



# l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Aprile 2019

€ 0,00

## Tsa de Fontaney

Alla scoperta del vallone di Saint Bartelemy

## Piccoli racconti delle stube

Storie e leggende delle Dolomiti

## Un anello nella valle del rio Agrevo

Alla ricerca di alpeggi abbandonati e dell'acquedotto dei Poetti

## SconfinaMenti

La Valle Gesso e la rappresentazione fotografica di un territorio alpino di frontiera

## Venti giorni a Lomè

Il racconto di un'avventura ai confini del Mondo

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 66/2019

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



## Impronte

Vorrei ricordare con queste poche righe, una persona che è stata molto importante per la UET e della quale, il 24 marzo ricorre il secondo anniversario della sua scomparsa: questa persona è Piero Dosio, grande trasciatore e una persona molto attiva.

Era sempre interessante sentire i suoi racconti alpinistici e le sue conoscenze della montagna e degli uomini di montagna.

Per l'UET Piero ha fatto molte cose importanti come il progetto per la ristrutturazione del Rifugio P.G. Toesca ed ha seguito tutte le modifiche e le migliorie fatte negli anni seguenti.

Il suo affetto per questo rifugio lo ha sempre visto presente alla festa sociale di fine stagione escursionistica estiva tradizionalmente fatta al Toesca.

Dopo l'uscita dall'UET della Scuola di sci fondo escursionismo, il gruppo fondo era praticamente senza organizzatori ed a Piero Dosio va attribuito il merito della formazione tecnica dei nuovi responsabili, della loro preparazione sotto il profilo organizzativo e del trasferimento di quel senso di responsabilità con il quale gli attuali organizzatori continuano a portare avanti le attività dello sci di fondo.

Tutti ricordiamo la sua voce tonante che sovrastava tutte le altre, la sua schiettezza ed i suoi rimproveri se non eri puntale al ritrovo del pullman dopo un giorno sugli sci o al termine di un'escursione: "lu lasuma si" diceva (*lo lasciamo qui... non lo aspettiamo..*), cosa che naturalmente non avrebbe mai fatto visto il suo profondo senso di responsabilità.

Ricordo che in una escursione al mare, forse al Monte Carmo, nell'ultimo tratto in salita era rimasto ultimo, tutti erano già sulla cima e lui saliva molto piano. Questo mi aveva colpito visto che era sempre nel gruppo di testa e salendo assieme chiacchierando e guardando il panorama, per distrarre la fatica, compresi che Piero era invecchiato.

Piero ha ancora proseguito per un po' sia con lo sci che con le camminate, poi ha iniziato a ridurre gradualmente la sua attività fino ad interromperla del tutto poco prima della sua malattia.

Grazie Piero.

E ricordando gli altri amici dell'UET che già "sono andati avanti", vorrei ricordare Claudia Spagnolini, che ci ha lasciati da quasi un anno.



Sezione di Torino





Claudia aveva frequentato le uscite e i trekking dell'UET ma negli ultimi anni non era più presente perché lavorava ed abitava ad Asti. Era una persona solare con un bel sorriso accattivante, ma molto riservata.

Pur non potendo dire di averla conosciuta bene, abbiamo fatto tante escursioni e trekking insieme e mi piace ricordarla mentre, con un gruppo di Uetini, camminiamo in una bella pineta delle Dolomiti.

Ciao Claudia, ti ricordiamo in questo modo.

**Domenica Biolatto**  
Presidente UET



Sezione di Torino





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

## Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 7 – Numero 66/2019  
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](mailto:info@uetcaitorino.it)

Sito Internet : [www.uetcaitorino.it](http://www.uetcaitorino.it)

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

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

## Sommario Aprile 2019

Editoriale – Riflessioni della Presidente

**Impronte** 02

Ciastre – La rubrica dell'Escursionismo Invernale

**TSA de Fontaney** 05

**Festa di chiusura delle attività invernali** 07

Il cantastorie Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

**Piccoli racconti delle stube:**

**La leggenda delle piramidi di terra  
di Collepiastra** 10

**La leggenda del cavaliere del  
Castello di Cornedo** 11

Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweiss

**Si J'Etai** 17

Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare

**Il Pane della Liguria** 21

C'era una volta - Ricordi del nostro passato

**Dov'è finito il piemontese?**

**Anté a l'é finì 'l piemontèis?** 26

la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna

**SconfinaMenti**

**La Valle Gesso e la rappresentazione fotografica  
di un territorio alpino di frontiera** 29

Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli

**Un anello nella valle del rio Agrevo**

**Alla ricerca di alpeggi abbandonati e  
dell'acquedotto dei Poetti** 34

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

**Spondilosi, Spondiloartrosi, Spondiluncoartrosi e  
Sclerosi vertebrale.**

**Cosa sono e trattamenti possibili** 39

Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici

**Strizzacervello** 43

Prossimi passi - Calendario delle attività UET

**Quando tuona d'Aprile buon segno  
per il barile** 50

Color seppia - Cartoline dal nostro passato

**Monte Pietraborga** 52

Reportage – Ai confini del mondo

**Venti giorni a Lomè (seconda parte)** 54

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

[info@uetcaitorino.com](mailto:info@uetcaitorino.com)

## TSA de Fontaney

*Alla scoperta del vallone di Saint Bartelemy*

Questa volta tocca alla valle d'Aosta ospitarci. Oggi infatti andremo alla scoperta del vallone di Saint Bartelemy incastrato tra la val Pelline e la val Tournenche. Poco frequentato ma assolutamente da non perdere per la bellezza delle borgate che si incontrano, risalendo la strada che lo percorre, e la magnificenza dei suoi boschi.

Val d'Aosta significa per noi "Uettini" colazione all'autogrill di Scarmagno ed è lì infatti che ci compattiamo avendo Luca, Carlo ed io disertato l'appuntamento di Torino.

Usciti dopo esserci rifocillati, ci si accorda per un nuovo e definitivo ritrovo all'uscita del casello di Nus, dovendo Beppe passare a caricare Domenica ad Ivrea.

Ahimè, sono con Luca in macchina e, come già successo nell'uscita diretta al colle S.Giacomo, anche oggi il navigatore decide, in modo autonomo, di farci percorrere una breve, e poco panoramica, digressione sulle strade della valle. Infatti ad una rotonda, complice una indicazione poco chiara, ci



guida in una direzione che dopo pochi metri ci risulta ovviamente errata costringendoci ad una inversione ad "U" forse poco dignitosa, ma corretta.

Sulla strada finalmente esatta oltrepassiamo Lignon e Cret-Saquignod per poi parcheggiare in un ampio e apposito spazio, sulla destra della carreggiata, vicino alla partenza delle piste di sci di fondo poco sotto la frazione di Porliod.

Le vetture ferme non sono, per ora, numerose comunque appare subito evidente che le piste sono aperte ed il centro fondo funzionante. Ammiro in silenzio il paziente lavoro degli addetti che riescono con poca neve a garantire comunque agli appassionati la percorribilità del comprensorio.

Un cartello eloquente, prima di una scala, recita: è vietato passare a piedi o con le racchette da neve! Ci chiediamo come sia





possibile affrontare quei 6/7 gradini unicamente con gli sci...

Scherzi a parte risaliamo per un breve tratto la pista per poi imboccare una strada poderale che si inoltra nel bosco.

La neve continua ad essere scarsa. Comincio a pensare tra me: aver lasciato le racchette in macchina è stata una mossa saggia o una colossale baggianata?

La pineta è stupenda (alcuni esemplari hanno raggiunto ragguardevoli dimensioni) ed è all'uscita di questa che arriva la risposta alla mia domanda. Tutto il terreno è scomparso sotto un bellissimo strato di neve per fortuna, almeno per ora, compatta!

La traccia è comunque evidente e come non bastasse, ad intervalli regolari, sono presenti paline rosse che ci permettono in breve tempo di raggiungere lo splendido alpeggio situato in una spianata dominata dall'imponente mole del Morion.

La giornata è a dir poco stupenda. Nessuna nuvola, niente vento, sole a palla, un tepore meraviglioso uno scorcio fantastico sul gruppo del monte Rosa con il Castore ed il Lyskamm che fanno capolino laggiù in fondo.

Con evidente gusto ci si rifocilla e data la clemenza del tempo con Luca facciamo una breve dimostrazione sull'uso dell'ARTVA alle persone interessate (Antonio) che poca manualità hanno con questo prezioso ed indispensabile strumento.

Per evitare sprofondamenti o galleggiamenti poco piacevoli si decide di ripartire pur se a malincuore.

Foto di gruppo e via giù verso valle. Con qualche difficoltà e qualche divertente taglio torniamo al parcheggio ora strapieno.

Domanda un po' frequente tra noi: andiamo al bar? Ma certoooo. Tralascio per pudore e saggezza antica di nominare sia il bar sia il paese dove si trova, onde evitare maledizioni ed ingiurie varie. Non andateci!

Anche oggi è finita e cosa molto importante è finita nella soddisfazione generale per la giornata passata in piacevole compagnia in un bellissimo ambiente, lontani dalla città, dal suo grigiore, dalla sua incombente ed assillante inquietudine.

Ciao e grazie ai miei 12 compagni di viaggio.

**Franco Griffone**

## *Festa di chiusura delle attività invernali*

Non si poteva più rimandare.

Se lo scorso anno il crollo verticale delle presenze, mi avevano obbligato ad un vergognoso ritiro, quest'anno non ci sono scusanti. Al rifugio bisogna andare.

Per prudenza mi sono mantenuto "basso" al momento della prenotazione (10/12 posti al massimo)

eppure nonostante questa misera accortezza, ci troviamo solo in 8 al momento della partenza.

Qualcosa non funziona più.

Evidentemente la prospettiva di passare un weekend sulla neve non attira.

Forse perchè i costi lievitano, forse perchè i chilometri da percorrere sono tanti o semplicemente a questo punto della stagione subentra una nausea da neve, anche se quest'anno di neve se ne è vista pochina.

Nonostante l'ora mattutina siamo puntuali al ritrovo, fissato al primo autogrill dopo il casello di Rondissone.

Breve conciliabolo e via in macchina per iniziare il percorso stradale che, dopo una breve sosta per la colazione, ci conduce a Valdo. Da qui, mediante l'ausilio della seggiovia di Sagersboden guadagniamo rapidamente di quota.

Alla stazione terminale scendiamo e calziamo le racchette da neve iniziando così l'escursione vera e propria.

Il Myriam ( 2050 mt) si trova in val Vannino di Formazza ed è aperto praticamente tutto l'anno. Si tratta di una struttura in pietra che fu edificata contemporaneamente ai lavori di realizzazione della diga di contenimento denominata "Polmone" (oggi dismessa) e della condotta forzata.

Successivamente è stata ceduta all'ACLI nel 1954 e poi ristrutturata negli anni settanta e novanta.

Attualmente è gestita da Lorenzo e Cecilia Cova. Il percorso è bellissimo con brevi tratti pianeggianti alternati a strappi un po' più severi ed è quindi senza particolari problemi che raggiungiamo il rifugio.

La giornata è a dir poco stupenda: sole

confortante, niente vento.

Lorenzo ci accoglie festosamente mostrandoci la camera in cui passeremo la notte. Data l'ora permissiva ci accordiamo rapidamente per prolungare la passeggiata in direzione del vicino rifugio Margaroli (2194 mt) raggiungibile in circa 40 minuti.

Ed è così che Valter, Antonio, Barbara, Giorgio, Beppe ed io partiamo lasciando al Myriam Luca e Laura colti da un attacco di pigrizia.

La traccia da seguire è perfetta e dopo un breve tratto di fuori pista ci ritroviamo sulla strada percorsa in mattinata.

Tenendo d'occhio alcuni pendii raggiungiamo infine il Margaroli gestito dal cai di Domodossola. La costruzione è situata nei pressi del lago Vallino e dominata dalla punta Arbola.

E' ora di pranzare ed è inutile dire con quale cura spazzoliamo quel ben di Dio che l'ottima cucina ci sforna. Sazi e ristorati usciamo fuori ad assaporare la pace per gli occhi e per l'animo che quello splendido luogo dispensa a piene mani... (che peccato però quell'elettrodotto monumentale).

Il ritorno è senza storia ed è nel cuore del pomeriggio che ci ricongiungiamo a Laura e Luca al Myriam.

Pigramente passano le ore e sono le 19 quando affamati (che novità) ci accomodiamo in sala pranzo.

Il pasto per dirla rudemente è senza infamia e senza lode. Bene o male ci si prepara per la notte con la difficoltà di doverci accontentare. Per una concomitanza di fatti avversi infatti, nel rifugio non c'è acqua corrente e per lavarsi il minimo indispensabile dobbiamo arrangiarci con i "fusti rubinetto".

Il rifugio è pieno: ci sono infatti oltre a noi, una scuola di sci alpinismo con una trentina di allievi ed un pugno di donne che, legate da amicizia, ha deciso di passare un fine settimana diverso. Il letto è per me scomodo e complice anche l'ora da galline in cui mi sono coricato, sono le 4 quando scendo nella sala ed inizio a leggere supportato dalla frontale, un buon libro.

Le ore passano, scende Luca, scende Giorgio, scendono gli sci-alpinisti, le ragazze ed infine alla spicciolata tutti gli altri. Poco a



poco il rifugio inizia a svuotarsi ed anche noi, consumata la colazione, ci apprestiamo alla discesa.

Pago il conto, ringraziando ancora Lorenzo per averci conservato una buona parte dell'acconto dello scorso anno, usciamo all'aperto e via giù verso valle.

E' presto quando arriviamo alle macchine in quel di Valdo e come avevo già accennato durante il sabato, decidiamo di terminare la giornata con una visita culturale da farsi alla chiesa monumentale di Baceno, comune della provincia Verbano-Cusio-Ossola, posto ad una altitudine di 655 metri.

Il toponimo di Baceno deriverebbe, secondo alcuni ricercatori, dalla *Bacinum* dei romani che in questa località avevano edificato una propria stazione alpina. La chiesa parrocchiale monumentale è uno storico edificio del secolo X. La cappella originaria a pianta rettangolare era ubicata ove ora vi è il presbiterio. Costruita in romanico-lombardo fu dedicata a San Gaudenzio, primo vescovo di Novara. Il primo ampliamento va collocato tra il XII ed il XIII secolo. Verso la fine del XV secolo fu dato inizio alla costruzione delle navate laterali evidenziando così lo stile gotico e contemporaneamente ebbe inizio la stesura degli affreschi che furono completati solo nel

1542 con la grande crocifissione sulla parete destra del presbiterio.

Tutto sommato dunque è un edificio ricco di arte e storia senza dubbio meritevole, se passate da quelle parti, di una visita.

Basta così? Neanche per sogno! I vicini orridi di Urieggio sono, per noi escursionisti, un richiamo irresistibile.

Così seguendo una serie di cartelli esplicativi esploriamo, almeno in parte, quello più vicino a Baceno.

Godendoci la giornata, anche oggi splendida, scendiamo a Crodo dove, andando a "naso", scoviamo il ristorante Marconi ove ad un prezzo ragionevole tacitiamo i morsi della fame.

Ora è veramente finita.

Saluti, baci, abbracci e via verso casa, non senza esserci dato appuntamento per domani.. la stagione dell'escursionismo estivo è alle porte.

**Franco Griffone**

# Il rifugio Toesca riconosciuto come una "Eccellenza Italiana"!



  
PREMIO  
ECCELLENZE  
La guida tra le Eccellenze italiane.

APERTO  
nei fine settimana  
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.

### La leggenda delle piramidi di terra di Collepietra

Qui una volta si estendeva un bellissimo prato, il quale per generazioni veniva lavorato dal contadino del maso "Dosser" ed il rendimento era destinato a mantenere il sacerdote del paese. Quando, nonostante ripetuti richiami da parte della parrocchia, un giovane contadino rifiutò di pagare il dovuto fitto, venne incaricato il tribunale di Collepietra a rilasciare il verdetto. In mancanza di certificati documentati ed innanzi al giuramento del contadino, bensì in mala fede, gli venne attribuito il prato.

Oppresso il sacerdote, soddisfatto l'avidò





contadino, tornarono alle loro case. Ma poco dopo nuvoloni neri coprirono il cielo e la luce del giorno si oscurò. Era imminente qualcosa di poco rassicurante. Ebbe inizio un diluvio, fulmini che lampeggiarono, tuoni che rombarono, scoppiò una tempesta come non si era mai vista a Collepietra.

La tempesta diminuì solamente verso il mattino e quando il contadino del maso "Dosser" andò al prato per falciare l'erba fresca, non credette ai suoi occhi: davanti a lui un abisso profondo dal quale si elevarono solamente alcune torri di terra. Dio fece giustizia, ma diversamente da come la pensò l'uomo.

### *La leggenda del cavaliere del Castello di Cornedo*

Si narra che un cavaliere visse con la sua famiglia e la sua servitù in quel castello che era attorniato da campi, pascoli, boschi e vigneti coltivati dai suoi contadini.

Il castello era in una posizione strategica:

*Le piramidi di terra a Collepietra. Per raggiungere il luogo dove sorgono queste piramidi, è necessario intraprendere un'escursione di 3 ore, con partenza dal centro di Collepietra. Lo spettacolo è assicurato!*

dominava strade e sentieri della Val d'Isarco e della Val d'Ega.

Il Signore del castello si sentiva in una roccaforte, invincibile e sicuro di sé. Un brutto giorno la peste colpì queste zone e molte vite umane furono colte dalla "morte nera". Quelle terre rigogliose e ridenti si erano trasformate in un teatro di morte.

La Paura regnava ovunque e raggiunse presto anche il castello, in silenzio e in punta di piedi. L'audace cavaliere aveva un nemico senza volto, colpiva a morte senza guardare in faccia a nessuno.

Come combatterlo? Si chiuse nella cappella del castello invocando la Madonna e promettendo di fare un pellegrinaggio fino al Santuario della Madonna di Pietralba se la sua gente fosse stata risparmiata da



*Sveltante su una sommità rocciosa all'apparenza inespugnabile nelle vicinanze di Bolzano, Castel Comedo è una fortificazione imponente che viene citata per la prima volta nel 1297.*

quell'orrida fine.

La "morte nera" aveva trovato un degno avversario, non riuscì a superare le mura del castello, qualcosa di misterioso e invisibile avvolgeva coloro che vi abitavano e li proteggeva da ogni male.

A poco a poco la peste si dileguò e la vita normale tornò ai villaggi, gli artigiani ripresero le loro attività, i contadini tornarono ai loro campi.

Era come svegliarsi da un brutto incubo. Ben presto però il cavaliere dimenticò le promesse fatte, organizzò feste e tutto ritornò come se nulla fosse accaduto.

Il passato era passato. Ma la Morte non dimenticò e venne a riprendersi ciò che era stato risparmiato!

Il castello oramai disabitato da tantissimi anni

veniva guardato con sospetto dalla gente che per caso passava da quelle parti e che preferiva tenersi al largo da quel luogo in passato "maledetto".

Ma in una notte... quelle notti buie e silenziose più del solito, i morti del castello, avvolti nei loro mantelli, a cavallo, tornarono nella loro vecchia dimora, come se fossero guidati da un richiamo irresistibile. In fila ad uno a uno, seguendo lo scheletro del Signore del Castello, si misero in cammino per assolvere in loro voto.

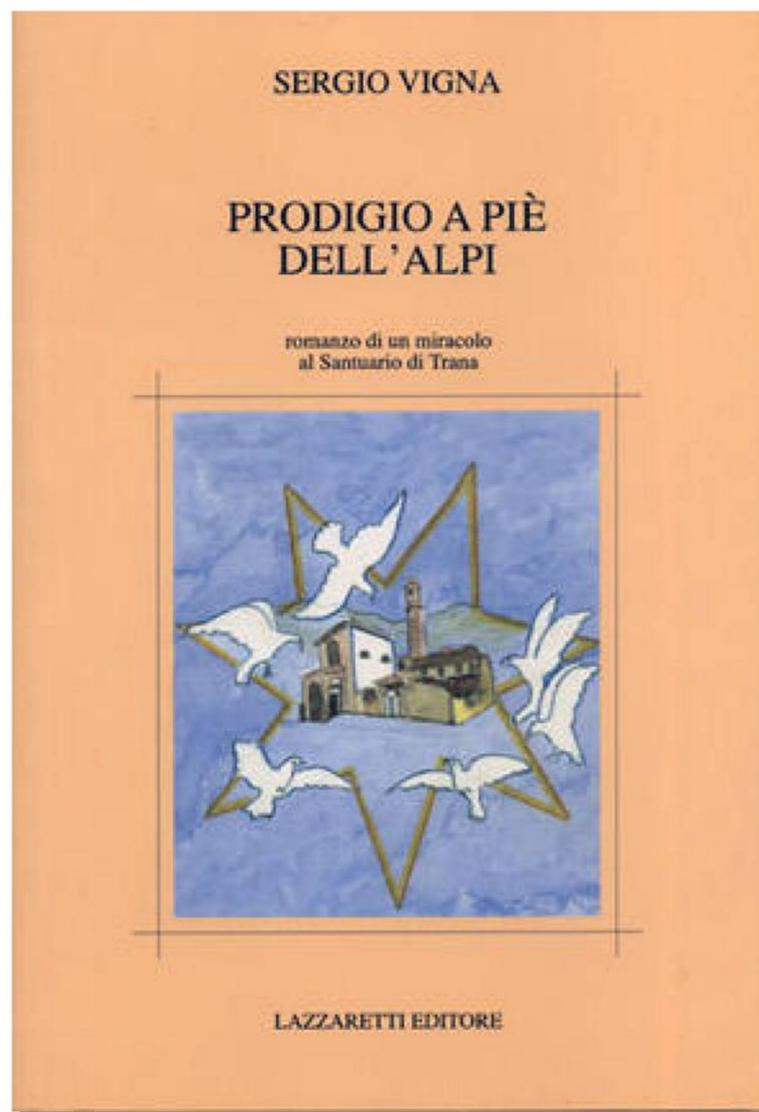
Cavalcarono fino a valle, salirono sul monte opposto, attraversando prati e boschi fino ad arrivare a Pietralba e trovare la pace e il sonno eterno nelle loro tombe.

**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 suggerirlo al viandante scrittore. Nasce Rinaldo, protagonista d'invenzione, e con lui il miracolo di una novella che reca il gusto e la sensibilità delle buone cose antiche...

Federico Audisio di Somma

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

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

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

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





*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».*

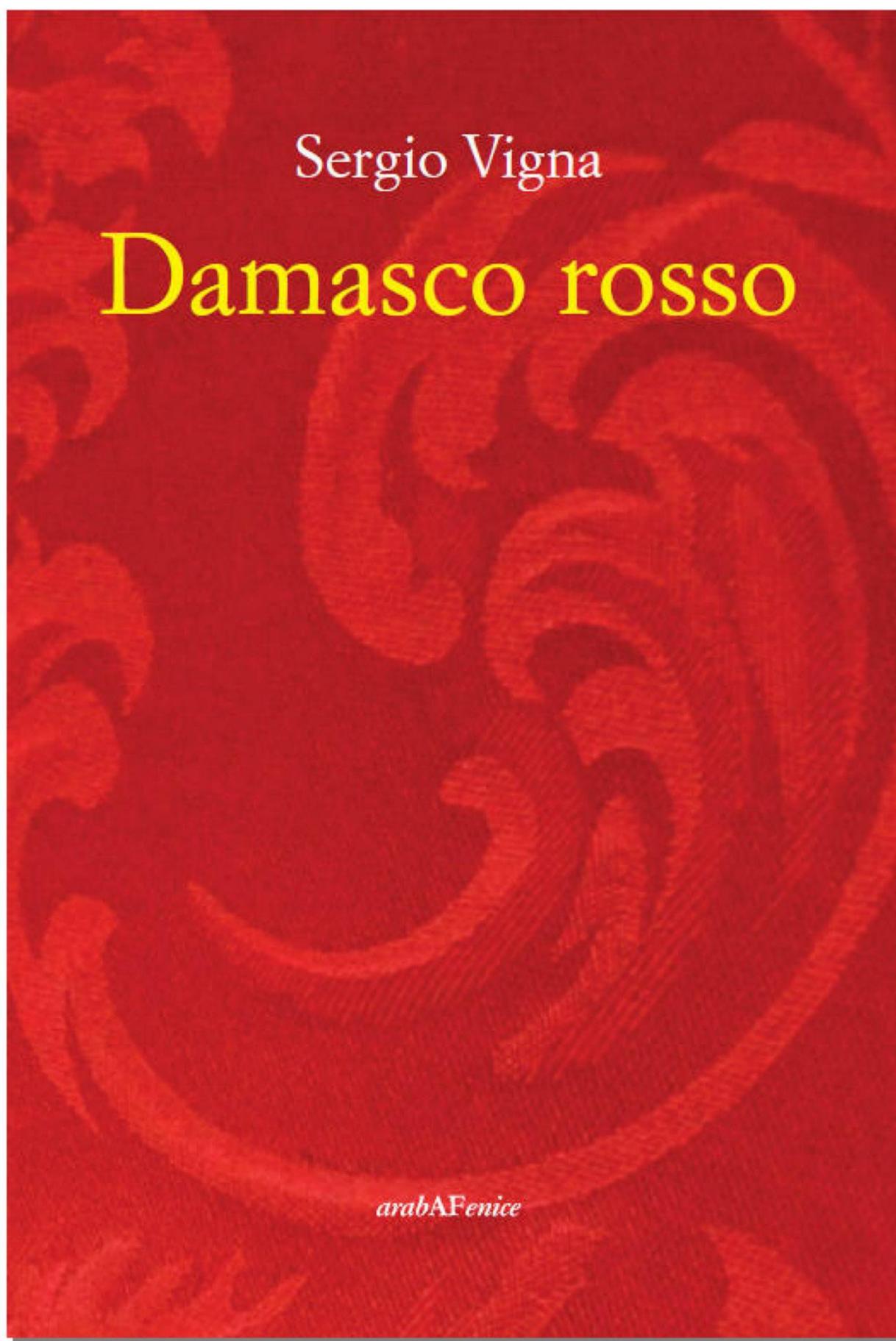
*«Cosa vuoi che sia una ramanzina, un'altra medaglia da appendere al petto e smerdare quegli stronzi che ci credono dei bambini paurosi» soggiunse Salvatore.*

*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.*



*Si j'étais le printemps  
je parsème rais le sentier  
des bébés  
de pétales de roses  
pour qu'ils trottaient  
vers leur vie.*

*Si j'étais l'été  
je remplirais le coeur  
des jeunes  
de rayons de soleil  
pour réchauffer d'amour  
leur vie.*

*Si j'étais l'automne  
je remplirais le panier  
des adultes  
de fruits délicieux  
pour adoucir le chagrins  
de leur vie.*

*Si j'étais l'hiver  
je couvrirais le coeur  
des vieillards  
du plus souple coton  
pour que la mort  
ne le trouve pas.*

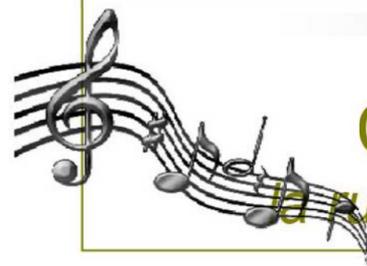
Con le parole di Jole Treves, Corrado Margutti ha composto questo canto per coro a quattro voci pari, nel quale vengono descritte le quattro stagioni dell'anno paragonate alle fasi della vita dell'uomo.

La Primavera all'infanzia (cantata a 4 voci)

L'estate alla gioventù (cantata dai tenori secondi).

L'autunno alla maturità (cantata dai baritoni)

L'inverno alla vecchiaia cantata dai bassi).



Andiamo adesso a scoprire chi è questo compositore (tratto dalla biografia dell'autore):

**Corrado Margutti** è nato a Torino dove ha poi completato i suoi studi presso il Conservatorio "Giuseppe Verdi". Si è laureato in Composizione, Musica corale e direzione corale, Orchestra sinfonica e Educazione musicale sotto la guida di Gilberto Bosco, Daniele Bertotto e Sergio Pasteris.

Ha inoltre completato presso lo stesso Conservatorio un master in Composizione. Nel 2007 e nel 2008 ha vinto una borsa di studio dell'associazione De Sono.

Come compositore ha vinto numerosi premi e riconoscimenti in competizioni nazionali e internazionali, tra cui il Concorso Florilège Vocal de Tours nel 2000 (Francia), il Concorso Internazionale di Composizione a Las Palmas (Spagna) nel 1999 e nel 2002, il Concorso ACP a Biella (Italia) nel 2000, il Concorso di armonizzazione ad Aosta (Italia) nel 1999, e concorsi di composizione associati al Concorso per seminari di canto corale della Valle d'Aosta (Italia) dal 1999 al 2006.

Nel 2001, ha partecipato alla trascrizione di JS Bach The Art of Fugue, un progetto organizzato e diretto da Luciano Berio alla Experimental Opera Company di Spoleto (Italia). Molte delle sue opere sono state pubblicate da Edizioni Carrara (Bergamo, Italia), A Coeur Joie (Lione), Gobierno de Canarias (Las Palmas) e Astrum (Trzic, Slovenia).

Corrado Margutti è direttore artistico del Coro del Bric (Torino), Coro Saint-Vincent (Aosta) e Corale Roberto Goitre (Torino).

Si esibisce regolarmente come cantante in Italia e all'estero, avendo recentemente registrato L'amante di tutte di Baldassarre Galuppi al Teatro Comunale con l'Orchestra Filarmonica (Piacenza), oltre a Madama Butterfly e Rigoletto con Casa Editrice Ricordi.

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=B2ShnAVhWtw>



Nel 2006 ha cantato la prima esecuzione italiana di Man and Boy DADA di Michael Nymans al Teatro Regio (Torino) e ha cantato la prima mondiale di Il Colore di Cenerentola di Alberto Cara al Teatro Regio nel 2007 (Torino) e al Teatro Comunale (Bologna) nel 2008.

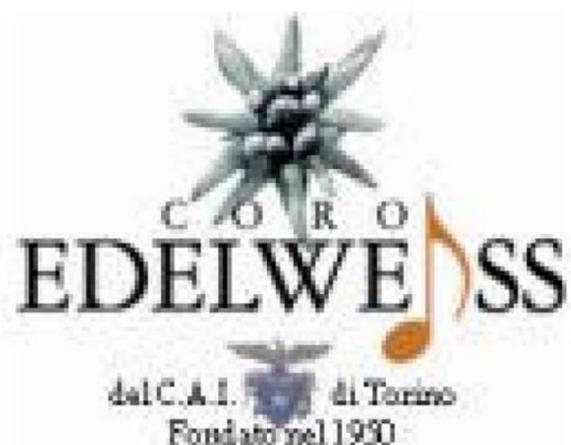
Ha anche cantato nella prima italiana di Daniel Variations di Steve Reich a Milano con Sentieri Selvaggi, e nel 2008 ha cantato la prima esecuzione italiana di Van Gogh di Michael Gordon.

Dal 2008 al 2014 Corrado Margutti è stato al Conservatorio "Giorgio Federico Ghedini" di Cuneo. Dal 2014 insegna al Conservatorio "Antonio Vivaldi" di Alessandria.

**Valter Incerpi**



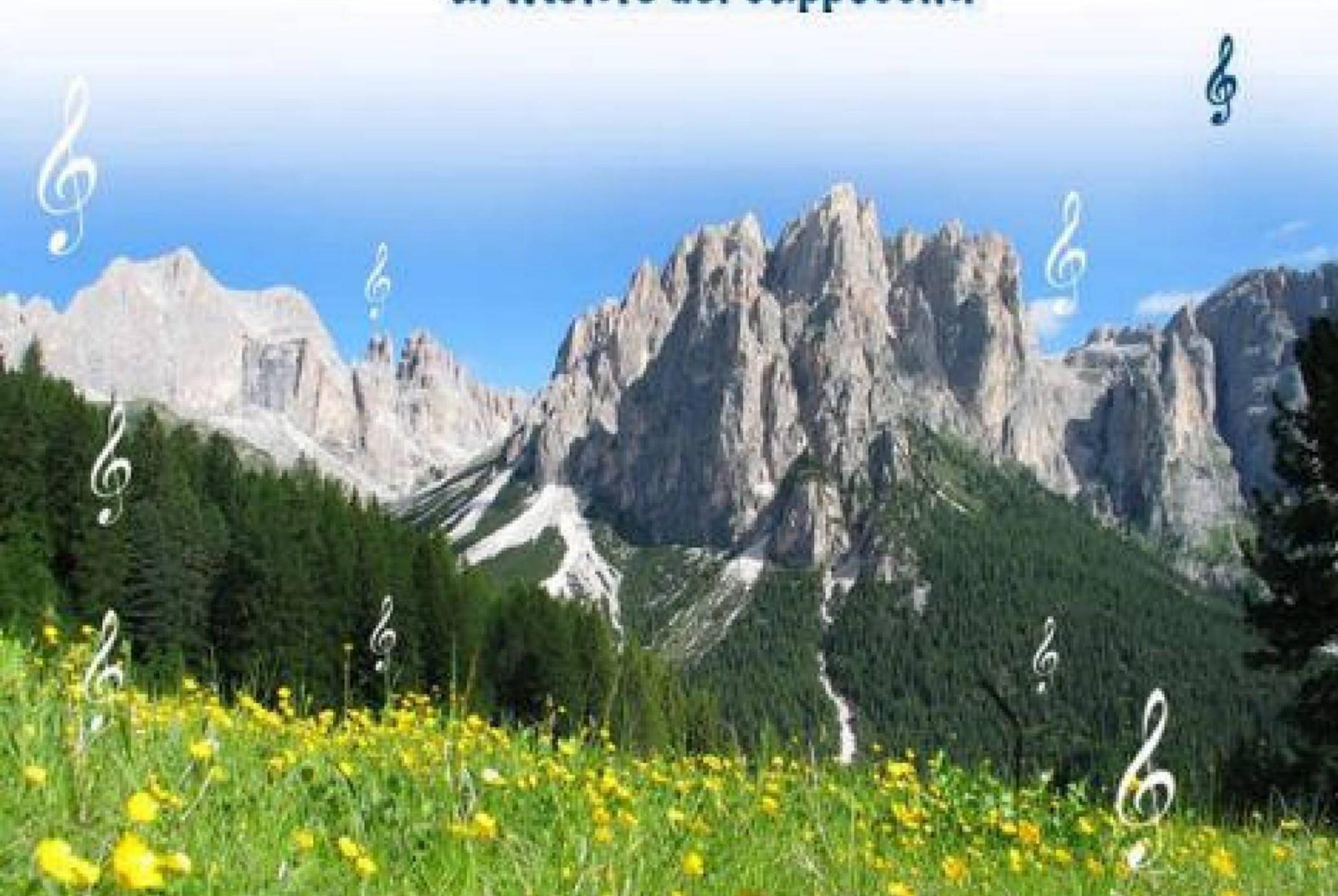
*Nasce nel 1950 il **Coro Edelweiss** del CAI di Torino, da un gruppo di giovani ed entusiasti amanti del canto di montagna. Conta oggi 35 elementi, tutti rigorosamente dilettanti. Nella sua lunga storia, ha visto passare oltre 180 coristi, 5 diversi maestri, ha eseguito centinaia di concerti in Italia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



**Coro Edelweiss del CAI di Torino**

**Cerchiamo coristi!**

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



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

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

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

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



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



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

**Roberto Mantovani, Monviso L’icone della montagna piemontese**

## Il Pane della Liguria

*Amici de "Il Mestolo d'oro" ben ritrovati.*

*Questo mese percorreremo la bellissima Liguria alla ricerca dei suoi pani storici.*

*Il pane da sempre ha rappresentato l'alimento primario di ogni popolo e con i suoi ingredienti, il pane ha sempre raccontato la storia delle genti che lo preparavano e lo consumavano.*

*Quali sono quindi i pani che sono stati infornati in terra ligure e sono sopravvissuti, impasto dopo impasto, fino ad oggi?*

*Tra i tanti pani che la Liguria ha saputo tramandare alle generazioni future, questo mese ve ne proporrò tre, e tutti tre davvero eccezionali: il pane di Triora o "pane delle streghe", il pane di Chiavari, buonissimo ed arricchito con pasta d'oliva e le Ciappe, sottili, croccanti e saporite.*

*Pronti stupire (ancora una volta) i vostri commensali, portando a tavoli questi capolavori da forno?*

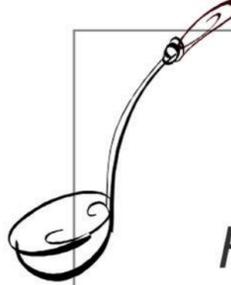
### Il pane di Triora

Per cominciare una piccola curiosità sul nome del luogo: può alludere sia alle tre bocche di Cerbero che alle tre gole create dai torrenti Corte, Argentina, Capriolo che ancora ai tre prodotti agricoli principali, cioè vino, castagne e grano.

Questo borgo è molto conosciuto per le streghe, o bàggiure, che si crede praticassero i loro riti nei boschi attorno e per questo furono processate e bruciate. Il pane si riallaccia a questa storia perché si dice che tra gli ingredienti che lo componevano ci fosse anche la segale cornuta (cioè il cereale infettato dalla *Claviceps Purpurea*) che una volta ingerita causa alterazioni al sistema nervoso attraverso gli alcaloidi che contiene.

Attualmente il pane di Triora viene prodotto con tre diversi tipi di farina (0, 00 e grano saraceno) e il lievito madre; l'impasto viene lasciato lievitare per tutta la notte e il giorno seguente si prosegue nella lavorazione.

Le pagnotte, di forma tondeggiante, vengono adagate su un letto di crusca e fatte riposare e quindi cotte nel forno a legna su foglie di



## Il mestolo d'oro Ricette della tradizione popolare



castagno (che una volta servivano a non far attaccare l'impasto alla teglia). Le pagnotte così ottenute pesano circa 850 grammi e conservano lo strato di crusca al di sotto.

Questo pane ha un'ottima conservabilità, infatti può durare anche una settimana e in passato veniva cotto ogni sette giorni nei forni comuni. Fino a qualche anno fa lo si trovava solo in zona mentre adesso è distribuito in quasi tutta la Liguria; se lo acquistate in zona lo potete trovare avvolto in foglie di castagno.

Si sposa molto bene con ogni piatto ma dà il meglio di sé quando è servito con i formaggi locali quali il Bruss (ottenuto facendo fermentare del formaggio fresco con grappa oppure brandy).

### INGREDIENTI

- 500 g di farina tra tipo 0 e 00 (in proporzione 2:1),
- 180 g di grano saraceno,
- 550 ml di acqua,



*Il pane di Triora...  
il pane delle streghe!*

- 100 g di lievito madre,
- mezzo cubetto di lievito di birra,
- sale,
- 60 g di crusca

### **PREPARAZIONE**

Unire insieme le farine, il lievito madre, l'acqua tiepida e il sale e impastare.

Al termine lasciar riposare l'impasto per tutta la notte e il mattino successivo aggiungere altra farina e il lievito di birra.

Lasciar riposare per altre due ore e formare poi delle pagnotte rotonde e non troppo alte.

Adagiarle sulla crusca e far cuocere in forno ben caldo a 240°C per 50 minuti oppure se lo avete a disposizione nel forno a legna.

### *Il pane di Chiavari*

Il pane di Chiavari è un pane tipico della zona di Chiavari.

E' un pane a base di farina di grano tenero al quale si aggiunge della polpa di olive nere

conservata in olio extravergine di oliva. L'aggiunta di questo ingrediente conferisce al pane un sapore caratteristico, non riscontrabile in altri pani.

Ha forma di pagnottelle rettangolari con un taglio al centro che le rende simili a dei libretti.

### **INGREDIENTI**

- 500 gr farina tipo 0
- 12 gr lievito di birra disidratato
- 150 gr pasta di olive taggiasche
- 15 gr sale fino
- 220 gr acqua tiepida

### **PREPARAZIONE**

Sciogliete lo zucchero e il lievito nell'acqua tiepida, poi versate nella planetaria (o in una ciotola di plastica se impastate a mano), aggiungete metà della farina nella ciotola e mescolate fino ad ottenere una pastella omogenea e piuttosto liquida.

Aggiungete la pasta di olive taggiasche e la



*Il pane di Chiavari*

rimanente farina.

Impastate di nuovo fino ad ottenere un composto morbido, elastico e liscio. Fatene una palla e mettetela a lievitare per circa un'ora o un'ora e mezza a circa 30°, riponendo in una ciotola preferibilmente di plastica e coprendo con un canovaccio umido, fino a che il suo volume sarà raddoppiato.

Trascorso il tempo necessario alla lievitazione, prendete l'impasto e fatene delle pagnottelle quadrate da circa 100 gr cadauna. Sistematele su una teglia foderata con carta da forno, praticate dei tagli con un coltello affilatissimo, e spennellate la superficie con olio e acqua.

Fate lievitare per un'altra mezz'ora.

Trascorso questo tempo spruzzate la superficie dei panini con dell'acqua a temperatura ambiente, poi cuocete in forno caldo a 180-200° per 30 minuti.

Estraete la teglia dal forno e fate intiepidire il pane su una gratella prima di tagliarlo.

## *Le Ciappe*

Le Ciappe sono una ricetta tipica della Liguria. Si tratta di sfogliatine croccanti ottime da servire nel corso di un aperitivo o come antipasto, magari accompagnandole con il pesto o il pesto alle noci.

Molto simili come forma alle piadine, sono un sostituto del pane molto antico. Il suo territorio di origine, come detto, è la Liguria ed è proprio al dialetto ligure che deve il suo nome. Qui, infatti, il termine in questione indica una pietra piatta. Facile quindi ipotizzare che tale parola sia stata utilizzata per questa ricetta in quanto la sua forma appiattita ricorda proprio quella di una pietra.

La ricetta ciappe porta a tavola un impasto dal sapore non molto forte e dal colore dorato.



*Le Ciappe*

Ottime da servire per chi è alla ricerca di qualcosa di più leggero del pane, è altrettanto buono da realizzare come spuntino mattutino o anche pomeridiano.

Ideale, inoltre, per accompagnare un leggero aperitivo: in pratica le ciappe possono essere realizzate per ogni occasione.

## INGREDIENTI

- 500 gr di Farina 00
- ½ bicchiere Olio EVO
- Acqua q.b.
- Sale q.b.

## PREPARAZIONE

Setacciate la farina e sistematela in una ciotola a fontana.

Aggiungete l'olio a filo, il sale e l'acqua.

Mescolate prima con una frusta e poi con le mani fino ad ottenere un impasto omogeneo ed elastico

Infarinate una spianatoia e stendete l'impasto fino ad ottenere una sfoglia abbastanza sottile

Ritagliate le ciappe di forma ovale e sistematele su una teglia rivestita con carta da forno.

Infornate in forno preriscaldato a 180°C per circa 5 minuti o fino a quando risulteranno croccanti. Sfornate e servite calde.



**Mauro Zanotto**



## Dov'è finito il piemontese? Anté a l'é finì 'l piemontèis?

Il Piemontese (“*Piemontèis*”) è riconosciuto fra le lingue minoritarie europee fin dal 1981, anche l'UNESCO lo annovera tra le lingue meritevoli di tutela.

È una lingua neolatina appartenente al sistema dei dialetti gallo-italici. Il Piemontese fa parte della branca occidentale delle lingue neolatine; l'Italiano, invece, appartiene alla branca orientale. I primi manoscritti in tale lingua possono essere considerati i Sermoni Subalpini, conservati alla Biblioteca Nazionale di Torino, risalenti al XII secolo.

**Il Piemontese si parla quasi ovunque nella regione Piemonte.** Nelle vallate occidentali la lingua è parlata a fianco dell'occitano e del franco-provenzale. Per lingua Piemontese si intende il linguaggio emerso verso la metà del Seicento, e che affonda le sue radici, per quanto concerne la morfologia, negli idiomi del Piemonte occidentale; questo tipo linguistico si è diffuso velocemente, innanzitutto come idioma di scambio commerciale, e poi come lingua dell'esercito anche in Val d'Aosta, arrivando addirittura a penetrare in Savoia e a Nizza Marittima.

Fino al secolo XVII la pur abbondante letteratura Piemontese si presentava alquanto slegata, poiché era espressa nei vari idiomi locali; con la nascita della lingua comune assistiamo allo sviluppo di una letteratura unitaria: **nel Settecento il piemontese è la prima lingua ufficiale del regno dei Savoia:** a corte si parla piemontese, nelle chiese i preti predicano in piemontese e il piemontese viene insegnato prima del latino, dell'italiano e del francese in alcune scuole e a tutti i cortigiani e diviene il mezzo di espressione di una splendida produzione con le opere di Isler, Ventura e Calvo.

Nel 1783 si stampa **la prima grammatica Piemontese**, grazie a M. Pipino; le norme grafiche descritte in quell'opera e perfezionate nel 1784 da G. Gaschi sono ancora in uso oggi, con poche variazioni.

L'Ottocento vede una crescita del numero degli autori che la adoperano; fra i più celebri possono essere ricordati A. Brofferio e N. Rosa. Quel secolo segna inoltre la nascita del



## C'era una volta Ricordi del nostro passato

romanzo in Piemontese; infine ricordiamo che nel 1834 i Valdesi stampano a Londra il Nuovo Testamento e i Salmi di Davide in lingua Piemontese.

**Perduto il rango di capitale dello Stato nel 1865 Torino** vede allontanarsi la Corte, il Parlamento, l'apparato di governo, e trova nuovo slancio di vita nel fervore di una crescente attività industriale che la fa meta di un processo accelerato di inurbamento, che muove prevalentemente dalle campagne e dalle montagne circostanti.

Questo fa sì che per i patois delle vallate alpine “*Occitano e Francoprovenzale*” inizi l'adeguamento linguistico al Piemontese, già largamente diffuso e preminente nella regione per il prestigio che gli derivava dall'essere la parlata della capitale sabauda.

Come lingua degli atti ufficiali, delle manifestazioni culturali e delle comunicazioni sociali domina incontrastato l'italiano che è imposto a tutta la nuova generazione attraverso l'istruzione elementare, divenuta obbligatoria e gratuita per la legge Coppino del 1877.

Per comprendere la decadenza del Piemontese dopo l'unità d'Italia è sufficiente vedere il **Regolamento per le scuole municipali di Torino del 1879** all'art. 33 dove proibiva ai maestri “*di parlare in scuola il dialetto o permettere che gli alunni ne facessero uso*”: una immagine ideale auspicata ma molto lontana dalla realtà che vedeva i ragazzi parlare esclusivamente in dialetto sia nell'ambito familiare che fuori.

L'uso dell'italiano in famiglia non giovava se non accompagnato dalla cura continua del parlar bene ed anzi riusciva più dannoso che utile e regnava una scapigliata anarchia con uso di italianismi derivati da nomi dialettali.

**Edmondo De Amicis** in un'opera del 1905 parlando delle bambinaie reclutate nelle valli piemontesi scriveva: “*Il bambino saprà da lei che non va bene a raviolarsi nel paciocco e che nel domorarsi si corre rischio di sghigliare*”



la lingua piemontese (il settimanale nato nel 1923 in lingua piemontese venne negli anni successivi redatto in italiano con ritorni nostalgici alla parlata dei vecchi).

La “*Companìa dij Brandé*” è un movimento letterario animato da *Pinin Pacòt* (1899-1964) che realizza l'unità grafica della lingua sulla base della tradizione secentesca e che avvia una fioritura assai efficace di poesia e di prosa.

Nel 1957 nasce l’“*Associassion Piemontèisa*” – Compagnia Città di Torino per le tradizioni popolari piemontesi per iniziativa di Andrea Flamini che tuttora la dirige. Ha portato in Italia e all'estero sempre vestito come Gianduja, il folklore piemontese, facendone conoscere gli aspetti e le espressioni più autentiche.

**Negli anni 1950÷60** in connessione con una politica di sviluppo industriale si gonfia il flusso dell'immigrazione dalle regioni meridionali verso il Piemonte.

L'entità massiccia e la celerità dell'apporto hanno reso impossibile una graduale assimilazione temperata e temperante dei nuovi arrivi.

In Torino si formano quartieri interi, dal vecchio centro decaduto alla nuova periferia, popolati quasi esclusivamente o almeno in prevalenza di nuovi venuti, così si creano isole linguistiche alloglotte ed il tessuto linguistico dei rapporti cittadini è fortemente alterato e condizionato.

Negli stessi anni la diffusione della televisione arriva a portare in ogni casa immagini e parole in lingua italiana diventando così il veicolo della comunicazione generale. Per alcuni anni si configura una situazione di bilinguismo (piemontese – italiano) corrispondente alla struttura cittadina non amalgamata, ma ben presto con le nuove generazioni diminuisce fortemente la parlata piemontese.

È però da tenere in conto una tendenza antagonista per mantenere viva la lingua piemontese con l'edizione nel 1976 del “*Vocabolario italiano piemontese*” di **Camillo Brero** e qualche anno dopo della “*Gramàtica piemontèisa*” sempre dello stesso autore.

Una letteratura in Piemontese si afferma anche in Argentina, dove i figli e i nipoti degli immigrati piemontesi parlano e scrivono, seguendo la stessa grafia generalizzata in

Piemonte.

Gli studiosi più importanti, non hanno alcuna difficoltà a riconoscere che **il Piemontese è una lingua totalmente indipendente dall'italiano** e dai suoi dialetti, e che in virtù della sua originalità e vitalità certamente merita di sopravvivere.

Va citata la lodevole iniziativa di alcuni ingegnosi piemontesisti che hanno costruito il sito “*Wikipedia an piemontèis*”, con l'uso del piemontese come lingua di comunicazione e di informazione.

Un riferimento va pure fatto alla rivista “*La Slòira*”, alla più che quarantennale rivista “*Piemontèis Ancheuj*” e a diversi editori come Viglongo, il Centro Studi Piemontesi, Piemonte in Bancarella, Il Punto, Gioventura Piemontèisa, Piazza, Dell'Orso, Priuli-Verluccha, ecc., che contribuiscono a mantenere viva la lingua Piemontese.

**Gian dij Cordòla**

**Gianni Cordola**

[www.cordola.it](http://www.cordola.it)





## la Vedetta Alpina

la rubrica del  
Museo Nazionale della Montagna



by Desiree Burlando

## SconfinaMenti

*La Valle Gesso e la  
rappresentazione fotografica di un  
territorio alpino di frontiera*



by Carosi

Dal 5 aprile al 26 maggio il Museomontagna ospiterà la mostra *SconfinaMenti. La Valle Gesso e la rappresentazione fotografica di un territorio alpino di frontiera*, proseguendo la collaborazione avviata nel 2017 con l'Associazione Contardo Ferrini di Caraglio, in provincia di Cuneo.

In mostra 60 stampe di giovani fotografi, esito del contest fotografico lanciato da Contardo Ferrini nella primavera dello scorso anno, sul tema del *confine*, sviluppato come documentazione della Valle Gesso (in provincia di Cuneo), parte dell'arco alpino sud-occidentale, ai confini con la Francia.

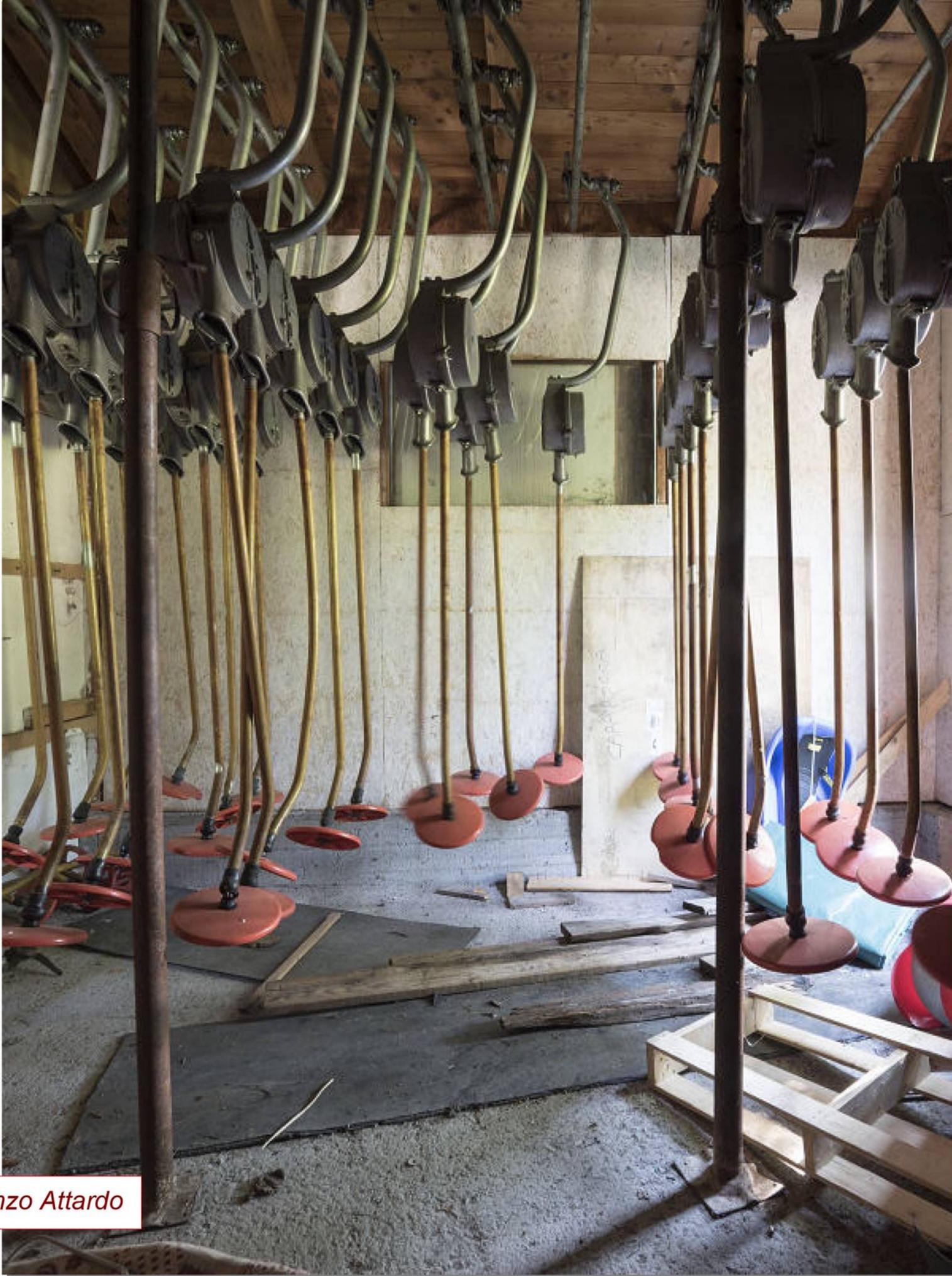
L'azione di quest'anno riprende il progetto condotto nel corso del 2017 in Valle Grana dal titolo *La Valle [Ri]trovata*, a cui il Museomontagna aveva partecipato come partner dell'iniziativa, prestando una selezione delle stampe del fotografo Clemens Kalischer conservate presso i propri archivi e ospitando la mostra nella primavera del 2018 nei propri spazi espositivi.

Dopo la Valle Grana, documentata nel 1963 dal fotoreporter statunitense Clemens Kalischer e punto di partenza per il progetto *La Valle [Ri]trovata*, Contardo Ferrini, con il



*by Lara Bacchiega*

contributo della Fondazione CRT, dalla Fondazione CRC e dalla Regione Piemonte, ha deciso quest'anno di lavorare sulla Valle Gesso "perché presenta alcune specificità piuttosto marcate relative alla storia, agli aspetti naturalistici e a quelli riferibili a una cultura materiale secolare", scegliendo come tema oggetto dell'indagine fotografica il concetto di confine "non solo come luogo fisico definito a cui il paesaggio montano



*by Lorenzo Attardo*

sembra far subito pensare ma anche come sintesi di frontiere sociali, economiche e politiche con le quali le genti alpine sono state chiamate a misurarsi”, ponendosi dunque “l’obiettivo di superare l’idea, forse talvolta abusata, di montagna come terra di passaggio o cerniera naturale”.

“Il territorio della Valle Gesso” – si legge sulla comunicazione lanciata per il contest – “non troppo esteso e letteralmente addossato alla Francia, si presta particolarmente bene a un’analisi declinata in questa chiave interpretativa, e può – se adeguatamente

interrogato – svelare la complessità, così come le criticità e le molteplici potenzialità, di un’area alpina di notevole ricchezza naturalistica e meta, durante tutto l’anno, di un flusso turistico locale e sovra-locale senza dubbio alimentato anche dalla presenza di un parco naturale che lì ha la propria sede”.

L’obiettivo dell’operazione è offrire una un’immagine attuale e contemporanea del

in storie sempre nuove che meritano di essere approfondite, perché le nostre valli devono essere valorizzate”.

territorio oggetto dell'indagine, aggiornando e valorizzando le documentazioni del passato, quando presenti (come nel caso di Clemens Kalischer con il progetto sulla Valle Grana), nel tentativo di creare nel tempo un vero e proprio atlante visivo che racchiuda un universo semantico e concettuale di grandissima estensione.

Dalla open call *SconfinaMenti*, lanciata nella primavera del 2018, sono stati selezionati 5 fotografi che hanno partecipato, novità di quest'anno, alla residenza d'artista a Entracque (nel cuore della Valle Gesso) all'interno dei locali della Foresteria di proprietà del Parco Naturale Alpi Marittime, ente partner nella promozione del progetto.

La documentazione realizzata al termine della residenza è stata visionata da una commissione giudicatrice che ha decretato una vincitrice, Lara Bacchiega. Il suo reportage e quello degli altri partecipanti (Lorenzo Attardo, Désirée Burlando, Alessandra Carosi e Ludovica Lanci) sono stati stampati per essere esposti in una mostra itinerante, di cui il Museomontagna è una delle prime tappe, e pubblicati sul catalogo dell'esposizione, a documentazione del progetto.

La mostra è accompagnata da un filmato breve del nuovo documentario di Erica Liffredo, già autrice del precedente *La valle ritrovata*.

*Sconfinamenti. Storie di confine dalla Valle Gesso* è dedicato alle storie di migrazione che negli anni hanno coinvolto la Valle Gesso e i suoi abitanti. Come il racconto degli ebrei di Saint Martin Vesubie, quello infrastrutturale con la costruzione della centrale idroelettrica dell'Enel a Entracque e quello naturalistico, dedicato al lupo.

“Queste storie hanno tutte in comune uno sconfinamento, inteso come andare fuori dai canoni territoriali per dare voce ad un linguaggio più importante, quello delle emozioni – ha commentato la regista. Mentre stavamo girando le riprese ci siamo imbattuti

*SconfinaMenti. La Valle Gesso e la rappresentazione fotografica di un territorio alpino di frontiera*

Torino, Museo Nazionale della Montagna

5 aprile – 26 maggio 2019

Inaugurazione giovedì 4 aprile 2019 ore 18.30

*Una mostra di*

Associazione Contardo Ferrini

*con*

Museo Nazionale della Montagna “Duca degli Abruzzi” – CAI Torino

*con la collaborazione di*

Città di Torino

Club Alpino Italiano

**Veronica Lisino**

*centro documentazione - raccolte iconografiche*

MUSEO NAZIONALE DELLA MONTAGNA

CAI-TORINO



## Un anello nella valle del rio Agrevo alla ricerca di alpeggi abbandonati e dell'acquedotto dei Poetti



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

- Località di partenza: Borgata Rio Agrevo mt. 780
- Dislivello: mt. 220
- Tempo complessivo: 2 ore e 45 minuti c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 5 Val Germanasca – Val Chisone Fraternali Editore

*La bassa e media valle del Chisone sono state duramente martorate dall'alluvione che le ha colpite nel novembre scorso. Tutti i rii discendenti dalle cime che separano la valle del Chisone da quella del Sangone, giunti a valle con un carico di detriti e alberi divelti dalla furia dell'acqua, hanno procurato ingenti danni e purtroppo anche una vittima travolta dalla piena del rio Albona.*

*Questo itinerario s'addentra in una di queste valli, quella del rio Agrevo che a monte della borgata che porta questo nome, origina la spettacolare cascata della Pissa. Raggiunto*

*l'alpeggio abbandonato di Ferterie, con un lungo e faticoso traverso ascendente, volendolo, ci si porta al successivo, quello della Feugera oltre il quale è impossibile proseguire.*

*Tornati al primo alpeggio, seguendo il corso del rio si scende a vedere il punto di presa dell'ingegnoso acquedotto dei Poetti, oggi abbandonato, che parte poco sopra il salto della cascata. Si torna poi a valle, alla borgata di Rio Agrevo seguendo il corso della canaletta, meglio ancora percorrendo un tratto dell'altrettanto ingegnoso sentiero 344 per l'alpe Bocciarda.*

*A parte la stancante salita all'alpeggio della Feugera, facoltativa, questo itinerario, più che un'escursione si può definire una piacevole passeggiata alla scoperta di una valle, di una cascata, di un acquedotto e di un alpeggio abbandonato la cui storia è posta al fondo della descrizione.*



*La Punta Ceresa e la Punta Midi o Muret viste alla partenza*



*Sul sentiero per l'alpeggio*

Poco fuori dell'abitato di Perosa Argentina, in bassa valle del Chisone, si lascia la statale prendendo a destra per la borgata di Rio Agrevo e altre subito salendo una stretta strada a raggiungere la prima, Chialme, oltre la quale si prosegue per poco. Superata la successiva, Prageria, si può parcheggiare presso un piccolo slargo a margine della strada nel punto in cui sulla destra parte uno sterrato che sorpassa a monte le case della borgata.

Percorso un breve tratto di strada, prima di raggiungere la borgata di Rio Agrevo, presso una baracca di legno parte sulla destra uno sterrato che addentrandosi nella valle raggiunge, più su, lo sconvolto alveo del corso d'acqua. Individuato il punto in cui attraversare, dalla parte opposta un tratto di sentiero porta alla base della spettacolare cascata della Pissa, da vedere.

Tornati di poco sui propri passi, senza scendere al rio, impercorribile, giunti alla dorsale la si risale di poco e traversando in piano oltre un rudere si termina sulla traccia che porta all'alpeggio abbandonato delle Ferterie sulla quale ci s'immette.

Ampia, quasi uno stradello, all'inizio risale nel vallone per poi piegare a sinistra così raggiungendo dei superiori ruderi oltre i quali si prosegue a tratti in ascesa nel folto della pineta. Nel punto in cui la pendenza s'abbatte, presso una panoramica dorsale, prestando la dovuta attenzione s'intuisce che verso monte parte un sentiero: è quello che conduce all'alpeggio della Feugera che volendolo si può raggiungere.

Non segnalato alla partenza, privo totalmente di segnature, s'inoltra da subito ripido seguendo, nella prima parte dell'ascesa, la dorsale subito intuendo che oggi più nessuno lo percorre. Ampio e sempre evidente perché un tempo utilizzato per portare gli animali all'alpeggio, mai cessando di salire, a tratti ripido e faticoso, salendo e traversando si porta via via all'interno del vallone rasentando diversi ammassi rocciosi.

Più su alcune svolte e poi un ultimo traverso riportano sulla dorsale che di qui in avanti si seguirà fedelmente raggiungendo i muretti dei terrazzamenti e poi i ruderi dell'alpeggio della Feugera, mt.1429, abbandonata da tempo.

Spostandosi di poco sulla sinistra, da un'estesa pietraia la vista s'apre libera sulla sovrastante Courbasiri, sulla comba della Bocciarda, sugli ammassi rocciosi e sui monti



*L'attraversamento del rio*

all'apposto. Oltre l'alpeggio, attraversando nella pietraia, una traccia prosegue perdendosi nel chiuso della faggeta. Si torna poi a valle utilizzando il sentiero percorso. Questa deviazione per l'alpeggio della Feugera, volendola fare, richiede complessivamente un tempo aggiuntivo di c.ca 2 ore e 30 minuti coprendo un ulteriore dislivello di 430 mt.

Altrimenti, alla dorsale nel punto in cui parte il sentiero per questo alpeggio, proseguendo e attraversando lungamente in piano, con un ultimo tratto ascendente ci si porta gradualmente verso l'alveo del rio che di sotto forma la cascata della Pissa, che già si sente scrosciare, raggiungendo in breve i ruderi dell'alpeggio delle Ferterie mt. 1000.

### *1 ora c.ca dalla borgata Rio Agrevo.*

Stando poi mediamente a margine della ripa sotto la quale scorre il corso d'acqua facilmente si scende di sotto all'alveo del rio dove si prende a traversare e sempre rimanendo sulla riva sinistra si raggiunge più avanti la verticale rocciosa sotto la quale si trova la presa dell'acquedotto dei Poetti, da tempo non più in uso, il cui punto d'intercettazione, come del resto tutto l'alveo,

è stato sconvolto dalla recente rovinosa piena. Percorso a margine il sinuoso tratto in piano della geniale canaletta, sorretta a valle dai muretti, scavata a monte, seguendone il corso anche quando poi precipita, sempre attraversando senza alcuna difficoltà si raggiunge di sotto il punto in cui si incrocia il sentiero proveniente dall'alpe Bocciarda sul quale ci s'immette prendendo a sinistra.

Scendendo, superati ruderi di Moliere, in breve si raggiungono le case di Rio Agrevo. Questo è certamente il modo più breve per tornare: seguire per intero il corso della canaletta. Altrimenti, in alternativa, rifacendo la strada percorsa, si risale all'alpeggio delle Ferterie e proseguendo oltre sul sentiero portarsi all'alveo del rio, che si attraversa, cercando poi, di poco più a monte, la labile traccia che presa termina più avanti sul sentiero 344 per l'alpe della Bocciarda.

Traversando a monte degli abbandonati terrazzamenti, un tempo coltivati oggi tornati ad essere bosco, con un tratto in piano un po' accidentato si raggiunge il punto in cui ci s'immette su questa ampia traccia subito raggiungendo un colletto tra le rocce superato

che si ha si prende a scendere.

Ampia, ingegnosa, ben progettata e realizzata con cura perché per questa transitavano le slitte con fieno o legname, la traccia s'abbassa con una serie di svolte che assecondando la natura del pendio, sempre traversando nella pineta, consentono di raggiungere di sotto l'ometto che segnala che occorre proseguire diritti lasciando sulla destra la traccia più evidente che scende a Briere.

Superata la canaletta dell'acquedotto dei Poetti e poi i ruderi di Moliere, si raggiungono di sotto le case della borgata di Rio Agrevo.

Attraversato lo sconvolto rio, oggetto di notevoli interventi di sistemazione, subito si raggiunge la baracca di legno dove questo anello si chiude e poi, di poco più avanti, lo slargo a margine della strada.

*1 ora e 45 minuti dall'alpeggio delle Ferterie.*

### **Limpia e Giuanin Negi**

*Limpia e Giuanin Negi avevano quattro figli e vivevano a Brondoneugna, borgata poco oltre Perosa Argentina nella bassa val Chisone,*

*dove il rio Agrevo si getta nel Chisone. Da maggio a novembre si trasferivano a Ferterie, una casa su in alto, oltre la cascata della Pissa del rio Agrevo, sul sentiero per il monte Bocciarda, di fronte al Get dove ora si pratica l'arrampicata. Il padre, Giuanin, scendeva ogni giorno a valle, a Branoneugna, dove lavorava come pica pera, scalpellino, quattro ore di cammino tra l'andare ed il venire, il resto alla cava e la giornata era finita. Limpia accudiva la casa servita d'acqua dal "Bial", acquedotto a cielo aperto, e organizzava la vita dei figli. Procurava molto lavoro badare a due mucche, alle capre e alle pecore, e pure alle patate, un po' di mais e quant'altro si poteva strappare alla terra.*

*Oggi di quella casa ci sono solo più i resti. Si capisce, vedendola, che era molto grande, che c'era una stalla, che, più discosto, c'era il porcile; per allevare il maiale e avere qualche salame, cibo da festa, cibo di lusso. Si leggono male i resti di quella casa. I rovi ed i sambuchi l'hanno coperta e cancellata, ridata alla terra. E si stenta a credere quanto i vecchi raccontano di Limpia e Giuanin Negi. Non sono passati secoli, ma poco più di cinquant'anni. Tutto dimenticato. Peccato.*

**Tratto da "Val Chisone, terra bella"**

**Beppe Sabadini**



*La spettacolare cascata della Pissa*

*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!*

## Spondilosi, Spondiloartrosi, Spondiluncoartrosi e Sclerosi vertebrale.

Cosa sono e trattamenti possibili



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

*I termini sopra elencati vengono spesso scritti nelle diagnosi di esami di laboratorio, ma cosa significano con esattezza?*

*Analizziamo il significato e le differenze.*

### LA SPONDILOSI

È una patologia della colonna vertebrale che può colpire tutta la struttura solo alcuni segmenti (lombare, cervicale e dorsale).

Generalmente è collegata al fisiologico processo di invecchiamento e colpisce sia uomini che donne dopo i 50 anni.

L'invecchiamento determina il consumo dei processi articolari vertebrali e la disidratazione dei dischi intervertebrali.

Questo è la causa del peggioramento dello scivolamento e della mobilità delle stesse che col tempo porta al comparire di artrosi e deformazione.

Le cause, oltre al fisiologico invecchiamento,

includono:

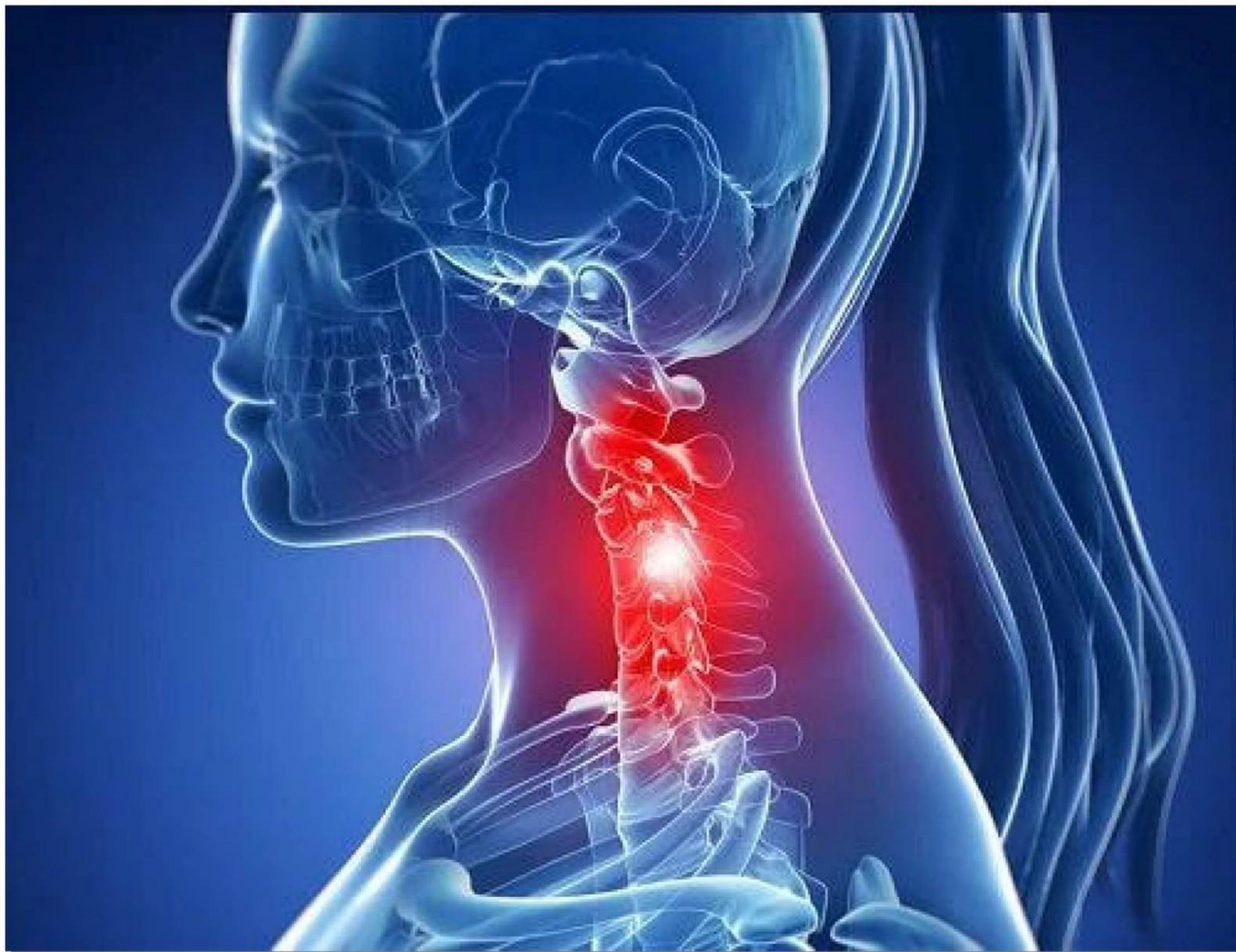
- traumi acuti o ripetuti
- lavori pesanti
- processi genetici degenerativi
- interventi chirurgici.

### LA SINTOMATOLOGA DELLA SPONDILOSI

Non è facilmente delineabile in quanto molto soggettiva. Le persone soffrono di tensione e rigidità della colonna con dolore intermittente e variabile in base a posizione e movimenti effettuati.

Essendoci una alterazione dei corpi vertebrali, vengono compromessi anche i legamenti ed i nervi che possono portare a dolori locali o riferiti come la sciatica.

### TERAPIE PER LA SPONDILOSI





Oltre all'assunzione di antidolorifici ed antinfiammatori che alleviano in parte lo stato acuto e devono essere prescritti dal medico, l'intervento dei fisioterapisti è essenziale per praticare esercizi di stretching e mobilizzazione articolari, massaggi finalizzati a sciogliere le componenti muscolari profonde della colonna.

Può essere molto utile somministrare del calore nelle zone di maggior dolore con terapie quali: tecarterapia, magnetoterapia.

Queste consentono l'afflusso di sangue e

l'eliminazione degli stati infiammatori.

### **LA SPONDILOARTROSI**

È lo stato più avanzato della spondilosi.

Nella spondiloartrosi il processo di degenerazione delle vertebre è in un stato molto più avanzato e porta alla formazione di calcificazioni ed osteofiti che bloccano la mobilità delle vertebre.

Queste possono colpire tutta la struttura vertebrale o solo la parte anteriore o



posteriore.

### **TERAPIE PER LA SPONDILOARTROSI**

La terapia è simile a quella della spondilosi.

Nel caso della spondiloartrosi si punta maggiormente a far fare degli esercizi attivi al paziente, con mobilizzazione passive più caute, ma essenziali per mantenere la giusta mobilità articolare e muscolare.

La terapia con calore come la tecar diventa ancor più efficace per ridurre la sintomatologia dolorifica.

### **LA SPONDILOUNCOARTROSI**

È un tipo di spondiloartrosi caratterizzata da un processo artrosico e degenerativo tale da generare dei becchi ossei o meglio degli uncini e da qui l'origine del nome.

### **TERAPIE PER LA SPONDILUNCOARTROSI**

Quando si evidenzia un aumento del processo artrosico è essenziale far fare esercizi attivi al paziente e non forzare mai troppo gli esercizi passivi oltre il range consentito. Questo per non rischiare di infiammare di più la parte dolente.

Le terapie che producono calore sono sempre molto efficaci, mentre il ghiaccio ha effetti negativi e di incremento della rigidità.

### **LA SCLEROSI**

È un processo di ispessimento dell'osso che può colpire i capi articolari di diverse ossa del corpo tra cui le vertebre.

La sclerosi è, nel caso delle vertebre, una conseguenza dello stato spondiloso che le colpisce.

In genere è collegata a processi infiammatori cronici che determinano la riduzione delle cartilagini articolari e la congestione vascolare che induce un aumento della produzione reattiva dell'osso.

La sclerosi può essere collegata anche a stati infiammatori tumorali o a fratture o interventi chirurgici.

Questa può portare a complicanze come la riduzione del canale midollare o dei canali di passaggio dei nervi con conseguente irritazione degli stessi.

### **TERAPIE PER LA SCLEROSI**

Dopo una adeguata analisi e diagnosi medica, è importante affidarsi a fisioterapisti esperti per effettuare esercizi specifici di rinforzo e stretching muscolare. Terapie che producono caldo possono essere utili, ma senza rilasciare troppo calore.

Sono sempre percorsi lunghi, ma essenziali per ridurre l'evoluzione di questi processi degenerativi.

**Sara Bove**



## 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

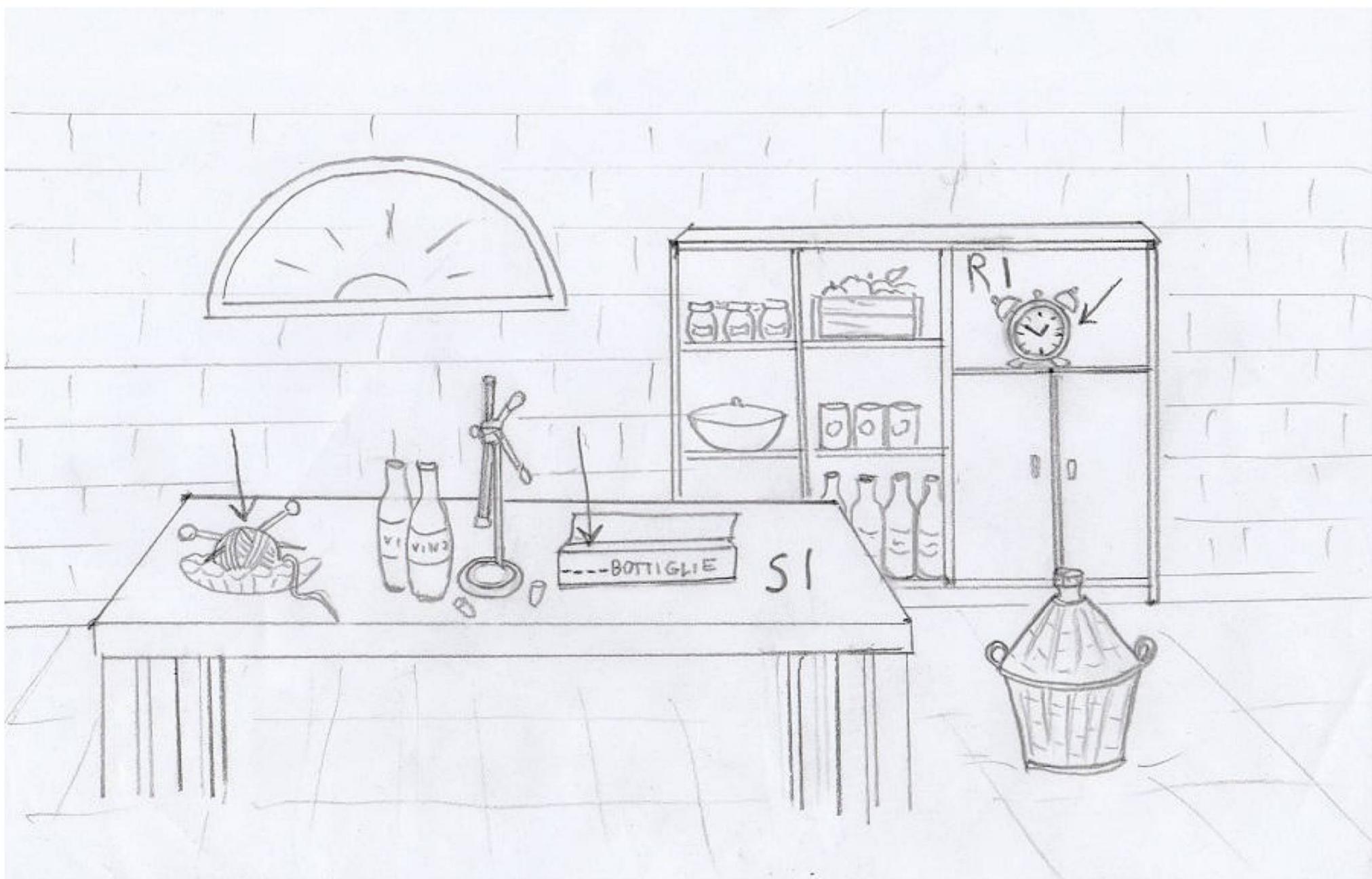
In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



## IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

REBUS : 2,6, 2 9



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

# IL CRUCIVERBA del mese

(prodotto da [www.crucienigmi.it](http://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		

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



## ORIZZONTALI:

1. Protezione... pungente per recinti (due parole)
10. Discorso lungo e noioso
11. Simbolo del sodio
12. Dotato di arti atti al volo
13. Una famosa cantante italiana
15. Pasticcio di fegato d'oca
17. Cattiva fama
18. Fine del commento
19. Sporadicità, scarsità
21. Un articolo femminile
22. Stanza in cui Gesù consumò l'ultima cena con gli apostoli
23. Rettili di grandi dimensioni simili al coccodrillo
26. Il dio bifronte della religione romana
27. Cittadina in provincia di Chieti
29. La più celebrata festa cristiana
31. Prefisso per pesce
32. Il contrario di ritorno
33. Peso, gravame
35. Sigla della provincia di Napoli
36. Indica provenienza
37. Spedizione militare della Chiesa contro i musulmani
38. Dylan cantautore.

## VERTICALI:

1. Collezionismo di francobolli
2. Furente, incollerito
3. Discussione, battibecco
4. Prefisso per orecchio
5. Due quinti di sette
6. Pubblico Registro Automobilistico
7. Si ripetono nella ghiaia
8. Un ecologista impegnato
9. Nascondigli di animali selvatici
10. Il fratello di Tip
13. Veicolo con due ruote di piccolo diametro e telaio aperto
14. Il fiume di Berna
16. La madre dei girini
17. Nome scientifico della pianta del tabacco
19. Normali, consueti
20. Quota parte di un debito
21. Lamento continuo e fastidioso
22. Ha per capitale Pechino
24. Una materia scolastica del liceo classico
25. Un albero tropicale
28. Una breve affermazione
30. L'eroe troiano che amò Didone
33. Nella scollatura e nelle fodere
34. Principio di economia
36. La nota di... petto.

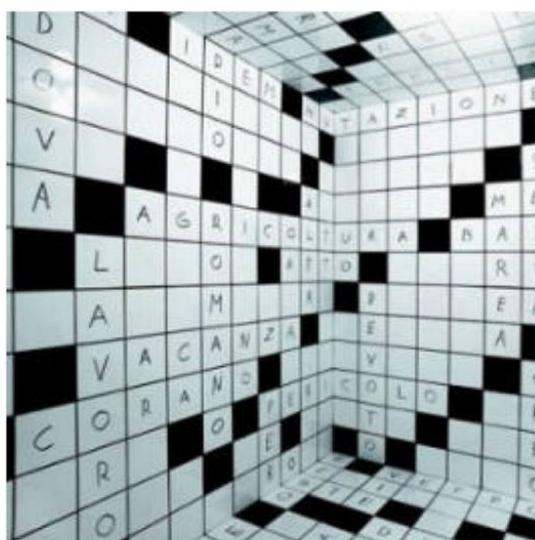


# CRUCIVERBA

(Franco Griffone)

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

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

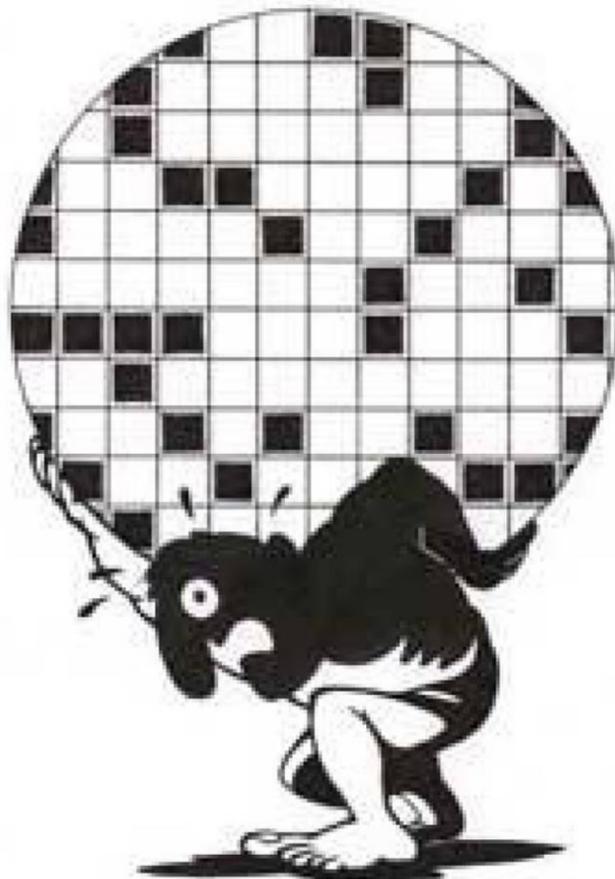


## ORIZZONTALI:

- 1 Essenziali, necessari, indispensabili
- 10 la seconda della scala
- 11 verso del pulcino
- 12 non è fluida
- 14 Italia sui siti
- 16 la tecnica o l'arte in latino
- 18 fa connubio con novo e dolce
- 19 un tasto del computer
- 21 diciottesimo quartiere di Roma...di Quinto
- 23 non è scandaloso
- 25 pianta dalle proprietà sedative e calmanti
- 28 nome di donna
- 30 antico pittore greco
- 32 senza macchie, pulitissime, senza peccati
- 34 se E.T. si specchiasse...
- 35 lo è un centro estrattivo
- 37 sportelli, chiusure di armadi
- 39 azienda che opera nel settore delle calzature
- 40 respirare, alitare
- 42 statale o umanitario
- 43 lo è una mosca bianca
- 45 insieme di scuole buddiste giapponesi
- 46 diminutivo per Isabella
- 47 verbo del giardiniere

## VERTICALI:

- 1 Fu un importante Ente italiano
- 2 possono essere sospirate, agognate
- 3 si grida saltando
- 4 avversa, cattiva
- 5 lo si può avere marcio
- 6 un nodo senza uguali
- 7 vostra in francese
- 8 c'è quella alimentare
- 9 non bene
- 13 si occupa di gioco e scommesse
- 15 un' associazione delle imprese
- 17 abitanti di Mogadiscio
- 20 attira ferro
- 22 lo si cerca nel bisogno
- 24 iscrizione tombale
- 26 ridurre in polvere o in frammenti piccoli
- 27 mortale, pericoloso
- 29 piacevoli, graziosi
- 31 si dice di cose che provengono dal di fuori
- 33 ci sono quelli fiscali
- 36 gioca in casa a Milano
- 38 anagramma di rata...che si sottrae
- 41 sono fondi a gestione passiva
- 44 Aosta sulle targhe



# Le soluzioni dei giochi del mese di MARZO

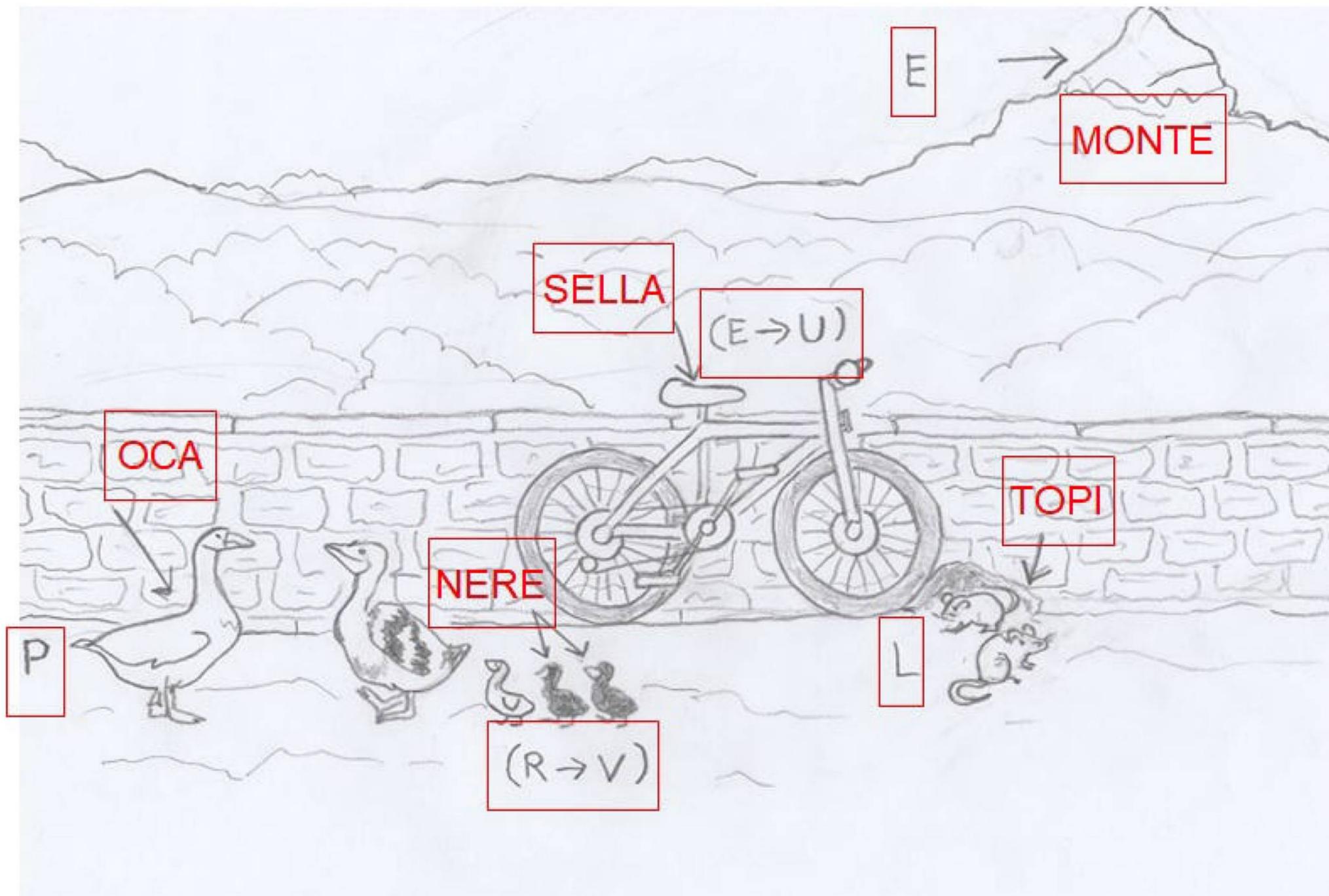
## REBUS CON CAMBIO

(sostituire le lettere come indicato tra parentesi)

Soluzione: 4, 4, 4, 4, 8

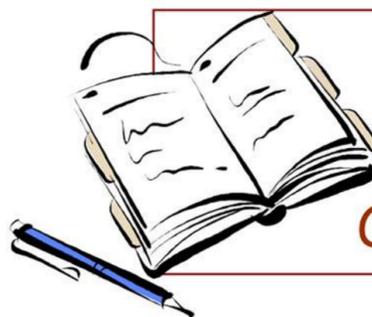
P oca nere sella L topi E monte

Poca neve sull'alto Piemonte.



1	C		2	G		3	S	S	4	O		5	P	6	E	7	P	E
8	O	9	V	E	10	S	T		11	E	12	B	A	N	O			
13	M	E	S	T	R	E		14	O	15	G	I	V	A				
16	E	S	T	R	A	P	O	L	A	T	E							
	18	P	I	A	G	A	R	S	I		19	R	E					
20	F	A	R	N	E	T	I	C	A	21	R	E						
22	A	S	S	O		I		23	E	R	A		24	D				
25	R	I	I		26	S	T	I	V	E		28	V	O				
29	C	A		30	E	T	I	C	I		31	T	E	R				
32	I	N	T	R	A	34	S	C	A	R	T	I						
36	R	O	R	I	D	O		38	O	R	A	T	A					
E		39	A	S	I	N	O		40	O	M	A	N					

1	A	P	N	E	A			6	M	O	S	E	S		
	10	R	E	B	E	11	C	C	A		13	L	I	T	
14	R	E	F	E		15	R	A	N	C	O	R	E		
16	I	D	A		17	L	I	R	I		18	V	E	N	
19	M	E	S	T	I		21	B	E	B	E		T		
23	E	S	T	E	M	24	P	O	R	A	N	E	O		
25	S	T	A	G	I	O	N	A	T	I		R			
26	S	I		27	A	T	R	I		28	T	A	R	E	
30	A	N	31	I	M	A	T	O	32	R	E		33	O	
	34	A	V	I	T	A		35	F	R	E	D			
37	S	T	A	N	A	T	O		38		39	S	C	I	E
41	C	O	N	O		42	A	R	C	I	O	N	E		



## Prossimi passi Calendario delle attività UET

### *Quando tuona d'Aprile buon segno per il barile*

Secondo il calendario romano il mese di Aprile celebrava tre importanti festività popolari: i Veneralia legati al culto della dea dell'amore e della fertilità femminile; i Cerealia, in onore di Cerere dea della fertilità della terra e della coltivazione dei campi; i Floralia, dedicati a Flora, divinità italica delle piante utili all'alimentazione, identificata in seguito come "dea della primavera".

Per le popolazioni antiche infatti, il mese di Aprile era il mese della rinascita della natura dopo il lungo periodo invernale, il mese che con le sue prime fioriture e le sue giornate miti offriva le migliori condizioni possibili alla terra per poter essere arata e seminata.

Ed è per questo motivo che la leggenda vuole che in questo periodo Romolo tracciasse i confini della "città eterna" che prenderà da lui il nome con l'aratro trascinato dai buoi.

Rispetto al mese di Marzo, Aprile ha un clima più mite, con giornate più lunghe ed esposte alla luce solare, ma con un'elevata piovosità. Come suggerisce l'antico proverbio «Quando tuona d'Aprile buon segno per il barile», nella civiltà contadina un Aprile abbastanza piovoso significava infatti ottenere un abbondante raccolto.

Aprile infine, è il mese dedicato alla dea Afrodite, e secondo alcune teorie il suo nome deriverebbe dal latino aperire (aprire) per indicare il mese in cui si "schiudono" piante e fiori.

Se dunque Aprile ci attende con le sue fioriture, nuovi colori e profumi ed anche qualche acquazzone, noi Uetini dove trascorreremo le nostre giornate escursionistiche?

Vediamo il programma di Escursionismo estivo (o sarebbe meglio dire primaverile) che la UET ha programmato per noi.

- Domenica 14/4 scopriremo la Goja del Pis. E' un breve itinerario vicinissimo a Torino, che porta a visitare due borgate ormai disabitate ed una bella cascata racchiusa in un piccolo canyon. Bel percorso che permette di scoprire vecchie strutture ormai desuete, ma che fino a pochi decenni addietro erano il fulcro delle attività lavorative del luogo.

- Da Sabato 27/4 a Mercoledì 1/5o 2019 faremo un trekking nella Sardegna centro orientale della durata di 4 giorni che prevederà escursioni giornaliere con rientro al luogo di partenza.

Durante il trekking visiteremo Monte Tiscali ed un villaggio preistorico, all'interno della dolina del Supramonte di Dorgali e Oliena. Visiteremo poi la Gola di Gorropu che è il canyon più spettacolare in Europa con pareti altissime, situato fra il Supramonte di Orgosolo (NU) e il Supramonte di Urzulei (OG).





Infine, nell'ambito delle serate istituzionali UET, ricordo a tutti che Venerdì 5/4 alle ore 21 presso il Salone degli Stemmi al Monte dei Cappuccini, si terrà l'Assemblea Generale dei Soci UET, un importante momento associativo in cui fare il punto sulle attività svolte nel 2018 e condividere quelli che saranno i progetti programmati per il 2019.

A presto ritrovarvi dunque, per festeggiare insieme l'inizio della primavera!

**Mauro Zanotto**  
*Direttore Editoriale*



*pioggia d'Aprile...*



## Color seppia Cartoline dal nostro passato



### Monte Pietraborga

La neve che copiosamente era caduta ancora nella quindicina che precedeva la nostra prima riunione, fece sì che alcune delle famiglie che abitualmente frequentano queste prime e comode gite si allarmassero forse un po' troppo del pericolo di una involontaria cura di fanghi, ma ciò nonostante ben 98 furono i partecipanti, e fra essi il sesso femminile era largamente e graziosamente rappresentato.

E poiché la salita era facile e comoda, ed il paesaggio era reso più pittoresco per la neve sovente abbondante, interrotta solo tratto tratto da un po' di fango, così l'allegria e rumorosa brigata saliva compatta pel comodo sentiero quasi che un soffio novello di energia e di vita fosse venuto a risvegliare da un lungo sonno la grande famiglia degli Escursionisti.

Incoraggiati dal sole bello e risplendente nella maestosità scintillante dei suoi raggi, la salita fu presto compiuta, dando modo alla comitiva di sfogare le proprie... ire dentarie prima del prestabilito.

Poi, giunti in vetta, di dove, pel tempo splendido, quale da parecchio non ci era dato vedere, fu possibile ammirare l'ampia, estesa

corona delle nostre Alpi, mentre i fotografali, si sfogavano a ritrarre in tutti i modi i gitanti e specialmente le gentili escursioniste, mentre molti soci adulti, più degli altri vivaci, dimentichi degli anni che nelle città impongono un contegnoso sussiego, si abbandonavano con voluttà ad una strenua lotta colla neve, frammisti ai giovinetti e con questi gareggiando in slancio ed audacia, sicché pel vivo battagliaire, lo spesso strato nevoso della vetta fu ben tosto calpesto, e l'immacolato candore restò chiazzato ora da impronte di robusti scarponi chiodati, ora di gentili piedini.

Ultimata l'incruenta lotta, scendemmo solleciti a Trana, dove il pranzo ci attendeva e l'appetito gagliardo, svegliato dalla igienica passeggiata ci invitava a sederci attorno alla tavola imbandita.

Il pranzo gustoso ci mise di buon umore, e la gaiezza svegliata durante la passeggiata, dalla primavera e dal sole, raggiunse presto altisonanti note, sicché le allegre risate dei commensali risuonavano fragorose nelle varie sale e chissà quale diapason avrebbero raggiunto se in luogo di

trovarci sparpagliati avessimo potuto adunarci in un solo salone.

Prima di chiudere è doveroso rivolgere ai Direttori della Gita, al simpatico Chiaventone, veterano di nostre gite, ed alla nuova recluta

Sacchetti, che per la prima volta chiamato alla direzione seppe egregiamente disimpegnare la propria mansione, un cordiale ringraziamento, ed al nostro Presidente, ed ai gitanti tutti il cordiale saluto accompagnato da un vivo augurio di un nuovo incontro all'imminente seconda gita.

## Scipone Vaschetti

*tratto da*  
*L'Escursionista n.8 del 1 Giugno 1911*  
**BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE**  
**ESCURSIONISTI DI TORINO**



*II<sup>a</sup> Ascensione  
invernale*

*Sull'estrema  
vetta di  
Pietraborga*

*m. 5926*

*31 Gennaio  
1909*





*Venti giorni a Lomè*  
*Seconda parte*

# Venti giorni a Lomé

## Seconda parte

**15/11/2018 giovedì**

Per questa sera Paolo ha ricevuto un invito per una cena a cui portare anche Silvia e me; si va a casa di Giorgio, un italiano che lavora all'Università di Lomé come ricercatore distaccato qui dall'Università di Marsiglia, con cui ha un contratto stabile. Si tratta di un antropologo impegnato con una ricerca sulla diffusione delle moto cinesi in Africa.

In attesa della cena, rimaniamo in Lomé e ci concentriamo ancora sui mercati: oggi è la volta di un mercato dell'usato; immenso e confuso, come tutti, si svolge parzialmente al coperto: vediamo scarpe e ciabatte di tutte le forme e dimensioni, dalle infradito alle scarpe da donna con tacco 20, alle scarpe da ginnastica agli anfibi .....

Mentre giruliamo si scatena prima un gran vento, che sembra preludere a un fragoroso temporale: temendo il peggio, tutte le mercanzie (particolarmente tessuti e abiti, di cui è presente una cospicua rappresentanza) vengono frettolosamente infilate in grossi sacchi di plastica; ma la buriana passa con la stessa velocità con cui arrivata.

Nella modesta zona in cui non si vendono scarpe e abbigliamento, acquistiamo delle mezze sfere, ricavate da frutti di calebasse (sorta di zucca a forma di fiasco), molto usate come piccoli contenitori o a scopo ornamentale.

Rientrando a casa, passiamo dall'Ufficio di Paolo, che ci propone di fermarci a mangiare con lui in un ristorante, non lontano, dove servono piatti locali. Ci teniamo leggeri in vista della cena da Giorgio, ma assaporiamo la cucina popolare togolese.

I bambini rimangono a casa, per non fare tardi a dormire (domani si va a scuola), e sono accuditi da una studentessa universitaria che già conoscono perché li ha già seguiti altre volte: è simpatica e carina e li sa trattare in modo splendido.

Noi quattro adulti ci avviamo in auto, ma non è proprio semplice trovare la casa perché il quartiere non ha segnalazioni delle vie ed è poco illuminato; con qualche giro dell'oca, arriviamo, accolti con molta cordialità, in prima

battuta da un bimbo dell'età di Nicola, poi dal suo papà (Giorgio) e infine dalla mamma, una nigerina dall'aspetto molto francese.

La casa ha il solo piano rialzato, con molte stanze, ed è circondata da un verde rigoglioso con piscina al centro. Il soggiorno, quasi una piazza d'armi, è diviso in due zone, una con divani e poltrone e l'altra con tavolo e sedie preparata per accoglierci in modo lussuoso. Beviamo Prosecco italiano, molto piacevole, poi un vino frizzante francese, meno gradevole; si inizia con svariati stuzzichini, poi si passa al piatto forte: una cernia gigantesca cucinata dal padrone di casa stesso; i quaranta cm di pesce sono in crosta di sale che viene rotta, tra gli applausi, alla nostra presenza; è immediatamente servita per godere la fragranza del pesce mangiato caldo; si fa il bis e poi il tris, ma è talmente grande che ne avanziamo ancora.

Alessandro, il figlio di Giorgio, non vuole ritirarsi in camera da solo e, dopo poco, si addormenta su un divano, cullato dalle nostre voci. La moglie, una giovane signora, segue le operazioni, ma partecipa poco, forse perché il marito è il vero mattatore. Come antropologo ha una conversazione ricca e interessante e ci introduce nei segreti dell'Africa centro-occidentale francofona. L'ospitalità è veramente gradevole, ma non dobbiamo fare troppo tardi perché domani la sveglia è, come sempre, alle 6,30, per uscire alle 7,15, avendo fatto colazione: alle 7,45 bisogna essere a scuola!

Il programma avrebbe dovuto prevedere per me e Silvia un fine settimana in Benin con la famiglia di Paolo, per andare poi in Ghana, solo noi due, per tre giorni. Ma all'improvviso a Paolo viene in mente che avremmo dovuto rinnovare il permesso di soggiorno, fatto all'ingresso nel paese e valido una sola settimana, per prolungarlo fino ad un mese; ma l'operazione richiede la consegna del passaporto all'Ufficio Immigrazione per averlo restituito solo 24 ore dopo. Non sappiamo se, consegnato venerdì mattina, il giorno dopo significherà sabato oppure lunedì.

Modifichiamo perciò il programma: Silvia ed io andremo in Ghana lunedì mattina e andremo in Benin tutti insieme nel prossimo fine settimana.

E' importante che domani mattina andiamo



presto all'ufficio per il rinnovo ...

### 16/11/2018 venerdì

Accompagniamo Nicola e Giulio a scuola, poi andiamo rapidamente all'Ufficio Immigrazione. Ci confermano che i passaporti verranno restituiti domani, pur essendo sabato; proroghiamo così il VISA per il periodo di un mese, senza costi aggiuntivi. Quindi lunedì mattina potremo partire presto, subito dopo aver accompagnato i bimbi a scuola.

Sbrigata la parte burocratica, torniamo a casa per il pranzo; poi riposiamo: domani dovremo essere in forma perché andremo nuovamente a Pure Plage e dovremo nuotare tutto il giorno in mare e in piscina.

Nel pomeriggio giochiamo coi bimbi: Nicola sa un mucchio di cose e Giulio scimmiotta il fratello e sa già leggere, scrivere e far di conto; ci impegniamo perciò in giochi che prevedono anche piccoli calcoli e la lettura di brevi testi e numeri.

Il caldo e l'umidità prostrano e rendono il riposo nella camera da letto, unico posto con climatizzatore acceso, un vero ristoro.

*Oggi si va fuori-porta: prima al porto del pesce e poi alla più vicina spiaggia balneabile (Pure Plage).*

*Per entrare al porto, dove si svolge il mercato del pesce, si paga un biglietto di ingresso di 100 frs; sotto un'ampia tettoia si possono acquistare dai pesciolini, grandi come una moneta da 2 Euro, ai tonni e agli squali lunghi più di 2 metri...*

Silvia si dedica volentieri ai nipotini, dimostra sintonia, ricambiata, con Paolo e Francesca, mentre io li guardo in contemplazione; è un piacere vedere questo bel rapporto: allegro, affettuoso, empatico .....

Paolo dedica molto tempo a noi e Franci si divide tra il suo lavoro e la condivisione con Paolo nella gestione dei bisogni casalinghi, dei figlioletti e, ora, anche nostri.

Mi sento molto coccolato da tutti: non potrei aspettarmi di più.

La sera è rallegrata ( ! ? ) da una partita di calcio su you-tube; ma l'Italia perde contro il Portogallo e viene esclusa dalla coppa delle nazioni europee, nuova competizione introdotta non molto tempo fa.

## **17/11/2018 sabato**

Ce la prendiamo comoda perché i passaporti saranno restituiti tra le 10 e mezzogiorno. Poi Silvia e Paolo vanno a ritirarli in Vespa: già, perché Paolo, per uniformarsi all'uso dominante di Lomé, si è fornito di un mezzo a motore a due ruote, ma, per distinguersi da chi usa le solite moto cinesi, utilizza una Vespa150, originale Piaggio degli anni '70.

In loro attesa, faccio con Francesca la spesa al vicino supermercato.

Appena i due centauri sono di ritorno, partiamo tutti per Pure Plage: sarà una giornata all'insegna del nuoto; il mare è perfettamente calmo: i bambini si tuffano e nuotano in libertà; Paolo gioca con loro nelle piccole onde all'interno della barriera.

Intanto arriva l'ora di pranzo: ancora l'ottimo tonno crudo e un gelato di vaniglia e fragola fanno piena la festa.

Mentre Paolo, Franci ed io dormiamo in spiaggia sui lettini di vimini e cuscini, Silvia nuota in piscina e insegna a Nicola a tuffarsi di testa e a Giulio a imitarlo; mentre il grande, che fino a qualche tempo fa si immergeva in modo timoroso, ora si butta disinvolto, il piccolo lo imita in modo buffo e si lancia spavaldo a pancia piatta, per fortuna con una caduta da molto basso ..... Si tuffano e escono a ritmo serrato, ridono e fanno i buffoni; Nicola attraversa la piscina nuotando in apnea anche senza gli occhiali che, fino a qualche tempo prima, erano indispensabili anche solo per immergere un piede in acqua; terminato il "pisolone", ci aggiungiamo anche noi e Paolo fa il matto assieme ai due piccoli: è un piacere vedere l'intera combriccola saltare e correre dentro e fuori.

Purtroppo il calar del sole procede inesorabile, perché anche qui è il periodo invernale e, anche se con temperature sempre elevate, le giornate sono corte e l'imbrunire arriva presto ed è un tempo brevissimo; ci prepariamo per il rientro: alle 6 del pomeriggio è notte fonda ed è opportuno essere a casa.

E' sabato e la località è stata visitata da svariate persone in più, rispetto a martedì: c'è qualche bianco, ma molti sembrano locali in vacanza di fine settimana; sono infatti disponibili anche alcune stanze per il pernottamento.

Il rientro è con traffico normale: moltissime

moto e parecchie auto, ma tutto è scorrevole, regolato da pochi semafori, nei punti nevralgici, e da pochissimi vigili che sembrano avere più lo scopo di deterrente che di regolatore; i pedoni attraversano quella che viene definita autostrada, sprezzanti del pericolo, forse perché i due sensi di marcia sono divisi da uno spartitraffico, sebbene fluisca attraverso l'abitato in modo totalmente aperto.

Passiamo ancora una volta a fianco dei vari porti (del pesce e commerciale): enormi gru e movimenti di TIR, lunghi fino ad avere 6/7 assi, tra motrice e traino. Attraversiamo la coltre di smog, prodotta dal più grande cementificio del Togo che inquina perennemente l'aria, e superiamo i mercatini improvvisati che fiancheggiano quasi tutte le strade trafficate di Lomé.

Un'umanità di ogni età si muove come formiche a cui sia stato distrutto il formicaio.

## **18/11/2018 domenica**

Sono sicuro di ricordare che la Messa nella chiesa dell'Università sia alle 10 del mattino: ci presentiamo puntuali, ma, ancora una volta mi sono sbagliato; la funzione è alle 11.

Torniamo a casa mentre Paolo, Franci e famiglia sono andati a giocare a tennis in un nuovo club, che potrebbe sostituire quello chiuso, vicino a casa.

Anche questa volta le nostre aspettative di partecipare ad una Messa diversa sono deluse; alle 11 ci ritroviamo come in Francia: sempre coro e percussioni accompagnati da tastiera, ma tutto è molto sobrio, come in Europa; ritmo e canti sono quelli della liturgia francese.

Dopo un veloce pasto, partiamo per una località all'interno della foresta, distante una cinquantina di km da Lomé, in un sito dove vive uno strano individuo che produce statue di animali fantastici e di personaggi di fantasia, esposti sotto tettoie grezze di paglia e dove inciampiamo in galline, cani, caprette .... vivi.

E' previsto uno spettacolo, prodotto da attori locali, aiutati da una ONG; verrà rappresentata la guarigione, con l'intervento di una divinità, di una persona colpita da epilessia o posseduta da un maleficio; i personaggi sono interpretati da varie persone

(bianchi e neri) mascherate e accompagnate da percussioni così eccitanti che una donna anziana viene travolta da trance. Scopriremo al termine che lo spettacolo raccoglie offerte a favore della stessa signora la cui casa è recentemente crollata e che non ha altre risorse se non quelle fornite dalla comunità. Giocolieri sui trampoli e acrobati completano la scena.

Lo spettacolo termina quasi all'imbrunire e perciò ci prepariamo per un'ultima visita al "museo" e poi al rientro.

Paolo incontra amici e conoscenti: ci sentiamo quasi a casa.

**19/11/2018 lunedì**

Ci prepariamo tutti insieme; l'auto, guidata da

*E' previsto uno spettacolo, prodotto da attori locali, aiutati da una ONG; verrà rappresentata la guarigione, con l'intervento di una divinità, di una persona colpita da epilessia o posseduta da un maleficio; i personaggi sono interpretati da varie persone (bianchi e neri) mascherate e accompagnate da percussioni così eccitanti che una donna anziana viene travolta da trance.*

Francois, fedele autista di casa, porta Nicola e Giulio a scuola, per le 7,45, poi accompagna me e Silvia fino al confine con il Ghana: Lomé a un certo punto termina nella dogana; finiscono le case del Togo e incominciano quelle dello stato confinante; le pratiche doganali consistono nel compilare un numero infinito di volte lo stesso questionario, sia al di qua sia al di là del confine: dobbiamo scrivere i nostri dati – nome, cognome, nome del padre e della madre, indirizzo in Italia, in Togo e in Ghana, oltre, naturalmente, al numero del passaporto, la data e il luogo di rilascio e la scadenza di validità; la procedura è completata con una fotografia che viene allegata alla documentazione.

Mentre attendiamo la validazione e i timbri, siamo cordialmente salutati da Francois, che ci ha facilmente riconosciuti perché siamo gli unici bianchi: sarà il nostro autista nei successivi tre (o quattro – non lo abbiamo ancora definito) giorni.

Ci accompagna a sbrigare l'ultima pratica, ma il fatto che sia potuto arrivare fino a noi significa che abbiamo sostanzialmente completato le incombenze burocratiche.





*Lo spettacolo termina quasi all'imbrunire e perciò ci prepariamo per un'ultima visita al "museo" e poi al rientro.  
Paolo incontra amici e conoscenti: ci sentiamo quasi a casa.*

Saliamo sulla sua auto con clima al massimo freddo, con musica ad altissimo volume e iniziamo il nostro viaggio: passeremo da Accra per arrivare, entro sera, ad Elmina; sono alcune centinaia di chilometri e vorremmo arrivare prima del buio.

Francis è un ottimo autista, ma guida in modo spericolato, raggiungendo spesso i 140 Km/ora. Il traffico è intenso nei due sensi e spesso la carreggiata è unica: i frequenti sorpassi sono all'insegna della fiducia che il motore supporti senza difficoltà le improvvise accelerate e il cambio automatico scali le marce entro pochi attimi.

Nei pressi di Accra facciamo sosta per pranzo: abbiamo finito di parlare francese e l'inglese ci costringe ad uno sforzo nuovo per riconoscere i menù del luogo; Silvia si districa

magnificamente, io sono molto più imbrunato; riusciamo comunque a toglierci la fame e a ripartire abbastanza rapidamente.

Quasi all'imbrunire siamo in vista di Elmina e Silvia guida, con sicurezza, Francois al nostro Hotel; il paese non è molto grande, ma i sensi unici ci costringono a qualche giro di troppo, dando modo ai nuvoloni, che si sono addensati, di scatenare un furioso temporale. In vista dell'albergo scopriamo che dobbiamo fare a piedi una cinquantina di passi che ci farebbero arrivare zuppi; Silvia telefona per chiedere cosa si può fare; molto gentilmente la invitano ad attendere in auto: verranno a prenderci.

Dopo qualche minuto, sempre sotto acqua torrenziale, arriva un giovanotto con un ombrellone da spiaggia, sotto al quale troviamo rifugio Silvia, io e i nostri bagagli, fino all'ingresso dell'albergo. Il personale ci accoglie con molta cordialità, diversamente dal tempo che provvede, con schianti fragorosi di alcuni fulmini, a far saltare la corrente.

Al lume di qualche candela e delle lampade LED dei cellulari, ci viene messa a disposizione una bella stanza. Silvia assegna a me il lettone matrimoniale e a se stessa il letto a una piazza, preparato sul fianco, un po' più in basso.

La stanza è caldissima, con un'umidità, aiutata dal diluvio esterno, che mi fa colare sudore come fossi sotto alla doccia. E' presente anche un condizionatore che speriamo rimanga acceso a lungo e produca buoni risultati, al ritorno della corrente; il bagno è una vera stanza, con tutte le comodità.

Siamo al 2° piano e ci affacciamo direttamente sul porticciolo di pescatori e sul piccolo promontorio su cui sorge il "castello-fortezza" che visiteremo il giorno dopo.

Scendiamo per la cena (non esiste ascensore) e ci viene servito un pasto a base di pesce e tortino: per me più che dignitoso. Usciamo per una breve visita del paese, approfittando della fine del temporale; percorriamo vie quasi deserte, frequentate da rari giovanotti; poi ci avviamo verso il porto, ma un ragazzo ci rincorre e ci sconsiglia di procedere per quella strada, troppo pericolosa...

Non vediamo altro da fare se non ritirarci a dormire: domani visiteremo il castello locale e poi quello di Cape Coast.

## **20/11/2018 martedì**

Per colazione possiamo scegliere tra una soluzione base e una con uova e prosciutto; ci limitiamo a caffè (preparabile con una bustina di Nescafé) e latte, accompagnati da marmellate locali.

Iniziamo la visita al castello dopo aver superato quel ponte, che affianca l'albergo e su cui eravamo stati fermati dal giovanotto locale, e che avevamo superato più volte, in auto, sotto il diluvio del giorno precedente, nella vana ricerca di un modo per avvicinarci all'ingresso del nostro Hotel. Ora sembra tutto pacifico; nel piazzale che si allarga oltre il ponte e sotto il castello ritroviamo Francois a nostra disposizione: lo preghiamo di attenderci per la fine della visita. Paghiamo qualche centesimo di euro e possiamo seguire una guida, inseriti in un piccolo gruppo di visitatori – all'apparenza sono tutti ghanesi.

Percorriamo stanzoni e corridoi blindati ricavati nei sotterranei: hanno ospitato migliaia di individui, maschi e femmine nel periodo della tratta degli schiavi: è una storia ancora troppo vicina a noi per non vergognarci di appartenere a quelle nazioni occidentali che hanno prodotto un simile obbrobrio. Gli ambienti e i racconti fanno rabbrivire: non è possibile che uomini come noi abbiano potuto inventare simili soluzioni: gli stanzoni, con minuscoli lucernari, danno su lunghi corridoi scarsamente illuminati e malamente aerati, che terminano nella “porta del non ritorno”, all'esterno della quale i barconi traghettavano quelle “non-persone”, ammanettate mani, piedi e collo, fino alle navi; qui venivano sistemate in loculi, simili a quelli dei cimiteri, per attraversare l'oceano atlantico fino alle Americhe; quelli che sopravvivevano a tutte queste torture, venivano venduti.

Disegni e ricostruzioni ci aiutano a farci accapponare la pelle.

Usciamo nel sole rovente e ci sembra di fare un torto a quei poveretti costretti a soffocare chiusi negli stanzoni, privati di cibo e acqua e costretti a condividere la vita con gli escrementi di tutti: i pavimenti in pietra o terra

battuta sono ancora ricoperti da quanto lasciato fino a circa 150 anni fa e trasformato in sedimento solido.

Ringraziamo la guida che ci ha fatto vivere un'esperienza forte, difficilmente dimenticabile: abbiamo potuto vedere ciò di cui avevamo ampiamente letto, ma la visita ci ha fondato in una storia vera e indimenticabile.

Recuperiamo i bagagli e paghiamo, per il pernottamento e i due pasti di due persone, 299 Cidi, pari a circa 60 euro. Per accettare la carta di credito, l'albergatrice ha dovuto telefonare alla banca che ha effettuato l'addebito immediato e ha dato il via libera; mi hanno pure rilasciato una ricevuta.

Francis ci aiuta a caricare i bagagli e partiamo per la tappa successiva: Cape Coast, distante qualche decina di chilometri.

Troviamo un altro castello-fortezza-prigione del tutto simile a quello di Elmina: è forse ancora più grande.

Una gentilissima studentessa universitaria ci fa da guida dagli spalti e dai quartieri alti, dove abitavano le autorità, alle stanze intermedie, a disposizione delle guardie, agli scantinati bui e malsani, adibiti alla raccolta degli “schiavi”, in attesa del trasferimento nelle Americhe.

Una corte interna consentiva di radunare le donne: dall'alto i responsabili della tratta potevano scegliere le preferite da violentare a piacere.

La vergogna si rinnova e cresce.

Al termine della visita, chiediamo alla nostra guida, così carina e simpatica, di indicarci un ristorante in cui mangiare un boccone; al posto di darci l'informazione, ci invita a seguirla e ci conduce su una fresca terrazza in legno, riparata dal sole e ventilata; insistiamo perché mangi con noi, ma, pur restando con noi tutto il tempo del pasto, accetta solo una bottiglietta d'acqua e ci consiglia di ordinare un piatto locale decisamente gradevole (ancora una volta a base di pesce e tortino).

Ci accompagna anche alla banca più prossima, dove poter prelevare moneta locale: un precedente ritiro avevamo già fatto il giorno precedente, passando nei pressi di Accra; ma Francis deve essere pagato in contanti e il cash dispenser ci consente, ogni volta, un limite massimo insufficiente a saldare il debito

pattuito; è anche un modo pratico per mantenere il controllo (quasi un ricatto) di ciò che ci aspettiamo da lui: ci siamo affidati a lui con la massima tranquillità, ma chi lo conosce ?

Ringraziamo la simpatica e cordiale fanciulla e ci avviamo verso la periferia della capitale dove ci attende, per il nuovo pernottamento, Céline, la mamma di Victor, l'amico svizzero di Silvia.

Francis, da me supplicato, procede ora più tranquillo e ci risparmia i patemi d'animo dei sorpassi azzardati vissuti il giorno precedente. Ma questo significa che impieghiamo un tempo più lungo nel traffico caotico; siamo anche fermati molto spesso da pattuglie di polizia con il pretesto di qualche controllo; ma, con l'aria di niente, il gendarme di turno allunga la mano e accoglie nel palmo, come se si dessero "un cinque" da vecchi amici, il biglietto di banca che Francis ha preparato; poi c'è qualche barriera autostradale dove bisogna lasciare qualche centesimo di euro.

Finalmente sotto la guida dell'inesauribile Silvia, che si è scaricata da Google la mappa del Ghana, arriviamo nei pressi della casa di Céline che, sentita per telefono, ci promette di venirci incontro; dopo ulteriori tre o quattro telefonate e qualche inversione ad U nel traffico caotico (ma Francis è perfettamente a suo agio) troviamo la signora; ci saluta con un gran sorriso e ci invita a seguirla: memorizziamo la targa e andiamo; peccato che, dopo poco, alcune auto si infilano tra noi che la perdiamo di vista; nuova telefonata, nuova inversione ad U e finalmente la raggiungiamo in una via laterale. Siamo presto a casa: superiamo un cancello, che chiude un muro di cinta sormontato da filo spinato avvolto come in trincea, poi un portone blindato e siamo dentro.

Per ringraziare dell'ospitalità, consegniamo a Céline l'enorme casco di banane da cuocere e il sacchetto di ananas acquistati lungo la strada.

Purtroppo la luce è momentaneamente sospesa nella zona, ma niente paura perché la signora è preparata: con due torce elettriche ci accompagna nelle due stanze e nei bagni a nostra disposizione; ci mostra anche la cucina e il salone nel quale mangeremo la colazione l'indomani; non ci

interessa il pasto serale che Céline ha parzialmente predisposto: è già buio da alcune ore; perciò mangiamo una banana e ci ritiriamo nelle nostre stanze; non manca solo la luce, ma, assai più grave, il climatizzatore che, almeno a me, sembra ormai un attrezzo indispensabile per passare la nottata in modo decente.

Dopo qualche ora la luce ritorna e mette in movimento una rumorosa ventola a soffitto: è piazzata proprio sopra al letto e dà fastidio per il rumore e per il vento che produce. La spengo. Pazienza dormirò umidiccio, sperando di trovare un po' di refrigerio rivoltandomi spesso nel gran letto matrimoniale a mia disposizione.

(fine della seconda parte)

**Emilio Cardellino**





*Tramite Smartphone, Tablet, PC, Smartv vieni ad incontraci sul nuovo sito [www.uetcaitorino.it](http://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!*

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

*Scrivici alla casella email  
[info@uetcaitorino.it](mailto:info@uetcaitorino.it)*

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

seguici su



**l'Escursionista**  
la rivista della Unione Escursionisti Torino

**Aprile 2019**

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013