare l'attrezzatura e finalmente siamo scesi in pista..

Dario, Luca, Marco e Giancarlo avevano già provato a sciare, ma si sono uniti senza difficoltà agli altri.

Luigi ha fatto fare un po' di riscaldamento e poi è partito con una



Pistaaa!
la rubrica dello Sci di fondo

serie di suggerimenti sulla postura, sui movimenti e abbiamo fatto per due, tre volte il giro del campo scuola che si trova all'inizio della pista.

Vedendo come si muovevano bene i neofiti (Gloria, Fabrizio e Paola), Luigi li ha spinti ad affrontare piccole salite e discese e poi abbiamo imboccato la pista che porta a Callieri e siamo arrivati fino a circa metà della tratta.

Ritornati al punto di partenza, Luigi ha proposto: "Rifacciamo il giro?". Tutti hanno aderito con entusiasmo e sono ripartiti. Stefania e Laura sono state bravissime e hanno dato un grande aiuto.

Alle 14, 30, per concludere degnamente la giornata, siamo andati a mangiare al Ristorante "La tana", dove, tra tagliolini e polenta (concia, con salsiccia e funghi, con spezzatino di cervo...) e un buon bicchiere di vino, abbiamo commentato positivamente la giornata.

Cinque partecipanti hanno già confermato l'iscrizione al corso.

Speriamo ci facciano una buona pubblicità!

Ornella Isnardi



Il rifugio Toesca riconosciuto come una "Eccellenza Italiana"!



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

APERTO

**nei fine settimana e nelle festività
di fine anno!**

Vi aspettiamo!!!

Piccoli racconti delle stube

Storie e leggende delle Dolomiti



Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

La “stube” nei masi di montagna sulle Dolomiti era il cuore della casa: una stanza rivestita tutta di legno e riscaldata da una stufa a legna di pietra o rivestita di maiolica (Kachelofen) che veniva alimentata dall'esterno.

La vita dell'intera famiglia, al di fuori del lavoro nei campi e nella stalla, si svolgeva principalmente qui: i pasti, la convivialità serale, le orazioni, le veglie, i lavori tipicamente femminili quali il ricamo e la tessitura.

E nelle tradizionali stube l'eco delle storie e delle leggende delle Dolomiti sembra risuonare ancora oggi. Per molti secoli queste storie di incantesimi e di magie sono state tramandate a voce, portando alla luce miti inspiegabili, che hanno scelto come cornice proprio questo aspro paesaggio pittoresco. Leggende oscure ed avvincenti tanto da rimanerne incantanti.

Re Laurino ed il Giardino delle Rose

Un tempo lontano, quando tra le valli alpine si incontravano ancora giganti e nani, Re Laurino, sovrano di un popolo di gnomi, regnava sul Giardino delle Rose, che noi oggi chiamiamo Catinaccio.

Il Re Laurino possedeva un tesoro dal valore inestimabile. Il bene più prezioso di cui disponeva era una cappa magica in grado di renderlo invisibile.

Il Re degli gnomi era pieno d'orgoglio per lo splendido giardino che prosperava rigoglioso davanti al portone del suo castello in roccia.

Qui fioriva tutto l'anno un meraviglioso roseto che contava infinite rose rosse ed era recintato da fili d'oro. Guai se qualcuno avesse mai osato rompere i fili dorati e cogliere anche solo una delle sue magnifiche rose! A costui il Re Laurino avrebbe tagliato la mano sinistra ed amputato il piede destro.

Un giorno il Re Laurino restò ammaliato dalle lunghe ciocche bionde della Principessa Similda, che dimorava nel vicino regno.

Il Re si innamorò perdutamente della giovanissima principessa e con l'aiuto della

sua cappa la rapì e la portò nel suo castello. Da quel giorno la Principessa Similda visse tra le vette del Regno degli Gnomi, circondata da lingotti d'oro e da pietre preziose, servita da graziose damigelle e sorvegliata da cavalieri nani. Eppure il cuore di Similda era colmo di tristezza e di nostalgia per i prati fioriti della sua terra.

Nel frattempo, alla corte del fratello Dietleib regnavano dolore e sgomento.

Un giorno Dietleib decise di mettersi sulle tracce dell'amata sorella. In viaggio si imbatté in Teodorico di Berna, il Re dei Goti. Assieme a lui e ad altri impavidi cavalieri partì alla volta del regno di Re Laurino.

Giunto davanti al castello del nemico Teodorico rimase ammaliato dallo splendore del roseto recintato con fili d'oro. Ma i suoi cavalieri imperterriti, non tentennarono nemmeno un secondo, tagliarono il filo che circondava il giardino e calpestarono le rose.

Il Re Laurino, colmo d'ira per l'accaduto, si precipitò all'istante dalla sua pregiata rosa bianca e rivendicò la mano e il piede dell'impostore. Si accese così una battaglia ad armi impari.

Il Re Laurino, infatti, tentò di proteggersi indossando la sua cappa magica, ma appena Re Teodorico riuscì a strappargliela di dosso, il Re Laurino giacque a terra impotente e implorò pietà.

Il Re degli gnomi venne incatenato e fu costretto a condurre i vincitori all'interno del suo regno e a liberare la Principessa Similda.

Quando il sotterfugio di Re Laurino, che voleva cogliere di sorpresa i vincitori assalendoli con mille gnomi durante un banchetto, andò all'aria, fu chiaro che la fine del Regno degli Gnomi era ormai vicina.

Il re imprigionato si voltò verso il Giardino delle Rose e fece un incantesimo trasformandolo per sempre in pietra: né alla luce del giorno né con le tenebre della notte alcun occhio avrebbe più potuto ammirare lo sfarzo delle sue rose. Pallide rocce nude



avrebbero preso il posto del suo roseto.

Re Laurino, però, nel lanciare la maledizione, si scordò del crepuscolo, quel breve lasso di tempo che si insinua tra il giorno e la notte.

E così da quel giorno all'ora del tramonto i monti pallidi si infiammano e si tingono di fantastiche sfumature di rosa.

I Veneziani del passo di Pampeago

Nella cosiddetta Stube dei Minatori, un'antica galleria del Passo Pampeago risalente al periodo dell'attività mineraria, vivono i Veneziani. Questi minatori custodiscono tutt'oggi nelle viscere della montagna tanti lingotti d'oro e pietre preziose.

Nella notte di San Giovanni, tra il 23 e il 24 giugno, è possibile ammirare l'ingresso della galleria illuminato da un abbagliante chiarore.

Un tempo lontano due contadini di Nova Levante osarono salire fino all'entrata della galleria e riuscirono a trovare l'ingresso. Impavidi entrarono nella grotta e, dopo qualche passo, scorsero a terra un teschio, adagiato proprio in mezzo al cunicolo.

Uno dei contadini, allora, si tolse il cappello che portava in testa e lo adagiò sul cranio. Questo gesto decretò la sua sorte, perché dal ventre della montagna i Veneziani iniziarono a

sparare prendendo di mira esclusivamente il teschio coperto dal cappello.

Cessato il fuoco i contadini si inoltrarono all'interno della galleria e arrivarono in una grande sala, dove tutto luccicava d'oro e d'argento. Soffitto, pareti e pavimenti erano in oro massiccio. Ovunque brillavano enormi quantità di monili in oro ed argento.

All'improvviso, su una parete, notarono un luccichio molto particolare. Si trattava di un gioco di birilli in oro. I due contadini avrebbero sgraffignato ben volentieri bocce e birilli, se solo non fossero stati custoditi da due cani neri dagli occhi di brace.

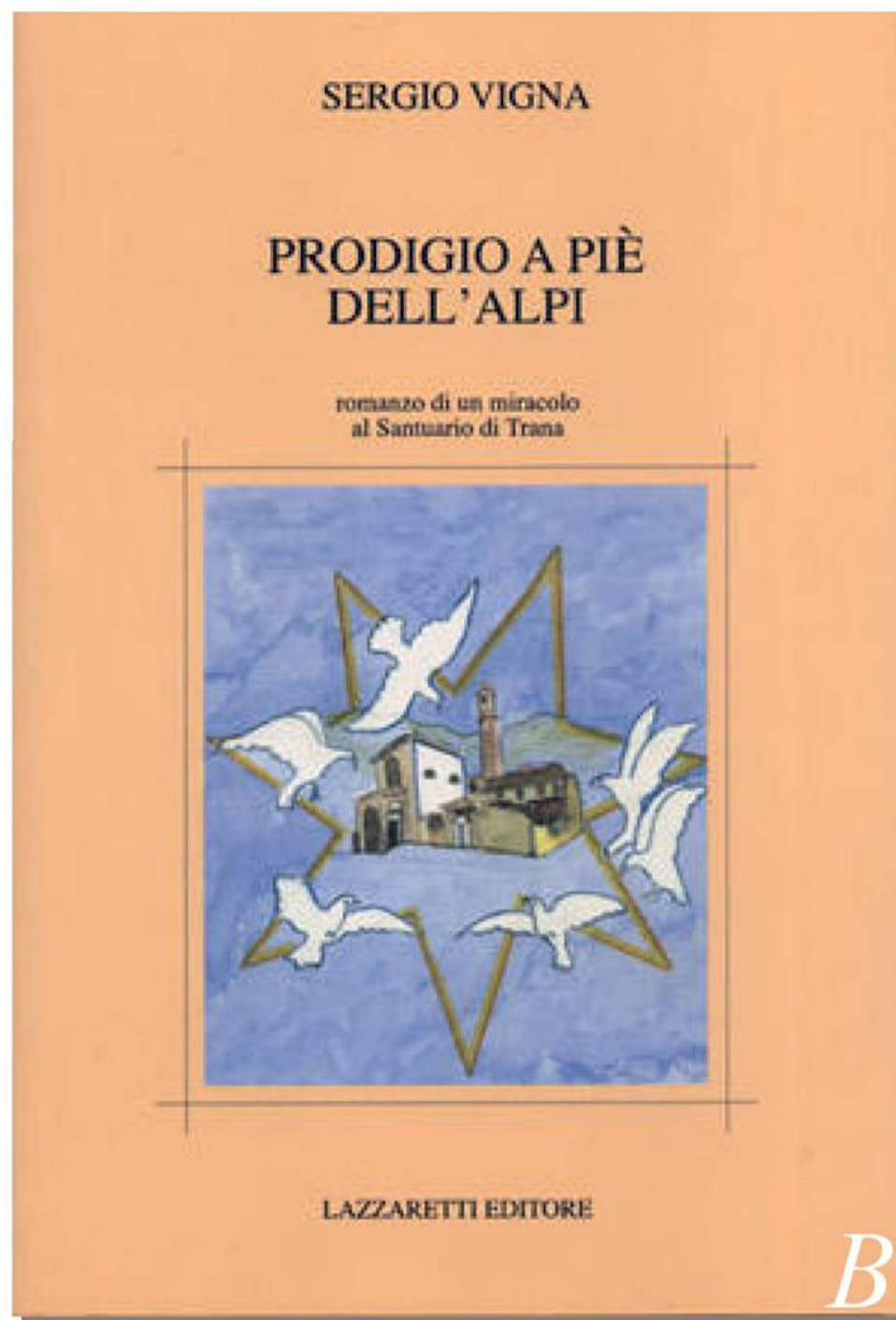
Così non ebbero il coraggio di muovere un passo. Quando però si scatenò un violento temporale, con tanto di tuoni e fulmini e si udì un fragore assordante, come se la montagna stesse per sprofondare, i due furono pervasi da un tale terrore che fuggirono dalla grotta a gambe levate.

Ad aspettarli all'esterno della grotta c'era un meraviglioso cielo notturno e la luna che tranquilla proseguiva il percorso lungo la sua orbita.

Mauro Zanotto

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

Coniugato, con due figlie sposate e due nipoti, Sergio Vigna ha sempre scritto, ma solamente dal 2000, anno in cui ha smesso di girare l'Italia e parte d'Europa come direttore commerciale di un'azienda tessile, si è dedicato in modo più continuativo alla scrittura. Il suo primo libro è stato per ragazzi, "Rasim", seguito dal primo libro per adulti, "Prodigio a piè dell'Alpi" (introduzione di Federico Audisio Di Somma) e dal suo secondo libro per adulti, "La lunga strada" (introduzione di Alessandro Barbero). In questi anni Sergio Vigna ha scritto molto per giornali ed associazioni, vincendo premi letterari regionali e scrivendo una pièce teatrale rappresentata al teatro 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 suggerirle al vandante 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.





l'ultimo romanzo di Sergio Vigna...

Angelo era sì curioso, ma la promessa fatta alla madre era sempre presente come un mal di denti fastidioso.

«Va beh, vengo fino in centro, ma per mezzogiorno voglio essere a casa. Già così avrò una bella sgridata».

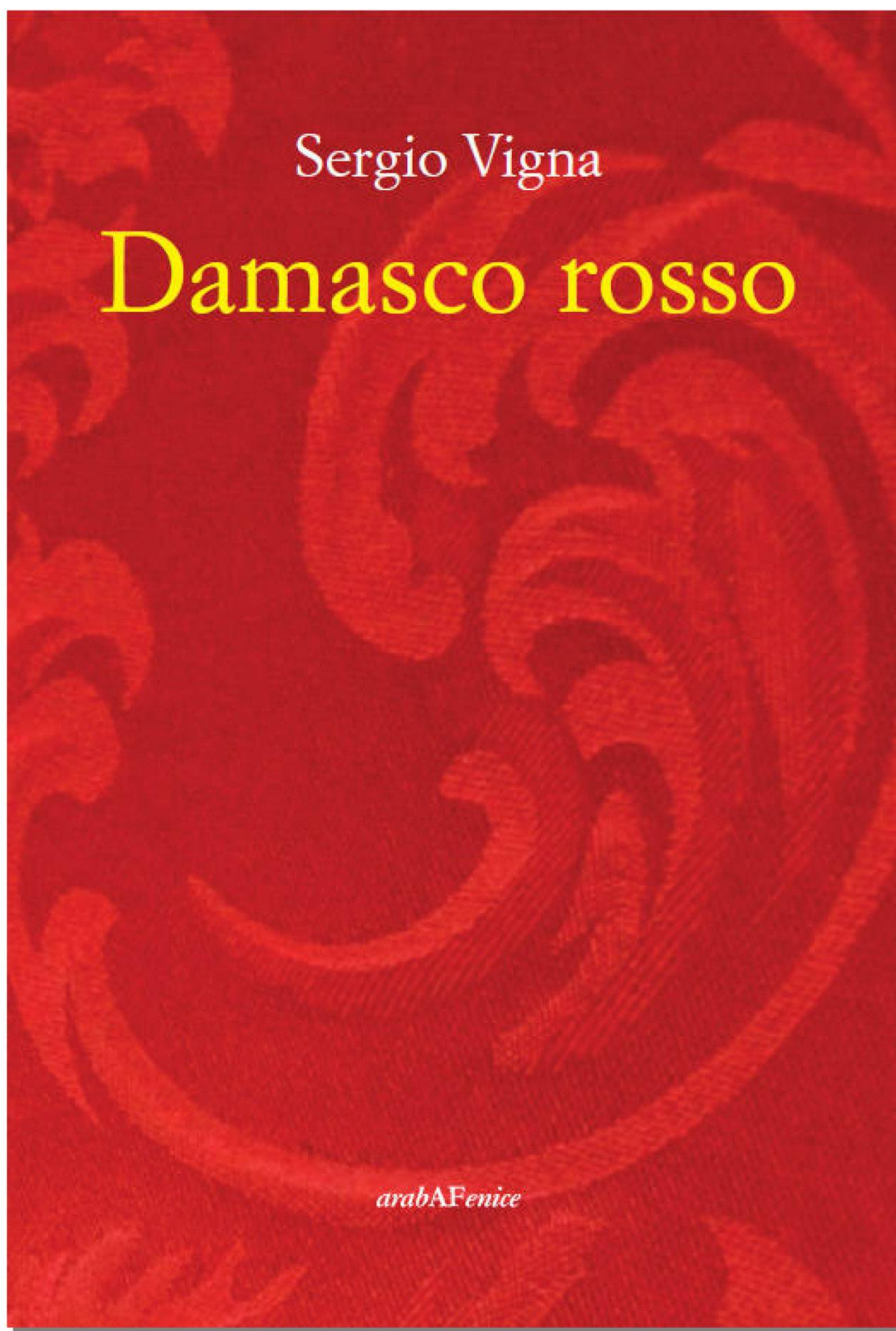
«Cosa vuoi che sia una ramanzina, un'altra medaglia da appendere al petto e smerdare quegli stronzi che ci credono dei bambini paurosi» soggiunse Salvatore.

Quando il corteo s'incanalò in corso Vittorio, all'altezza delle carceri, trovò una schiera di camionette della polizia, con sopra agenti in tenuta da combattimento, che stazionava ai due lati, pronte ad intervenire.

«Bellissimo, mi sembra di partecipare a un film di guerra» esclamò con una punta di esaltazione Salvatore.

«Hai ragione, non mi ricordo più in che romanzo, ma una scena così l'avevo già letta». Angelo, era così infervorato da quel clima di protesta, da aver dimenticato il tempo che passava e le inevitabili conseguenze.

Arrivati in via Roma, la voce metallica del megafono ordinò di recarsi a palazzo Campana e, se le forze dell'ordine l'avessero impedito, lottare, lottare e ancora lottare. Ormai il vaso era colmo e lo scontro inevitabile.



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.

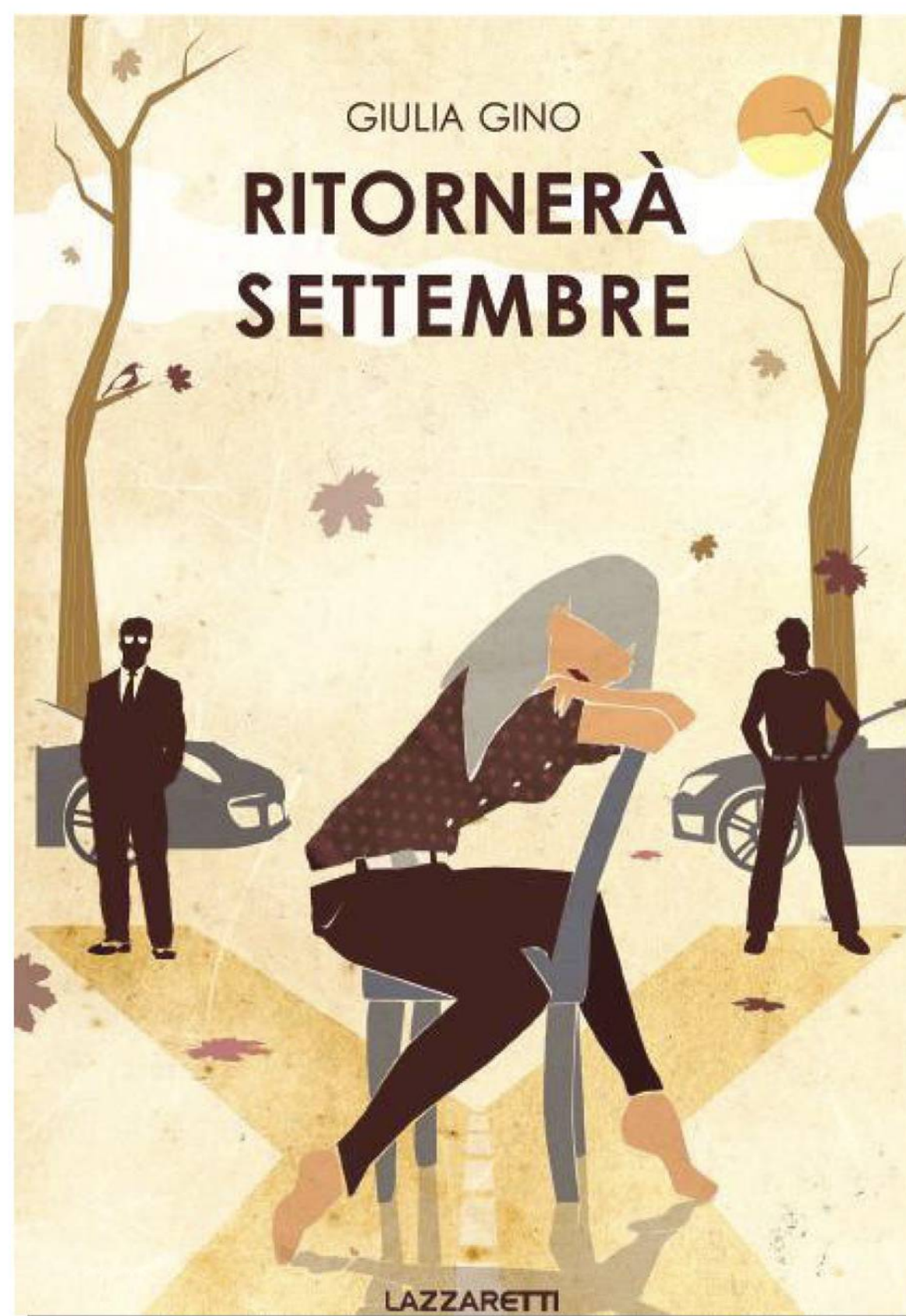
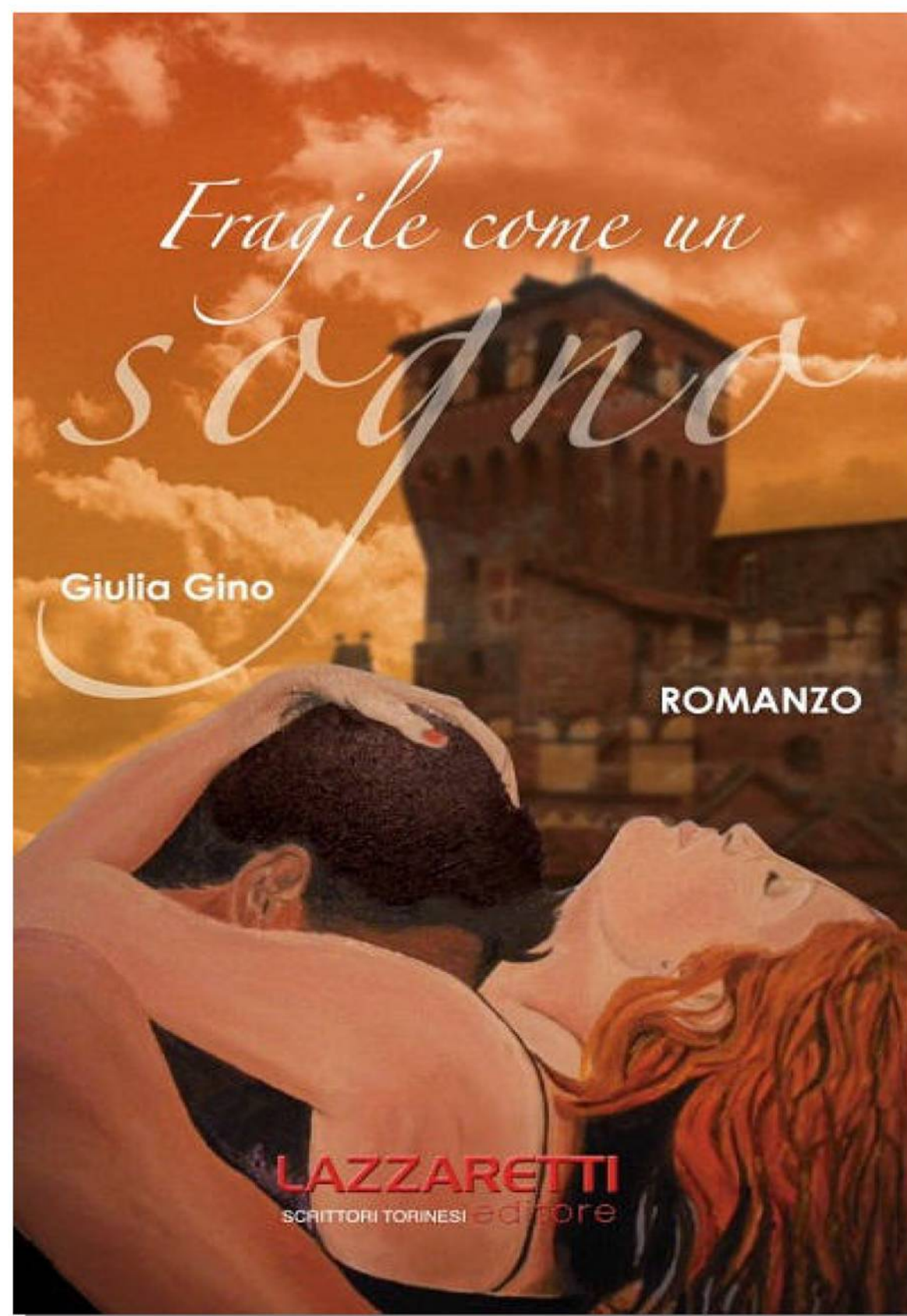
Nel 2010 ha pubblicato il suo primo romanzo "Fragile come un sogno", di cui "Ritournerà settembre", edito nel 2013, è il seguito ideale: i giovani protagonisti del primo romanzo sono cresciuti e si trovano alle prese con realtà e sentimenti più complessi.

*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.





l'ultimo romanzo di Giulia Gino...

Laura è una giovane e bella universitaria appartenente alla Torino bene, ma con problemi familiari e sentimentali alle spalle che l'hanno resa insicura e chiusa come un riccio nei confronti del mondo intorno a lei. I genitori, abili professionisti ma separati, hanno convinta una riottosa Laura a sottoporsi a una terapia psicanalitica presso l'originale dottoressa Monaldi. Durante una seduta di gruppo incontra il giovane Nicola, bello, spregiudicato e, ovviamente, a lei subito antipatico. In una Torino descritta nelle sue ampie piazze e piacevoli zone collinari, la vicenda dei due giovani si dipana tra equivoci e chiarimenti, resa anche più interessante dagli interventi di personaggi secondari, come la grande amica di Laura, Valentina, più che una sorella, di Paolo, affascinante culturista, innamorato di tutte le donne. I pensieri e le riflessioni di questi giovani sulla vita, sull'amore, sull'impegno sociale appartengono a tutte le generazioni e sono quindi estremamente attuali. Il percorso seguito da Laura la porterà dall'iniziale abulia ad interessi ed entusiasmi mai provati precedentemente, ma anche all'accettazione di realtà sgradite: una rinascita fisica ed intellettuale, un risorgere dalle ceneri, appunto, come la Fenice.



La mattina bonora

*La mattina bonora
se sente a zifolar
l'e 'i muratori che
vanno a lavorar*

*Muratori son tutti traditor
i a' tradi' la figlia
muratori son tutti traditor*

*i a' tradi' la figlia
per un bacin d'amor*

*E voi altre putele che
s'è da maridar
coi muratori non
steve a impazar*

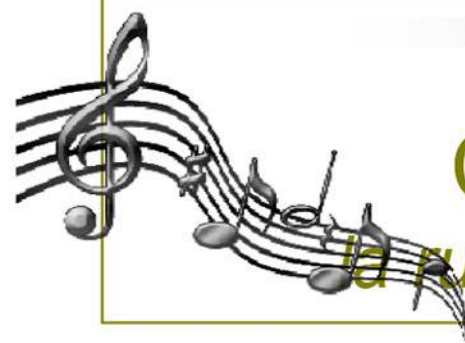
Canto popolare veneto fa riferimento a queste maestranze che venivano da altri paesi in cerca di lavoro, ed essendo lontani da casa, dopo il lavoro, con una bevuta all'osteria cercavan di conquistare le ragazze del posto. Qualcuno con belle intenzioni per accsarsi e mettere su famiglia, altri solo per divertirsi. Per questo le ultime parole tengono a metter in guardia le putele dalle false promesse dei muratori.

Questo era considerato un mestiere duro e difficile, sia per la fatica, che per il pericolo di cadute dalle impalcature e per ultimo, ma non di secondaria ragione, non garantiva un lavoro continuo.

Nei rigidi inverni, i muratori erano costretti all'inattività e le loro famiglie dovevano adattarsi per "sbarcare il lunario", inoltre oziavano nelle osterie e tra una scopa, una briscola e una partita a morra, si scolavano enormi quantità di vino. Spesso alla sera, erano in sbornia.

Naturalmente non era per tutti così, ma la mancata disponibilità di lavoro alternativo, non recava tante prospettive. C'era sempre chi si industriava e si dedicava ai lavori più disparati, ma anche questi spesso non erano che palliativi.

Nei lunghi mesi invernali, per le famiglie dei



Canta che ti passa !

la rubrica del Coro Edelweiss

muratori e non solo per loro, si provava la miseria in tutte le sue sfaccettature, soprattutto nella versione più tremenda: la fame.

Con l'inizio della buona stagione e raccolti estivi, l'economia riprendeva piede e così anche i muratori trovavano impieghi: chi in ristrutturazioni, chi nella costruzione di nuovi edifici, chi in lavori di manutenzione.

La storia del muratore nel Gargano (chiamato "Lu frabbecatore")

Il mestiere di muratore, di chi costruisce abitazioni, risale sicuramente agli albori della 'civiltà'.

Da quando l'uomo ha lasciato la caverna e si è dato alla pastorizia, all'agricoltura e al commercio, ha imparato a costruire, per sé e per gli altri, case per abitare.

Noi, però, ci occuperemo di questo mestiere negli ultimi cinquant'anni.

L'operaio, che vediamo oggi impegnato nella costruzione di nuovi edifici alla periferia di Sammarco, sia lungo la via dello Starale che per Sannicandro o inte l'orte, non ha nulla a che vedere con i metodi e i mezzi di qualche decennio fa. Intanto, allora, sia la 'casetta' di campagna che il 'palazzo' di paese si realizzavano con lo stesso materiale, cioè la pietra, indipendentemente dalle dimensioni.

L'inizio, l'esecuzione e il termine dei lavori si differenziavano per le caratteristiche specifiche, il modo di lavorare dei diversi mastri, ma le regole generali, le norme e l'applicazione erano uguali per tutti. Si scavava il terreno e la roccia con la zappa e la jumerà per costruire le fondamenta, sempre in pietra e calce. Il lavoro proseguiva sotto la guida del capomastro, che sicuramente conosceva i numeri e il disegno, ma i tecnici veri e propri venivano consultati raramente, anche perché scarseggiavano.

Con i muratori lavoravano molti descepele (manovali e apprendisti), ognuno dei quali

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=9BoW-07oLCE&t=52s>



aveva un compito specifico: alcuni, ad esempio, trasportavano sulle spalle le pietre da murare, altri preparavano la calce e, a richiesta, la portavano in un cesto di ferro, sempre a spalle, a lu mastre.

Per preparare la calce, si faceva un cerchio di rena di un metro e mezzo circa di diametro, al centro si versavano tre o quattro cesti di calcina bianca e acqua e, con la zappa la cavecia, si schiacciava per scioglierla completamente; solo allora si iniziava ad amalgamarla ('mpastà) con la rena e trasformarla in una poltiglia compatta e omogenea.

Lu mastre aveva sempre da gridare per richiedere ciò che gli occorreva: càvecia, prète, zavorre, ì puce e altro. I manovali dovevano sempre correre. Quando poi il lavoro progrediva e si arrivava oltre il primo piano, si piantava lu manghene, un attrezzo molto utile per facilitare l'ascesa del materiale occorrente. Lungo ottanta centimetri circa, a forma cilindrica, aveva quattro manici alle estremità. Serviva per arrotolare, servendosi dei manici laterali, una fune che da un'estremità, si divideva in due e aveva due uncini per agganciare il carico (manici di cesti o altro). Una sorta di carrucola, insomma.



*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.*



C'erano, tra questi lavoratori, le cosiddette meze cucchiare, cioè i giovani che, pur avendo acquisito una certa esperienza e pur essendo capaci di lavorare con la cazzuola, non erano considerati qualificati dai mastri e, pertanto, non venivano pagati adeguatamente. Questi giovani ricevevano la qualifica solo quando tornavano dal militare.

Quando il muratore trovava lavoro, lo trovava anche lu cavamonte, lo scalpellino, lu cavarena, il carrettiere per il trasporto del materiale e, poi, il fabbro per la costruzione delle inferriate ai balconi e delle scale esterne, il falegname per le porte e le finestre e, in ultimo, lu pinciaiole, che forniva li pince, i coppi, le tegole per la copertura del tetto.

I muratori, a differenza di altri artigiani, si distinguevano fra di loro, e non solo per capacità e competenza. Alcuni, ad esempio, svolgevano la loro attività prevalentemente in paese sia per la costruzione di nuovi edifici sia per le riparazioni.

Cinquant'anni fa le abitazioni dei lavoratori erano costruite in modo molto semplice: quattro muri con la porta e il soffitto fatto di travi che davano l'aspetto d'arretratezza civile e mancanza di pulizia; sembravano case di campagna. Questo per quanto riguarda lu juse; se poi c'era lu suse, alla porta si aggiungeva una finestrella.

Tutto qui, al massimo c'era qualche tavulatedde.

Basta guardare le abitazioni dei vecchi quartieri per rendersene conto. Un solo vano fungeva da "casa" per più e più persone dello stesso nucleo familiare in promiscuità tra i sessi. Poco alla volta, però, i proprietari d'abitazioni cominciarono a chiamare il muratore per ammodernarle: soffitto di mattoni, pavimento di cemento (le piastrelle verranno dopo con l'acqua e il bagno).

Altri muratori, ugualmente bravi, lavoravano generalmente in campagna per costruire ai contadini

casette con l'immane cisterna. Per la realizzazione di quest'ultima occorreva un operaio con molta esperienza, altrimenti non "manteneva", cioè l'acqua si disperdeva in mille rivoli nel terreno circostante.

Per i pastori, invece, si costruivano casette che nel gergo si chiamavano jacce, mentre lu scarajacce era la parte destinata agli animali. Nella pianura ('mpugghia), alla massaria si scavavano anche pozzi fino al raggiungimento della falda freatica che il più delle volte dava acqua fresca sì, ma salmastra.

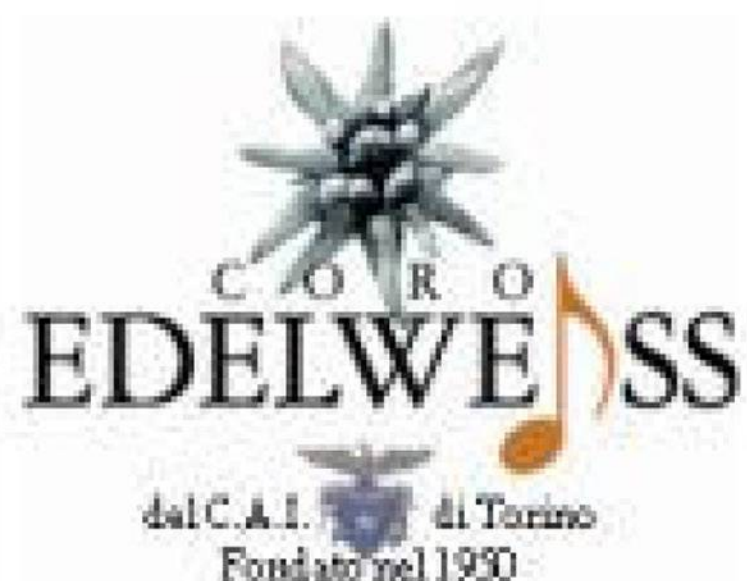
Negli anni Trenta iniziò una timida e modesta sostituzione della pietra nella muratura. Infatti, comparvero i primi blocchi di cemento della grandezza di venti per venti per quaranta centimetri. Si facevano con forme di lamiera che si aprivano e chiudevano facilmente.

Si preparava lu 'mpaste (l'impasto), fatto di graniglia, rena e cemento, si aggiungevano un paio di zavurrune, pietre di media grandezza, e, quando la forma era piena, si lasciava indurire il contenuto e poi si sformava.

Con i blocchi era più facile lavorare e si faceva prima.

Così entrò, lento ma inarrestabile, il progresso nel campo delle costruzioni edilizie e, nel giro di mezzo secolo, il vecchio muratore è stato soppiantato e non esiste più.

Valter Incerpi



Coro Edelweiss del CAI di Torino

Cerchiamo coristi!

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



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’icona della montagna piemontese

Buon Anno carissimi lettori dell'Escursionista e ben ritrovati!

Eccoci qui ad "inaugurare" tutti insieme una nuova serie di articoli che compariranno sulla rubrica del Mestolo d'oro e che saranno dedicati al pane delle nostre regioni italiane.

Attraverseremo nuovamente lo stivale italiano, questa volta dal nord al sud, dal Piemonte alla Sicilia e scopriremo regione per regione quali sono i pani caratteristici di queste terre, quale storia possono vantare e quali sono le ricette caratteristiche per realizzarli.

E d'altra parte, poteva mai mancare una "saga del pane" dedicata a voi tutti aspiranti Chef, per arricchire la vostra cultura e le vostre competenze ai fornelli?

Il Pane del Piemonte

Cosa mangiavano i Savoia? Sicuramente anche pane, influenzato dall'arte bianca francese, ed identificato con forme affusolate come quella del friabilissimo grissino.

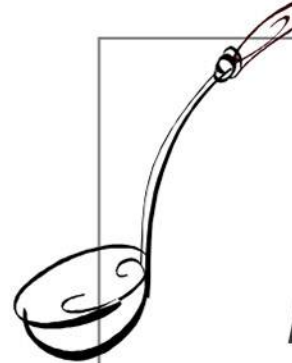
Carlo Alberto diede il suo nome ad una pagnotta condita con ingredienti di suo gusto, mentre la regina Margherita fece eleggere la pizza a un ruolo di piatto nazionale popolare.

In Piemonte però sono altrettanto gustosi i pani dei poveri, frutto dell'asperità della montagna, dai "gofri" al "panet" o al "pane nero di Coimo". La cottura di quest'ultimi due, svolta stagionalmente se non addirittura annualmente, rappresentava un evento popolare, d'importanza pari all'uccisione del maiale. Da questi pani, una volta induriti, si ricavano anche rustici gnocchi e caldissime zuppe a base di formaggio e brodo, come la "skilà", la "mitunà", la "soupe grasse"...

In questa regione il pane è sempre stato adoperato anche per addensare le salse del "bollito misto", il "bagnetto verde" o la "salsa del povrom".

Contrariamente alla confinante Liguria, il capitolo delle focaccia e limitato, dove oltre alla "novese", ricordiamo le "torte verdi" con riso e spinaci, e la "rustica" guarnita con vari formaggi.

Numerosissimi i dolci di pane, originariamente preparati dai pastori, con gli ultimi tozzi di pane raffermo, prima del ritorno a valle. Fra le tipologie giunte fino a noi ricordiamo: la "torta



Il mestolo d'oro *Ricette della tradizione popolare*



matsafam" con fette di pane e pesche di vigna, e le curiose frittelle di grissini di Ulzio.

La Biova Piemontese

E' un'ottimo pane Piemontese, molto buono, semplice e veloce da preparare.

Una varietà di Pane ad impasto unico che non richiede molto tempo nell'esecuzione, anche i passaggi sono molto semplici e sbrigativi. Il pane biova Piemontese è molto morbido e spugnoso adatto a raccogliere sughi e assorbire intingoli proprio come da ricette Piemontesi.

INGREDIENTI

- 1 kg Farina 0
- 600 ml Acqua
- 35 g Lievito di birra fresco (Oppure)
- 10 g Lievito di birra secco
- 40 g Strutto (Oppure Burro)
- 1 cucchiaino Miele
- 2 cucchiaini Sale



Biova Piemontese

PREPARAZIONE

Setacciare la farina (serve sia ad arearla che a togliere eventuali grumi), metterla in una ciotola capiente o nella planetaria.

Stiepidire l'acqua portandola a circa 22° quindi scioglierci il lievito e il miele mescolando.

Aggiungere il liquido alla farina, quindi anche lo strutto incominciando ad impastare, appena tutto sarà assorbito aggiungere il sale ed impastare ancora finché risulterà un panetto compatto e liscio.

Spolverare una ciotola con poca farina, metterci il panetto, quindi coprire con un tovagliolo umido e lasciare lievitare in un luogo tiepido per un'ora (non oltre).

Spolverare il piano di lavoro con della farina, rovesciarci sopra il panetto lievitato (la foto sopra è dopo la lievitazione, il buco per vedere la morbidezza ma non è appiccicoso)), tagliarlo a metà e stendere con il matterello ad uno spessore di un cm. formando un rettangolo largo quanto dovrà essere la lunghezza della pagnotta e lungo per arrivare allo spessore.

Prendere un lembo e arrotolare su se stesso formando proprio un rotolo, ripetere la stessa operazione con l'altro pezzo.

Riprendere il primo rotolo, stenderlo di nuovo facendo la stessa operazione di prima e

ripetere la stessa cosa anche con l'altro arrotolandoli nuovamente cercando di assottigliarli nelle due punte esterne.

Metterli nelle teglie da forno coperti da carta forno, spolverarli con un pochino di farina, coprirli con due strofinacci puliti e sopra mettere dei sacchetti di plastica aperti per evitare che facciano la crosta, lasciare lievitare per un'ora circa (dipende sempre dalla temperatura).

Accendere il forno al massimo della potenza con funzione statico facendolo riscaldare almeno per venti minuti.

Ad ogni pagnotta con una lametta praticare un taglio unico per tutta la lunghezza e profondo circa due cm. quindi trasferire il pane nel forno abbassando la temperatura a 200° oppure 190° dipende dal forno, ognuno conosce il proprio, lasciare cuocere per 30 minuti circa.

Lasciarlo raffreddare sopra ad una griglia.

Pan Barbarià

Il Pan Barbarià è un pane nero tipico delle vallate cuneesi. Anche se spesso oggi si pensa che si tratti di un pane realizzato semplicemente con la miscela di due farine (frumento e segale integrale), il Pan Barbarià deriva da una antica tecnica di coltura mista delle terrazze d'alta montagna.

Lo stesso nome (Pan Barbarià significa pane Imbarbarito o Imbastardito) racconta la storia difficile di questo alimento. Nelle zone montane e pedemontane le temperature rigide erano poco propizie alla coltivazione del grano, così non tutte le annate davano un buon raccolto. L'unico cereale adatto a certi climi e altitudini era la segale, che, pur garantendo rese stabili, dava una farina poco digeribile e poco amata. Si cominciò allora a seminare insieme i due cereali: la segale, resistente alle temperature rigide, ma non ai forti venti, era supportata dal frumento, dotato invece di una spiga avara e sensibile alle avversità climatiche, ma anche di uno stelo corto e robusto. In questo modo si otteneva, nelle annate buone, una farina "mista" gustosa, e in quelle "di magra" almeno la sostanziosa farina di segale per sopravvivere.

Questo pane è buonissimo, saporito e molto profumato. Naturalmente ormai l'unico modo

per farlo è miscelare le due farine, perché non esistono più le coltivazioni miste dei due cereali che davano la farina Barbarià. Essendo cotto nel forno a legna, la pezzatura tipica di questo pane era più grande (500 o 600 grammi a forma), io ne ho ridotto le dimensioni per adattare questi panini alle necessità di un pasto normale.

INGREDIENTI

- 250 g farina di Segale
- 250 g farina di Frumento 00
- 370 ml di acqua tiepida
- 5 g di lievito di birra disidratato
- 15 g di pasta madre di segale essiccata (1 busta)
- 8 g di miele millefiori
- 5 g di sale

PREPARAZIONE

Misurare 100 ml di acqua tiepida.

Metterla in una tazza e sciogliervi il miele.

Aggiungere il lievito di birra e mescolare con un cucchiaino di legno. Sarebbe meglio mettere la tazza accanto ad una moderata fonte di calore (tipo vicino a un calorifero, o accanto al fornello mentre si cucina).

Dopo circa 10/15 minuti la superficie si ricoprirà di schiuma, segno che il lievito si è riattivato.

In una ciotola capiente mescolare le due farine il sale e la pasta madre di segale essiccata. Aggiungere il lievito riattivato e cominciare a mescolare delicatamente. Man mano aggiungere i restanti 270 ml di acqua tiepida. Quando si è formata una prima "palla" di impasto rovesciare l'intero contenuto della ciotola sulla spianatoia e finire di impastare il composto a mano.

Fare riposare l'impasto coperto per circa tre ore in un luogo caldo, al riparo da spifferi o correnti d'aria.

Trascorse le tre ore sgonfiare l'impasto con qualche "gentile" pugno, poi metterlo sulla spianatoia e allargarlo/appiattirlo un poco con le mani fino a che non assume una forma rettangolare.

A questo punto fare due volte tre pieghe, cioè il rettangolo di pasta va piegato in tre parti, appiattito di nuovo con le mani, girato di 90° e



Pan Barbarià

ri-piegato in tre. Con questo sistema di pieghe si struttura bene l'impasto e si infittisce la maglia glutinica (traduzione: il pane crescerà meglio!).

Accendere il forno e portarlo a 220°circa. Fare riposare l'impasto per 20 minuti, poi dividere la pagnottella in 4 spicchi.

Stondare gli spigoli dei quattro panini nell'incavo della mano, spolverizzare con un po' di farina di grano tenero e metterli sulla placca da forno che userete per cuocerli.

Infernare, e dopo i primi 10 minuti a 220° abbassate il forno a 180°. Proseguite la cottura per altri 35 minuti, infine sfornate il Pan Barbarià.

Pane di Carlo Alberto

Questo pane deve il suo nome al monarca passato alla storia per l'emanazione della Carta Costituzionale del 1848 (Statuto Albertino), nonché per la sua eterna indecisione, irrisa dal popolo con il nomignolo di "re tentenna".

Carlo Alberto aveva notoriamente una grande passione per la buona cucina e il buon vino, ma non ci sono prove storiche che attribuiscono a lui la ricetta di questo pane sapido e particolarmente sostanzioso, arricchito con noci, acciughe e olio d'oliva.



Pane di Carlo Alberto

Di sicuro questo pane costituiva una sorta di “piatto unico” per le truppe sabaude durante le campagne di guerra.

INGREDIENTI

- 900 gr farina tipo 1,
- 100 gr farina di segale integrale,
- 172 gr lievito naturale pronto,
- 172 gr pasta di riporto,
- 500 gr acqua,
- 100 gr uova intere,
- 22 gr sale,
- 50 gr zucchero,
- 13 gr lievito compresso,
- 258 gr noci macadamia,
- 200 gr noci delle valli cuneesi,
- 100 gr acciughe (meglio se dissalate)

PREPARAZIONE

Procedimento pasta di riporto

Farina tipo 1 103 gr, acqua 60 ml, lievito birra 2 gr, (preso dal totale) sale 2 gr. Impastare la sera prima (circa 12-14 ore prima dell'impasto) e dopo tre ore dell'impasto sgonfiare lo stesso e metterlo in frigo, il giorno successivo lasciarlo fuori dal frigo prima dell'utilizzo tre ore.

Lievito madre

Rinfrescare la sera prima (circa 12 ore) 1:1 e mettere la quantità richiesta in bagno in acqua a 18° fino il giorno dopo (a me è risultato un po' sciolto).

Impasto

Impastare 5 minuti le due farine assieme alle uova e 400 ml di acqua, coprire e lasciare riposare per almeno 20 minuti.

Quindi aggiungere la pasta di riporto, il lievito madre e quello restante di birra, iniziare a impastare, far incordare con il gancio (o impastare a mano per almeno 15 minuti) aggiungere l'acqua rimanente, lo zucchero ed il sale.

Con impasto abbastanza liscio aggiungere a bassa velocità le noci schiacciate e le acciughe spezzettate. l'impasto deve raggiungere la temperatura di almeno 25/26°.

Fermentazione

Far puntare in un contenitore unto d'olio x 40 minuti quindi formare due filoni e fargli la forma a sfera prima, dopo riposo di 15 minuti formare i due filoni, spolverateli con farina di segale.

Ora devono lievitare circa 1 ora e mezza (mettere ai lati dei blocchi come le scatole



della pellicola altrimenti si allargano troppo, metteteli direttamente su carta forno per facilitare il trasbordo in placca).

Finita lievitazione incidere a lisca di pesce ed infornare a 230° x 10 minuti quindi a 200° fino a cottura

(per sapere il momento l'ideale è avere un termometro per forno e quando raggiunge i 94 gradi internamente è pronto).

Sfornare e metterlo in verticale perché non rimanga umido.

Mauro Zanotto



Vestiario

Abbigliamento nel primo novecento a Condove e Mocchie

La storia dell'abbigliamento coincide con la storia della civiltà.

Ciascun articolo d'abbigliamento ha un significato culturale e sociale. In esso si condensano alcune funzioni tramandate o evolute nel tempo: quella pratica legata alla vestibilità; quella estetica legata al gusto dell'epoca e a canoni specifici delle diverse comunità; quella simbolica grazie alla quale l'abito può definire l'appartenenza ad una particolare comunità, e nello specifico nel passato identificare il luogo in cui viveva la persona: montagna, paese o città.

Agli occhi di chi come me è nato verso la fine degli anni quaranta, in un periodo nel quale il paese ha iniziato una fase di ricostruzione con radicali trasformazioni economiche e sociali, le differenze tra città, campagna e montagna, benché fossero ancora molto marcate sul piano economico, culturale, o rispetto ai pregiudizi di classe, si mostravano già fortemente indebolite sul piano di quelli che ne erano i segni più visibili, cioè nell'abbigliamento.

Nei miei ricordi di infanzia e in quelli dei racconti dei miei genitori, il modo di vestire dei montanari riaffiora in forme che dovevano essere sicuramente residuali rispetto ad una organicità presente nel passato. Il mercato del mercoledì a Condove era il luogo nel quale questa visibilità si mostrava in ambiente urbano. Le contadine con il fazzoletto in testa e con le gonne lunghe con sopra lo scialle, i contadini con il cappello nero di feltro a falde larghe e la camicia bianca con il colletto a



*C'era una volta
Ricordi del nostro passato*

cinturino.

Anche la festa patronale, così come emerge dai miei ricordi, richiamava tanta gente e anche qui il modo di vestire distingueva chi proveniva dai paesi vicini o dalla montagna, per un uso dell'abbigliamento festivo che benché fosse già urbanizzato e timidamente al passo con la moda degli anni, denotava ugualmente una provenienza, un confine sociale e culturale.

Nel XIX secolo l'abbigliamento e la moda riguardava i soli adulti; vestiti veri e propri per l'infanzia non esistevano. In tenera età bambine e bambini indossavano tuniche, dall'età scolare in poi versioni ridotte dei capi per adulti. Solo dal 1890 prese il via la moda infantile, riservata alle classi agiate di città (indumenti alla marinara per i maschi, vestitini a sacco per le femmine ecc.).

In campagna, dove non solo fra i poveri gli abiti dei bambini erano quelli smessi dai genitori e riadattati, l'abbigliamento per l'infanzia si affermò solo lentamente (nelle borgate di montagna solo negli anni 20).

Al fine di soddisfare la curiosità di conoscere come vestivano i nostri avi esaminiamo l'abbigliamento di montagna, di paese e di città all'inizio del secolo scorso. Una ricerca che non può avere un valore di esattezza assoluta fatta da persona poco edotta di moda. Come già evidenziato si tratta di vestiti dei primi anni del 1900.



Il vestito di tutti i giorni



I vestiti in città

I vestiti nelle borgate montane

Gli uomini ne possedevano quasi sempre due, che usavano sino quando non si rendevano inservibili, anzi rattoppiati passavano da padre in figlio. Vi era quello abituale e quello delle grandi occasioni di stoffa più pregiata, che veniva custodito con molta cura.

Generalmente erano di canapa, cotone o fustagno (anticamente realizzato con un ordito in lino e la trama in cotone poi in cotone e lana), 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 giacca. La camicia è ampia e larga, mentre le mutande sono sempre lunghe e bianche. Per ripararsi dal freddo erano frequenti pesanti mantelle nere in cui gli uomini si avvolgevano.

Le donne vestivano con abiti semplici: una ampia sottana, solitamente scura, un corpetto o scamiciati fatti ai ferri con sotto le più comuni camicie di tela di canapa, una cuffia o fazzoletto in testa a coprire i capelli lunghi raccolti a crocchia sulla nuca e uno scialle per coprirsi le spalle, il cui tessuto era particolarmente sostenuto e pesante.

Per le solennità o andando alla messa

coprivano il capo con un velo o con qualche bel fazzoletto di lana a tinte vivaci.

Alcune donne ne possedevano uno che indossavano solo nelle feste grosse e che poi immediatamente riponevano nell'armadio appena giungevano a casa. Vestiti da sposa neri, cappellini vivaci ed eleganti per il matrimonio o il battesimo forse portati quassù dalla vicina Francia.

A volte andando in chiesa poco prima di arrivare alla borgata Laietto le ragazze si cambiavano le scarpe con cui avevano percorso la mulattiera. Insomma anche le giovani della nostra montagna amavano essere un po' eleganti nelle occasioni importanti.

Le donne si fasciavano la testa, con un fazzoletto scuro, anche durante i lavori dei campi, in particolare nel corso della fienagione.

Un grembiule fatto di tela ruvida, portato sopra l'abito, proteggeva il vestito sia durante i lavori domestici e spesso anche nelle feste. Il grembiule aveva anche un significato simbolico, cioè quello che una donna non voleva o non poteva dire a voce, lo esprimeva attraverso i suoi movimenti.

Se una ragazza, sotto lo sguardo insistente di un giovane, fingeva di dare un'assestata al suo grembiule spostandolo verso destra, era



I vestiti in paese

segno che il giovane le era simpatico e che quindi poteva rivolgersi tranquillamente ai genitori per frequentarla.

Lo stesso gesto compiuto da una donna sposata o verso un uomo sposato veniva giudicato come mossa di adescamento e come tale capace di suscitare risentimenti e liti.

Due accessori molto usati erano il bastone con manico ricurvo per gli uomini e una cesta di vimini per le donne.

I vestiti in paese

A Condove nel primo novecento ha inizio una radicale trasformazione da paese contadino a paese industriale con il sorgere della Società Anonima Bauchiero per la costruzione di veicoli ferrotranviari. Tale cambiamento si nota anche nell'abbigliamento che diventa indicatore di ceti sociali con vestiti d'importanza pratica come la tuta da meccanico per l'operaio e l'abito con cravatta per l'impiegato.

Le pesanti mantelle nere in cui gli uomini si avvolgono in montagna cominciano ad essere sostituite da soprabiti e cappotti, le scarpe meno rozze e più adatte a strade con selciato in ciottoli. Con l'impiego della macchina per cucire qualche donna inizia a provvedere da sé all'abbigliamento. Le donne abbandonano il cesto per la borsa e gli uomini usano poco il bastone da passeggio.

I vestiti in città

Le signore della città indossano vestiti che riproducono il modello del paese, però sono lavorati con più gusto e raffinatezza, spesso ornati di merletti e ricami fatti ad arte. Un ruolo importante, per conferire eleganza, esercitano

gli accessori.

Indispensabili sono i guanti di pelle finissima per l'inverno, di pizzo e traforati per l'estate.

Coprono il capo con un cappello con una veletta, che arriva fino al mento e dà al loro viso un grande fascino. Non manca la borsetta in cui custodiscono i vari oggetti personali. Completano l'abbigliamento graziosi ombrellini, che le signore portano in ogni occasione. Amano ornarsi anche di gioielli, quali orecchini e anelli di squisita fattura, spille e collane.

Gli uomini indossano vestiti che si compongono di pantaloni lunghi, giacca abbottonata in alto con tre o quattro bottoni accompagnata dal gilé su cui spicca la catena dell'orologio da taschino. Sotto la giacca è d'obbligo la camicia bianca di cotone. È in voga avere lunghi baffi che conferiscono autorevolezza.

Gianni Cordola

www.cordola.it



dal 12/10/2018 al 13/01/2019

presso il

Museo Nazionale della Montagna

mostra “Tour del Monte Bianco” Edi Consolo



Il Museo Nazionale della Montagna presenta la mostra “Tour del Monte Bianco” Edi Consolo, dedicata al noto alpinista e disegnatore che dagli anni Cinquanta del Novecento si dedicò soprattutto all'ideazione e sviluppo di un'avanzata tecnica di illustrazione delle stazioni sciistiche alpine, finalizzata alla realizzazione di materiali grafici di promozione turistica.

Nella sua lunga attività realizza numerosi panorami estivi e invernali delle principali montagne europee, in cui fa coesistere elementi matematici con la sua visione interiore della montagna fatta di colori e grafismi.

Tra questi la nota serie Tour du Mont Blanc, concepita come parte di un libro turistico realizzato in collaborazione con l'alpinista francese Gaston Rébuffat.

L'esposizione prende in considerazione le opere dedicate al Monte Bianco acquisite dal Museomontagna nel 2003 alla morte del disegnatore, integrate per l'occasione da altre messe a disposizione dalla famiglia e che entreranno contestualmente a far parte del patrimonio del Museo.

L'iniziativa è concepita come contributo del Museomontagna alla promozione della candidatura dell'Alpinismo a Patrimonio immateriale dell'Umanità.

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

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

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

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

Un anello sui monti di Condove.

Da Mocchie al sacrario dei caduti della Veccherezza

- Località di partenza: Mocchie mt. 794
- Dislivello: mt.700
- Tempo complessivo: 5 ore e 30 minuti c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 4 Bassa valle Susa – Musinè – Val Sangone – Collina di Rivoli Fraternali Editore

Nell'alto vallone del Gravio, in bassa val di Susa, erano presenti durante la Resistenza alcune formazioni partigiane. Pochi giorni prima del 25 aprile in quei luoghi caddero in un'imboscata alcuni combattenti la Libertà, giovani vite spezzate dall'odio e dalla violenza.

A perenne ricordo di quegli avvenimenti a monte di Mocchie, nel punto in cui il rio Balmusello s'appiana dando origine ad una



Marco Polo Esplorando... per Monti e Valli

conca, è stato edificato un sacrario, detto della Veccherezza, dove a ridosso di un roccione è stata posta una lapide con i nomi dei caduti. Il luogo è anche un sacrario che ricorda e unisce tra loro le vittime dell'odio, della violenza di tutte le guerre.

In questo itinerario, partendo da Mocchie borgata montana di Condove, comune della bassa val di Susa, per strade, stradelli e sentieri, incontrando per via borgate per lo più oggi disabitate, si raggiunge, al termine dell'ascesa, il sacrario dei caduti della Veccherezza.

I numerose piloni presenti, le chiesette delle borgate sparse sui soleggiati pendii, ci rammentano la Fede profonda dei montanari di questa valle testimoniata dalla scritta sotto la croce al colle del Colombardo: “An ricort ed la gent ch'è l'ha passà ij so di su ste poure montagne rendand gloria a Nosgnor con so travaj”.

Rientrando si rasenta l'imponente Rocca Grisolo dalla cui cima la vista s'apre ampissima sui monti e sulle valli.

Giunti alla prima rotonda che dà accesso diretto all'abitato di Condove, in bassa val di Susa, si prosegue sino alla successiva dove, abbandonando la statale, si esce seguendo l'indicazione per Mocchie.

La strada prende da subito a salire con svolte e lunghi traversi ascendenti e costeggiando per via borgate e case sparse raggiunge al termine dell'ascesa questa frazione di Condove, un tempo comune autonomo, oggi quasi priva di residenti fissi, dove spicca il bel campanile romanico pendente. Sull'ampio piazzale antistante la parrocchiale si può parcheggiare.

Lasciate le case si scende al rio Puta, che si supera su un bel ponte in muratura, attraversando più avanti il corposo torrente Gravio ai ruderi di Martinetto dove un tempo veniva lavorato il ferro. Alcune svolte ascendenti su una lastricata traccia portano



*I monti dell'alto vallone del Gravio-
Rocca Patanua, Punta Lunella e Punta
dell'Adois*

all'incantevole chiesetta della Madonna delle Grazie, col vicino pilone, oltre la quale ancora si prosegue nel bosco e sempre salendo si raggiungono i due vicini bivi dove si staccano le tracce per la borgata Sinette, che si ignorano, sempre restando su quella principale.

Di poco più avanti, nel punto in cui la traccia s'impenna salendo ripida il direzione di Frassinere, si prosegue su quella in piano poi scoprendo che probabilmente si sta ai margini di un'antica canaletta. La traccia che si prende, lungamente pianeggiante nel bosco, dopo un lungo attraversamento termina, di molto più avanti, sulla strada che da Mocchie sale a Frassinere e scendendo per un tratto si raggiungono le indicazioni per le borgate montane della val Gravio subito dopo il notevole ponte sul corso d'acqua.

Qui giunti, fatte le svolte in forte ascesa, percorso un rettilineo, si raggiunge il bivio dove ci si porta in direzione della borgata Tugno a cui subito si perviene. Un enorme abete domina la borgata. Rasentandolo si sale al bel pilone, di recente restaurato, dove si prosegue sul sentiero che supera le case dal di sopra, subito intuendo quanto oggi sia poco percorso.

Rasentando i muretti di antichi terrazzamenti, case in rovina, s'immette più sopra sulla traccia che dal Molino sul Gravio sale alla strada per Reno Inferiore. Riprendendo a salire, rasentata una casa abitata, si esce sulla strada che si percorre per un tratto. Alla svolta che segue si rimane su questa perché per quella che proviene dagli abitati di Rosseno, Molini, Volpi e Mogliassi si tornerà. Giunti a Reno Inferiore si sale tra le case e rasentata la bella chiesetta ancora si esce sulla strada.

Stando su questa o salendo per i prati, essendo il sentiero oggi impraticabile, si raggiunge infine l'abitato di Reno Superiore dove ci si inoltra sulla selciata traccia che passa tra le case rasentando per via la chiesetta della borgata.

Oltre lo slargo dove la strada termina riprende il sentiero che snodandosi a monte dell'abitato raggiunge il bivio dove parte quello per l'insediamento di Campo dell'Alpe sull'opposto versante. Fatte le ravvicinate svolte nella pineta, superato il pilone e una stazione meteorologica, si raggiunge il superiore segnalato bivio dove prendendo a sinistra in



Il monumento sul piazzale di Mocchie

breve si raggiungerebbe la sommità della Rocca Grisolo, traccia che si potrebbe prendere volendo sviluppare un percorso più breve.

Prendendo invece a destra, un lungo traverso ascendente nel bosco a est dell'innominato rilievo quotato 1481 mt. porta la traccia ad uscire sulla strada per il Colombardo di poco a monte dell'abitato di Prato del Rio. Alle indicazioni che seguono la visuale s'apre d'improvviso sull'alto vallone del Gravio e sulle cime che lo chiudono: dalla Rocca Patanua alla Punta dell'Adois con in mezzo la Punta Lunella.

Trascurata per il momento la traccia che scende all'alpe Grisolo, che poi si prenderà per tornare, si prosegue per un tratto sulla strada e rasentata l'alpe Belvardo si perviene al bivio dove sorge il pilone che porta questo nome. Qui giunti, lasciata la strada che prosegue per il Colombardo, si prende a sinistra per il sacrario della Veccherezza.

Oltre il bivio per Goia e quello per gli alpeggi, scendendo di poco si giunge alla Conca dei Martiri dove sorge il sacrario in memoria dell'eccidio perpetrato pochi giorni prima della Liberazione. Nel punto in cui il rio Balmusello

s'appiana scendendo dal Vallone dei Caduti una lapide ricorda le vittime ed un altare in pietra consente di celebrare un rito. Tutt'intorno l'area è un sacrario a monito che questi avvenimenti non debbano più verificarsi.

3 ore c.ca da Mocchie.

Percorsa poi a ritroso la strada già fatta, oltre il pilone e l'alpe Belvardo, sempre stando su un "Sentiero della Memoria", si segue ora l'indicazione per l'alpe Grisolo prendendo l'ampia traccia che scende. Fatta la svolta, e percorso un lungo traverso nella pineta, si giunge al segnalato punto dove parte il sentiero per la Rocca Grisolo di cui, volendolo, se ne guadagna la cima in una decina di minuti.

Dalla vetta sguardo ampissimo sulla valle di Susa, su quella del Gravio, sulle borgate e sulle cime. Tornati sui propri passi, rasentata la storica alpe Grisolo, come si lasciano le praterie si rientra nella pineta percorrendo la traccia che scende al torrente Gravio.

Non segnalata, né segnata, di certo dal suo stato poco percorsa, con traversi e svolte discendenti si porta verso fondovalle raggiungendo più in basso un appena



Presso la borgata Tugno si trovano...

evidente bivio dove conviene tenere a destra rasentando nel procedere i muretti che reggono terrazzamenti di coltivi da molto tempo in abbandono. Costeggiata una condotta forzata che alimenta una centralina, superato su un ponticello il torrente Gravio, si sale all'opposto alla strada costeggiando per via le borgate Volpi e Molino e poi il bivio per Rosseno dominato da questa parte dall'imponente parete ovest della Rocca Grisolo.

Il tratto di stradello che di seguito si percorre porta al bivio per le borgate di Reno nel punto in cui questo anello si chiude. Più sotto lasciata la strada e rasentata la casetta si scende verso il fondo sino al bivio per Tugno raggiungendo poi questa quasi disabitata borgata ritrovando il pilone e il gigantesco abete.

Al bivio per Tugno in alternativa si può ancora proseguire verso il fondo sino al Molino sul Gravio (quota 979) vedendone i ruderi. Tornati per poco sui propri passi sulla traccia chiusa dai muretti, oltre il torrente, al modesto colletto tra i castagni si prende a traversare stando su una appena evidente traccia che percorsa porta ugualmente ai prati della borgata Tugno. Ricordando quanto fatto in ascesa, giunti di

sotto al ponte sul Gravio sulla strada che sale a Frassinere se ne percorre un tratto per poi prendere la traccia- canaletta che più avanti s'immette sul sentiero che riporta a Mocchie incontrando per via prima i bivi per Sinette e la cappella della Madonna delle Grazie, poi i ruderi di Martinetto attraversando nel procedere il corso dei torrenti Gravio e Puta.

2 ore e 30 minuti c.ca dal sacrario della Veccherezza.

Beppe Sabadini

*Hai mai bevuto l'acqua di
sorgente gassata?
Beh.. da oggi al Rifugio Toesca
lo puoi fare!*

acqua gassata

“Rio Gerardo”

*come esce dalla sorgente
ma con qualcosa in più...*

*Cosa aspettate? Venite ad
assaggiarla al Rifugio Toesca!*

*Questa è una delle tante
novità 2017
che Vi aspettano
al Rifugio Toesca!*

Chi è il sessuologo?

Il sessuologo opera professionalmente sulle problematiche sessuali che traggono la loro origine da un fattore psicologico.

Possiamo considerare le funzioni sessuali come il naturale sviluppo delle emozioni che derivano dalle relazioni che abbiamo avuto nel corso della nostra vita.

Il ruolo del sessuologo

Il ruolo del sessuologo si individua proprio nella sua competenza nell'integrazione, sia della ricerca scientifica in campo neurologico e psicofisiologico, sia dell'osservazione del comportamento espressivo del paziente, sia delle sue esperienze vissute.

Il sessuologo ed i fattori psicologici

La sessuologia pone l'accento sui fattori psicologici che ostacolano le normali funzioni sessuali. Si rileva frequentemente la compromissione di diverse fasi dell'atto sessuale, quali il desiderio, l'eccitazione, l'erezione, fino al piacere per giungere all'orgasmo, a causa o di situazioni conflittuali familiari, o di problematiche d'insicurezza legate alla propria storia personale, o di un'ansia da prestazione che ha una chiara origine psicologica.

Il sessuologo si trova frequentemente di fronte a problematiche sessuali che traggono origine da cause psicologiche, manifestandosi con sintomi solo apparentemente fisici, ma che comunque non hanno nulla a che fare con eventuali cause organiche.

Sessuologo: le competenze

La competenza del sessuologo, in questi casi, interviene integrando la sua consulenza con quella degli specialisti medici competenti, come l'andrologo, o l'urologo, il ginecologo o l'endocrinologo, a seconda dei casi.

Gli strumenti a disposizione del sessuologo derivano da ricerche in campo psicologico, neurologico o psicofisiologico e si traducono in tecniche legate alla capacità di risoluzione dei conflitti, alla capacità di acquisire autostima o a tecniche di rilassamento e di



Il medico risponde Le domande e le risposte sulla nostra salute

consapevolezza del proprio corpo.

Perché consultare un sessuologo

La comprensione della propria situazione psicologica e psicofisica consente di progredire verso un sano rapporto di coppia, superando le suggestioni emotive che ostacolano un rapporto spontaneo e coinvolgente.

Terapia Sessuologica o Psicoterapia Corporea

Comprese le necessità del paziente, si individua la terapia più adatta al singolo caso. In caso di disfunzione sessuale si procede tramite una terapia sessuologica, centrata sulla disfunzione sessuale specifica.

Si verifica spesso, come detto, il caso in cui la problematica, piuttosto che organica, sia di tipo esistenziale, indicando, quindi, non un sintomo in particolare ma una problematica, una difficoltà psicologica del paziente, a quale viene proposta una psicoterapia corporea.

Tale metodologia permette sicuramente un lavoro più profondo.

Come si sceglie un sessuologo?

Quando parliamo della figura professionale del Sessuologo, soprattutto in Italia, dobbiamo chiarire sempre che non esiste un albo dei Sessuologi.

Spesso sia il Medico specializzato in Ginecologia o in Andrologia sia lo Psicologo con un corso quadriennale in sessuologia clinica si definiscono Sessuologi.

In molti casi può essere utile, per avere maggiori competenze, che uno Psicologo con un corso in Sessuologia Clinica si specializzi anche in Psicoterapia. Ciò permette di avere una figura con competenze diverse.

Ad esempio sia l'Andrologo che il Ginecologo/a hanno sicuramente una



maggiore competenza del Medico di Base nel campo organico nel momento in cui parliamo di problematiche legate agli organi genitali mentre il Sessuologo avrà una maggiore competenza nel campo psichico ed emotivo della disfunzione sessuale rispetto ad un semplice Psicologo.

Ognuna di queste figure affronterà la questione sessuale secondo i metodi terapeutici che conosce.

Come trovare un sessuologo competente, una persona di fiducia?

Quando abbiamo capito, dopo un controllo organico, che la disfunzione sessuale ha origini psico-emotive, può essere utile rivolgersi ad un professionista.

In questi casi è sconsigliabile rivolgersi ad uno Psicologo che non abbia almeno una specializzazione in psicoterapia o non abbia almeno conseguito un corso quadriennale presso una scuola di Sessuologia Clinica – a Roma la più conosciuta è l'ISC.

Un professionista che ha queste determinate competenze, garantisce al paziente una competenza nel campo delle disfunzioni sessuali e sicuramente permette allo stesso paziente la possibilità di potersi fidare del professionista.

Consulente sessuale o sessuologo?

Nella scelta del professionista che può aiutarci può essere molto utile sapere se abbiamo di fronte un sessuologo o un consulente sessuale.

Generalmente quando ci riferiamo primo caso

(Sessuologo) sicuramente abbiamo di fronte un professionista che ha fatto almeno 2 anni di corso in Sessuologia Clinica ma ha anche conseguito una specializzazione come psicoterapeuta.

Nel secondo caso (Consulente Sessuale) generalmente ci troviamo di fronte uno psicologo con almeno con corso biennale in Sessuologia clinica.

Inoltre tra i professionisti che si definiscono Sessuologi possiamo trovare Andrologi, Ginecologi che hanno maggiori competenze in campo organico.

Rispetto alle definizioni su indicate vorrei sottolineare che quando parliamo di Sessuologo sia in campo psicologico che medico non esiste una definizione – almeno in Italia – ufficiale.

Ogni professionista si definisce Sessuologo in base alle competenze teoriche ed esperienze professionali (tipo di paziente che visita al suo studio) che ha nel campo della Sessuologia.

Generalmente chi si definisce Sessuologo è quel professionista che visita nel suo studio pazienti tendenzialmente con problematiche legate alle disfunzioni sessuali.

Dott. Giacomo Del Monte



Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza

Conoscere

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

Informare

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

Preparazione fisica

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

Preparazione tecnica

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

Abbigliamento

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

Alimentazione

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

Rinuncia

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

Emergenze

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

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

S.O.S. Montagna

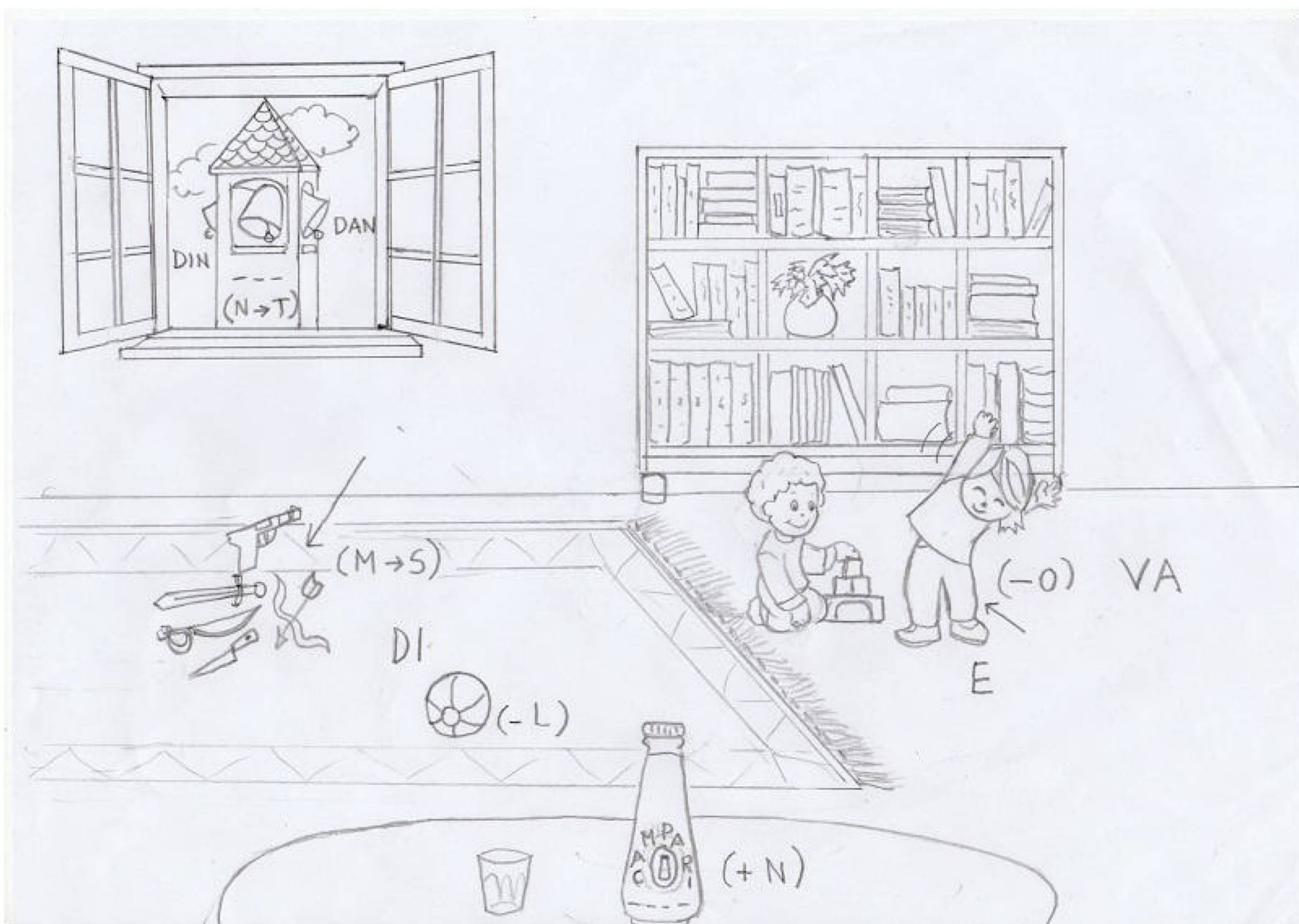
In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)























REBUS CON CAMBIO: 7, 2, 4, 5, 1, 5



(la soluzione verrà pubblicata nel numero di FEBBRAIO 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					

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



ORIZZONTALI:

1. Arnesi per boscaioli
4. Manifesto da camera
8. Questa in breve
9. Un'auto a Detroit
11. Fine della pazienza
12. Aerei che infrangono il muro del suono
16. Il monocolo del sommergibilista
17. Libro venduto in grandissima quantità
19. Il gigante figlio di Posidone
20. Ultimo piano di un edificio
21. Nota del redattore
22. Fiume della Sicilia che nasce dai Nebrodi
24. Strumento che serve a determinare una visuale
26. Un lubrificante
28. Dante è il... sommo
30. Una congiunzione inglese
31. Movimento involontario
34. Atteggiamento sdolcinato
36. Sigla di Torino
37. Abitanti locali dei paesi dell'America centro-meridionale
39. Contaminuti, temporizzatore
41. Insetti con il pungiglione
42. All'interno.

VERTICALI:

1. Associazione in breve
2. Meravigliosi, splendidi
3. Corda per impiccare
4. Dichiarati vincitori dopo lo spoglio delle schede
5. Piccolo armadio
6. Il nome di Greggio
7. Il dio sole egizio
9. Fu il secondo Patriarca di Costantinopoli
10. Quello terrestre è inclinato
13. Salite ripide
14. Nick attore ne "Il principe delle maree"
15. Tipico pane romano, a forma di filoncino rigonfio nel mezzo
17. Criminali, delinquenti
18. Ortaggio di colore rosso
23. Polvere profumata ricavata dal rizoma del giaggiolo
25. Tipo senza pari
27. Gioca il derby contro il Milan
29. Sportelli d'armadio
32. Istituto Nazionale delle Assicurazioni
33. Cassa Depositi e Prestiti
35. Un affluente del Rodano
38. Due in lettere
40. Sigla della città dei "Sassi".

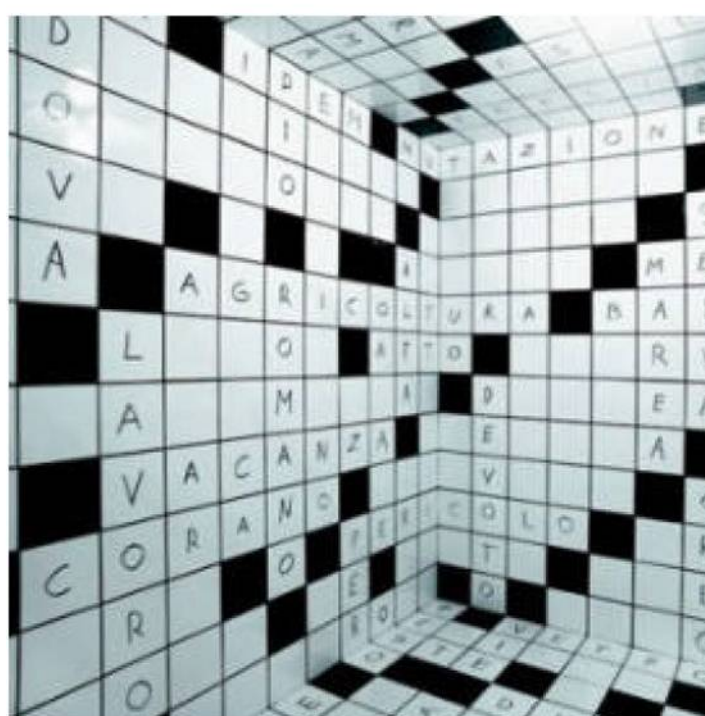


CRUCIVERBA

(Franco Griffone)

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

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

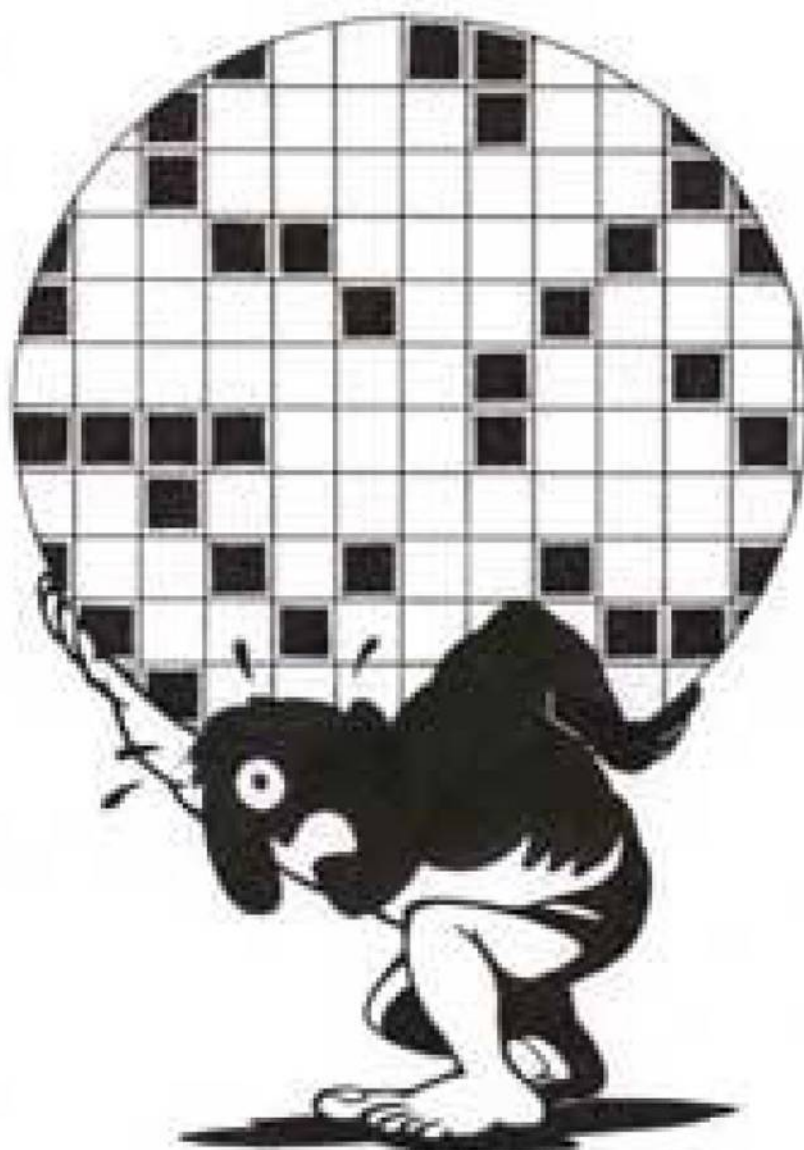


ORIZZONTALI:

- 1 un vano...anagrammato
- 4 il centro del Caspio
- 6 consegnati a mano
- 10 tutela ambiente montano
- 11 discorso in propria difesa
- 13 la fine delle pile
- 14 una Paoli giornalista di Rai News
- 15 Addison , scrittore sudafricano
- 17 si difendono i propri
- 19 celebre "uomo di frontiera" statunitense
- 21 Bari sulle targhe
- 22 le signorine torinesi
- 23 libretto per appunti
- 25 colmo fino all'orlo
- 27 si usa nella pesca sportiva
- 28 se il Re si specchia...
- 29 caduti per la Patria
- 31 lago ormai quasi asciutto
- 32 risiedevano sull'Olimpo
- 34 avvolgere in metallo prezioso
- 35 entità molecolare
- 37 si beve anche freddo
- 38 fugge da Troia
- 39 accertare
- 40 l'arsenio in chimica

VERTICALI:

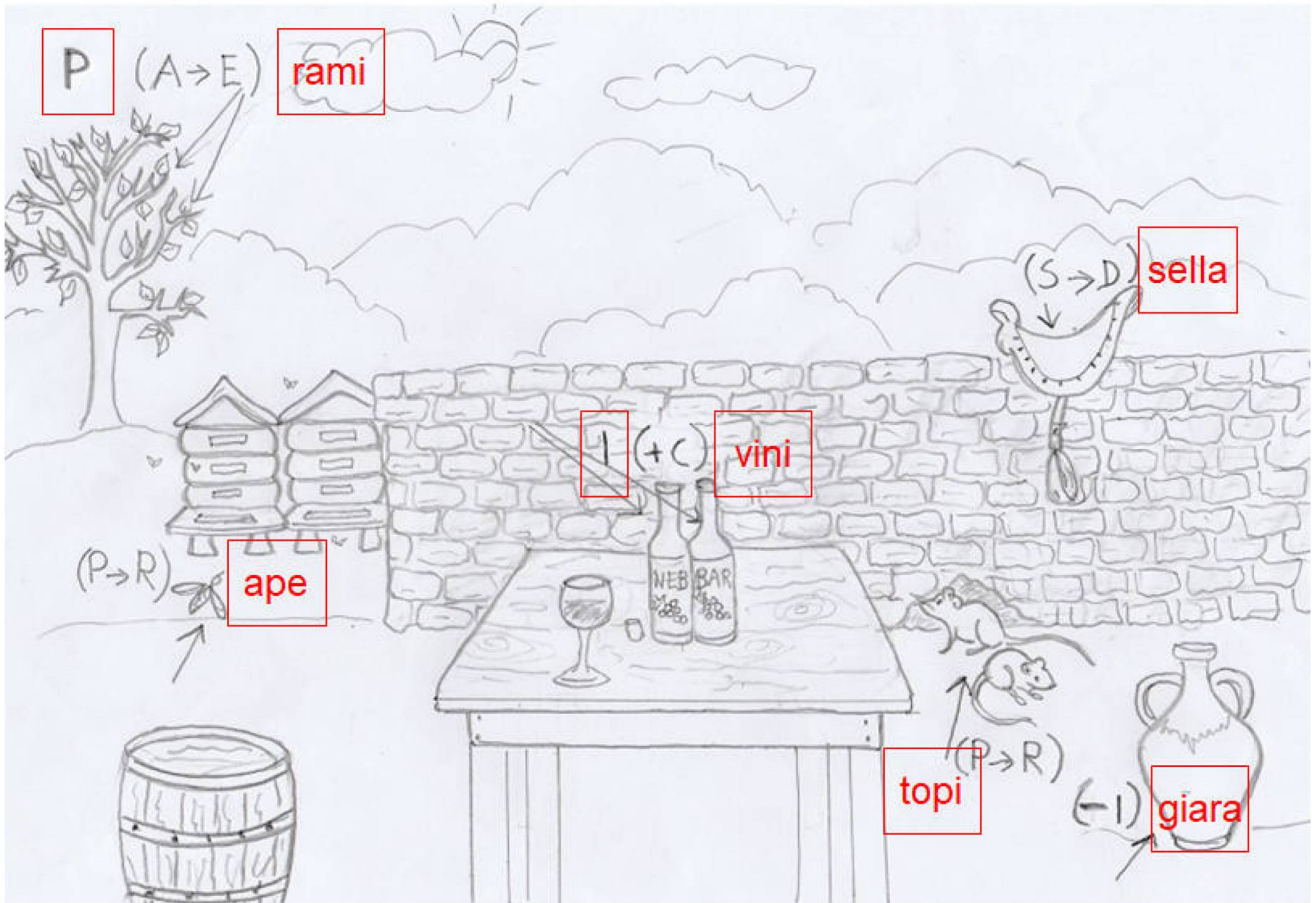
- 1 il centro del lato
- 2 non scaduti
- 3 piatto a base di uova
- 4 andarsene senza lasciare tracce
- 5 i puntini sulle cravatte
- 6 regalie, omaggi
- 7 varietà di calcedonio
- 8 una matita al centro
- 9 l'Anderson fondatore dei Jethro Tull
- 11 ti riempiono di complimenti
- 12 il suo nome scientifico è RUBUS IDAEUS
- 15 l'enciclopedia on line
- 16 visse sotto il Regno di Elisabetta I Tudor
- 18 è la terza città della Svizzera
- 20 vedere i particolari, considerare, osservare
- 21 la città sacra all'Induismo
- 24 capitale dell'Albania
- 26 anagramma di SERIO....., floreale
- 27 fantino, ciclista in inglese
- 30 un affronto grave
- 33 insegnante in breve
- 36 sono opposti a N-S





























Le soluzioni dei giochi del mese di DICEMBRE

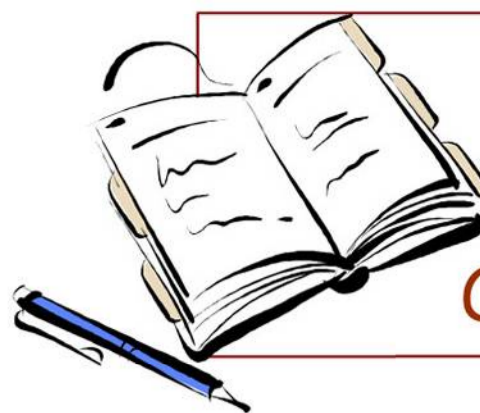
REBUS CON CAMBIO: 8, 1, 9, 5, 4

P rami ape I vin(c)i topi sella g(i)ara,
Premiare i vincitori della gara



1	D	A	R	E			A	T	M		A	L		
	10	P	A	S	T	A	F	R	O	L	L	A		
14	S	I		15	M	U	F	F	A		16	A	L	T
17	T	O	L	E	M	A	I	C	O		19	E	R	
U		20	P	R	O		21	T	I		22	A	N	A
F			23	A	R	A	T	A		24	C	A	V	
25	A	S	O	L	E		U		28	V	A	T	I	
29	R	A	N	D		30	M	A	T	E	R	I	A	
32	S	C	I	A	B	O	R	D	I	O		T		
I		S		34	A	S	I		O		35	D	A	
	36	S	C	A	R	S	O			38	B	O		
39	S	C	O	Z	I	A		40	A	M	A	C	A	

1	S	E	C	A	M		6	R	D		7	P	O	D	
10	E	M	A	N	A		11	T	E		12	M	A	R	E
R		13	R	E	L	E		14	T	I	L	L	I		
15	A	S	L		17	E	S	T	R	E	M	I			
	19	C	O	A	S	S	I	A	L	I		21	B		
22	C	I	E	L	I	I	M	M	E	N	S	I			
24	E	M	M	A		25	L	O	I		26	A	C	O	
	27	M	I	T	T	E	N	T	E		30	A	L		
31	P	I	L	A	R		32	I	E	S	I	N	O		
34	R	A	I		35	I	G	E		37	S	I	N	G	
E		38	O	N	T	A	R	I	O		41	E	I		
42	P	O		43	L	A	S	E	R		44	A	R	A	



Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

Gennaio all'asciutto, grano dappertutto

Gennaio, primo mese dell'anno secondo il calendario gregoriano, trae il suo nome dal dio romano Giano, divinità preposta alle porte e ai ponti, ma più in generale rappresentava ogni forma di passaggio e mutamento (difatti gennaio è il mese che apre le porte del nuovo anno).

Il calendario romano originale era più breve di quello gregoriano (304 giorni), in quanto i Romani consideravano l'inverno un periodo senza mesi. Fu Numa Pompilio ad aggiungere gennaio e febbraio, rendendo l'anno uguale a quello solare. Sebbene marzo rimase il primo mese dell'anno, gennaio lo divenne di fatto in quanto era il periodo in cui venivano scelti i Consoli.

Gennaio è il mese che inaugura l'anno nuovo. Tutti quanti si caricano di speranze e nuovi propositi, auspicandosi che il tempo che verrà sarà migliore di quello passato.

E' un mese importante, che simboleggia una nuova vita, un nuovo inizio e la cultura popolare ci ha regalato diversi detti e proverbi sul mese di gennaio che ci aiutano a leggerne meglio tutti i segnali e ad interpretare la natura per capire cosa ci aspetta in futuro.

Il freddo e la neve sono due elementi ricorrenti in quasi tutti i proverbi, così come tutte le festività, di cui gennaio è pieno.

Ed infatti spiegando il proverbio scelto per questo mese di gennaio, ricordiamo appena come per il mondo contadino, qualsiasi cambiamento meteorologico poteva distruggere un raccolto oppure garantirne uno buono. Si diceva quindi che se il mese di gennaio non fosse stato piovoso, ci si poteva aspettare un buon raccolto per i mesi successivi.

Ma per il mondo associativo dell'Unione Escursionisti... cosa rappresenta il mese di gennaio?

Rappresenta l'inizio di due fantastici programmi di attività sociali, uno con le ciaspole ai piedi, l'altro con gli sci di fondo: parliamo rispettivamente dei programmi 2019 di Escursionismo Invernale e di Sci di Fondo e Skating!

Vediamo quali appuntamenti ci attendono per il mese di gennaio.

- Domenica 13 e Domenica 20 gennaio avremo la prima e la seconda Lezione del 40° Corso Sci di Fondo e Skating presso comprensori sciistici ancora da definirsi in funzione di quelle che risulteranno essere alla data le migliori località per innevamento disponibile
- Domenica 13 gennaio percorreremo con le ciaspole il Sentiero Luigi XIV in alta Valle di Susa, un bellissimo percorso su strada





Napoleonica che dal Sestriere ci consentirà di attraversare il comprensorio sciistico della Via Lattea lungo il Crinale tra Cesana e Sestriere per scendere alla Cappella della Boursailles ed attraversare a media quota il comune di Sauze d'Oulx.

- Mentre invece Domenica 27 gennaio saliremo con le ciaspole al Colle S.Giacomo (valle di Lanzo) partendo da Cantoira frazione Vru'.

Tutto questo naturalmente richiederà un “ingrediente” fondamentale – anzi due - per la riuscita delle attività ovvero la neve e la vostra gradita partecipazione.

Ma voi ormai avete imparato a conoscere la UET per sapere che anche qualora di neve dovesse risultarne pochina, beh, o tramite piste innevate artificialmente per gli amici dello sci di fondo, o tramite qualche percorso diversamente scelto per gli amici delle ciaspole, qualcosa ci inventeremo...

Come sempre però l'importante (secondo ingrediente) è che voi ci siate!

Mauro Zanotto
Direttore Editoriale





Color seppia Cartoline dal nostro passato



Pranzo di chiusura Anno Sociale 1914

Avvertenze

1. Nella quota di L.5, da versarsi all'atto dell'iscrizione, sono comprese, oltre al pranzo, anche la mancia e la spesa per l'orchestra.
2. Le iscrizioni si ricevono presso la Sede Sociale fino a tutto Venerdì 20 corrente.
3. Al pranzo possono anche prender parte persone estranee alla Società purché presentate ai Direttori da un Socio.

La soppressione di alcuni treni della linea Torino-Rivarolo, rese d'impossibile attuazione la gita segnata in programma Castellamonte-Cuornè.

Difatti l'ultimo treno parte da Cuornè alle ore 18,58, assolutamente troppo presto per permettere di consumare con comodità un buon pranzo e di fare, dopo di esso, i soliti immancabili quattro salti.

E' perciò che i Direttori credettero bene di

sostituire all'annullata gita di chiusura un semplice pranzo che si pensò pure di differire a domenica prossima per comodità dei Consoci, i quali, altrimenti, avrebbero avuto due sere consecutive impegnate a causa dell'Assemblea Generale fissata per la sera del 16.

Il pranzo verrà servito nelle eleganti sale del Nuovo Ristorante Maffei alla vecchia barriera di Nizza. Così la vicinanza al centro di Torino della località, servita da parecchie linee di tram, permetterà di protrarre la riunione fino a tarda ora.

Le danze, per le quali avremo a nostra esclusiva disposizione la più grande sala del Ristorante, saranno rallegrate da una scelta orchestrina.

Quest'ultima prospettiva non mancherà certo di invogliare in modo particolare i giovani Consoci e le Signore e Signorine solite a frequentare i locali dell'Unione e partecipare alle nostre gite, ad iscriversi numerosi al pranzo.

I Direttori, pertanto, in tale previsione, rivolgono speciale invito ai Consoci di volersi iscrivere colla maggior sollecitudine possibile, onde non correre il rischio di vedersi esclusi dai posti migliori.

I Direttori

L'Escursionista

BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE ESCURSIONISTI DI TORINO

PRANZO DI CHIUSURA

al Nuovo Ristorante Maffei - Via Nizza, 112

Domenica 22 Novembre, ore 19



DISTINTA

Crema di pollo Allemand

Contro-filetto all'ortolana

Faraona arrosto

Insalata Margherita

Gelato alla siciliana

Formaggio e frutta

VINI

Chianti del Marchese Fassati

Barbaresco di Calissano

Champagne

Quota L. 5.

I Direttori:

CHIAVENTONE DOMENICO

LOVERA dott. FEDERICO

Chiaventone Domenico

Lovera Federico

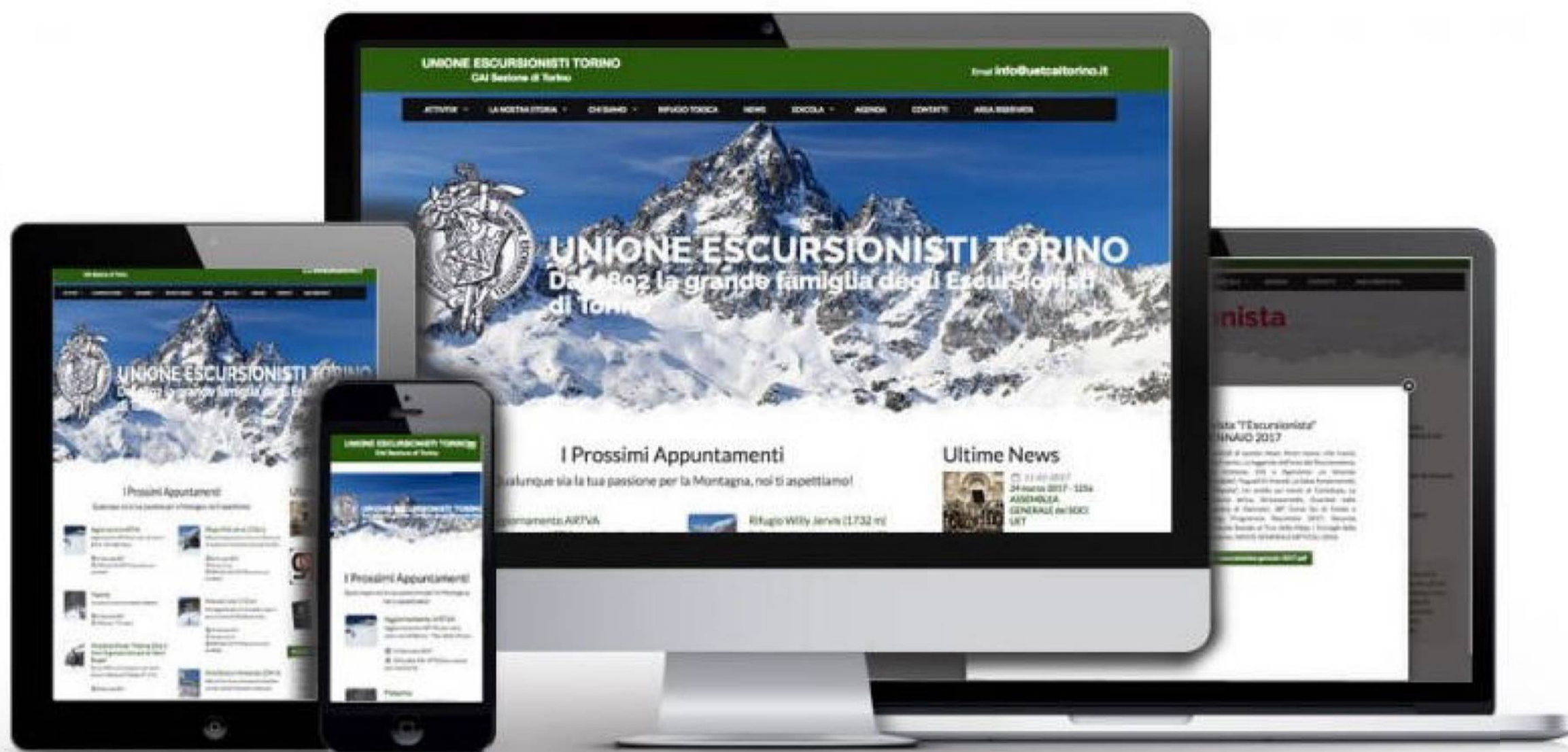
tratto da

L'Escursionista n.25 del 16 Ottobre 1914

BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE

ESCURSIONISTI DI TORINO





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!

*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!*

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

AUGURI !!!

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

*Scrivici alla casella email
info@uetcaitorino.it*

l'Escursionista
la rivista della Unione Escursionisti Torino

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

segui su



Gennaio 2019