



# l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Maggio 2019

€ 0,00

## Castagneto Po

A due passi da Torino tra storia, boschi e leggende

**Piccoli racconti delle stube**  
Storie e leggende delle Dolomiti

**Acquilotti sui cieli di Rhemes Notre-Dame**  
Scuola di alpinismo giovanile Giuseppe Lavesi

**Un anello da Almese alla Madonna della Bassa**  
Passando per la Goja del Pis ed il Sentiero delle Guardie

**Eugenio Bolley**  
Il gioco dell'arte e della montagna

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



Anno 7 – Numero 67/2019

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





## Sorprese

Nel mese di Aprile il giornale “La Stampa” ci ha riservato delle belle sorprese. Il 12 Aprile è stato pubblicato su *Torinosette* nella rubrica “Sul filo della memoria”, una bella fotografia di giovani sciatori d’altri tempi, con pettorale da gara, soci UET.

L’articolo che l’accompagnava, scritto dalla signora Piera Carla Rasetto, racconta le belle esperienze fatte dal gruppo nel periodo precedente il 1970. Erano in tanti, le uscite si facevano in pullman, ma con l’avvento dell’automobile il gruppo si è gradualmente sciolto.

Abbiamo poi contattato il signor Carlo di cui era pubblicato il numero di telefono, ed è stato invitato nella nostra sede al Monte dei Cappuccini con la signora Piera Carla. L’incontro è avvenuto il 19 Aprile. E’ stato veramente piacevole sentire i loro racconti e con quale entusiasmo andavano in montagna nonostante le difficoltà per raggiungere i punti di partenza delle escursioni o per sciare.

Ad esempio per andare a sciare al Pian del Frais, partivano da Torino Porta Nuova con il primo treno della neve delle ore 5,30, a Chiomonte alle 8,30 prendevano la funivia per il Frais; sciavano tutto il giorno e riprendevano, alla sera, il treno per Torino, sempre con gli stessi scarponi ai piedi! Cosa direbbero gli attuali nostri Soci a una proposta di questo genere?

Il signor Carlo Bertino è stato presidente dell’UET e gestore del rifugio Toesca; racconta che a quel tempo partivano a piedi da Airassa, i trasporti per il rifugio erano tutti fatti a spalla, solo per rifornimenti importanti o per materiali per la manutenzione, si usava il mulo del signor Fiore, la cui abitazione si trova lungo il percorso per il Rifugio Amprimo.

Si è poi ricordato di alcuni fatti successi al Rifugio tra cui la botola che si trovava davanti al lavello, 3 scalini che scendevano in cantina, una trappola per chi non era attento che finiva di caderci dentro; la botola è stata eliminata con la ristrutturazione del 1998.

Con questa pubblicazione la signora Rasetto voleva avere notizie dei giovani sciatori immortalati nella fotografia e il nostro amico Renè dopo un primo momento di emozione, ha ricordato con piacere le gare di sci e le coppe vinte.

E’ stato anche piacevole sentire che allora come adesso, le trattorie erano gradite e ne hanno elencate un gran numero, riservando un particolare ricordo all’Albergo Rocciamelone di



Sezione di Torino





Usseglio, ancora attivo oggi e frequentato dai nostri fondisti.

Sono poi stati molto disponibili a farci avere copie de L'Escursionista ed altri scritti riguardanti l'UET di quei tempi. Loro non frequentano più la montagna per motivi di salute, ma i figli ed i nipoti ne sono assidui frequentatori sia d'estate che d'inverno

L'altro articolo è di domenica 14 Aprile ed è riportato nella rubrica "Storie del territorio" e ricorda i fondatori del GISM (Gruppo Italiano Scrittori di Montagna) avvenuto nel 1929. I signori Adolfo Balliano e Agostino Ferrari, non potendo opporsi al trasferimento, voluto dal regime, del CAI da Torino dove era nato 1863, a Roma, non accettano che l'alpinismo venga confuso con tutti gli altri sport del Coni.

Il GISM diventa così l'esaltazione della montagna come cultura, etica, morale dove non ci sono record da battere ma montagne da esplorare, osservare e conoscere in modo scientifico.

Si rivolgono anche al Duca Luigi Amedeo di Savoia, che in quel momento è in Africa, gli offrono il titolo di socio onorario, risponderà con un telegramma dalla Somalia: "Accetto Socio ordinario. Stop. Arrivederci a Torino." L'atto di fondazione del Gruppo viene firmato a Palazzo Cisterna nello stesso anno così una parte del Club Alpino Italiano rimaneva a Torino.

Questo fatto è importante per noi in quanto il signor Balliano è stato Presidente della UET e quindi possiamo essere orgogliosi che nostri soci siano ricordati per fatti così importanti come la fondazione del Gruppo Scrittori di Montagna.

**Domenica Biolatto**  
*Presidente*

*Chi si riconosce in questa fotografia?*

*Eravamo in tanti e tutti giovani.*

*La gara annuale di sci organizzata dalla mitica UET, Unione Escursionisti Torino.*





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

## Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 7 – Numero 67/2019  
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,  
Cristina Natta Soleri, Veronica Lisino

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 Maggio 2019

Editoriale – Riflessioni della Presidente	
<b>Sorprese</b>	<b>02</b>
Ciastre – La rubrica dell'Escursionismo Invernale	
<b>Castagneto Po</b>	<b>05</b>
Aquilotti – la rubrica dell'Alpinismo Giovanile	
<b>Acquilotti sui cieli di Rhemes Notre-Dame</b>	<b>07</b>
Il cantastorie Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi	
<b>Piccoli racconti delle stube:</b>	
<b>Les Ciampanes da Lungiarü</b>	<b>11</b>
<b>Le Paur da Corvara y l'Orco</b>	<b>12</b>
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweiss	
<b>La povera Emma</b>	<b>18</b>
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare	
<b>Il Pane del Veneto</b>	<b>23</b>
C'era una volta - Ricordi del nostro passato	
<b>Quando si viveva senza frigorifero</b>	<b>27</b>
la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna	
<b>Eugenio Bolley</b>	
<b>Il gioco dell'arte e della montagna</b>	<b>30</b>
Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli	
<b>Un anello da Almese alla Madonna della Bassa per la Goja del Pis ed il Sentiero delle Guardie</b>	<b>33</b>
Pensiero libero – Quello che mi va di raccontare	
<b>Pasquetta "culturale" UET a Usseglio in Val di Viù</b>	<b>38</b>
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute	
<b>Le posizioni migliori e peggiori per dormire</b>	<b>40</b>
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici	
<b>Strizzacervello</b>	<b>43</b>
Prossimi passi - Calendario delle attività UET	
<b>Non ci sono vecchi senza dolori, giovani senza amori e maggio senza fiori</b>	<b>50</b>
Color seppia - Cartoline dal nostro passato	
<b>Un acquazzone in montagna</b>	<b>52</b>
Reportage – Ai confini del mondo	
<b>Venti giorni a Lomè (terza parte)</b>	<b>54</b>



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

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

## Castagneto Po

A due passi da Torino  
tra storia, boschi e leggende



Sul cappello un bel fior  
la rubrica dell'Escursionismo estivo

Neanche il tempo di respirare.

La stagione dell'escursionismo invernale è appena terminata e già pressante, quell'altra è alle porte.

Come sempre, le prime uscite sono necessariamente a bassa quota, con un dislivello non troppo alto e possibilmente con l'opzione di sedersi con le gambe sotto il tavolo al termine della sgambata.

Se per le prime due scelte non ci sono stati problemi, per la terza qualche difficoltà è sorta e solo grazie alla solerzia di Emilio tutto si è aggiustato, anche se con qualche mugugno.

La località scelta quest'anno è a due passi da Torino: Castagneto Po dove, come recita il testo, sarà possibile effettuare una passeggiata tra colline, chiese e antiche ville.

L'orario del ritrovo è comodo (8,30) il numero dei partecipanti interessante (48) perciò è accompagnati da un benevolo sole che, dopo il solito caffè racimolato in giro, ci troviamo sul piazzale della chiesa di San Genesio (352 mt.) situata nei pressi del sopracitato comune.

Edificata in più riprese tra il 1019 e il 1150 dai benedettini dell'abbazia di Fruttuaria, viene poi rimaneggiata ed ampliata nei primi del 1900 dall'architetto Ceriana che costruì l'attuale facciata e rettificò i fianchi.

Dell'antico nucleo che richiamava i pellegrini della sottostante via Romea, oggi restano solo lo stupendo campanile in muratura a pianta quadrata, l'abside centrale e la piccola abside a nord.

Secondo la tradizione nella chiesa ci sarebbero due san Genesio entrambi martirizzati sotto Diocleziano nel 303. Uno scrittore, protettore dei notai e l'altro comico, protettore degli attori.

Sul piazzale si trova inoltre la fonte di S.Genesio, sorgente d'acqua termale contenente sostanze usate in idroterapia. Soggetta a studi a partire dal 1725 per le virtù curative, nel 1825 venne denominata Regia grazie al munifico intervento del re Carlo Felice.

Dallo storico piazzale, calzati scarponcini ed

indossati gli zaini, si sale per un breve tratto asfaltato la strada per poi imboccare quasi subito una sterrata che si stacca sulla sinistra inoltrandosi nella boscaglia.

Quasi subito sotto i nostri occhi compare una barricata di maestosi bambù notevoli sia per l'altezza che per il diametro dei fusti.

Durante il percorso raccattiamo Luca che essendo residente a Castagneto sarà il nostro cicerone domenicale.

Dopo una serie di giravolte a tratti su strada asfaltata, il sentiero ci conduce, tramite una bella scalinata, nel cuore del comune di Castagneto proprio di fronte alla parrocchiale.

La chiesa, dedicata a San Pietro Apostolo, è stata edificata in stile neoclassico nella metà del XIX secolo su una costruzione preesistente eretta nel XIII secolo. La cartellonistica ci indica il percorso giusto che, passando a fianco della chiesa, si inoltra nel bosco del Vaj.

Dichiarata riserva naturale nel 1978, l'area, che comprende il bosco, è situata nella collina torinese nei pressi di Chivasso ed insieme al parco naturale della collina di Superga e al parco fluviale del Po costituisce un grande bacino di interesse naturale e botanico.

Continuando l'escursione ben presto raggiungiamo un'area attrezzata dove con Franco avevamo previsto una gratificante sosta. Mentre sbocconcello un panino si discute con gli amici sul futuro dell'Uet... la vedo grigia.

Dopo esserci rifocillati riprendiamo il percorso seguendo uno dei tre itinerari che conducono al Bric del Weil punto culminante e panoramico.

Il bosco è veramente stupendo composto perlopiù da querce, castagni, ciliegi selvatici e stupendi esemplari di faggi alcuni secolari.

Dopo un tratto pianeggiante sulla sinistra parte il cosiddetto sentiero di Samir che imbocchiamo decisi.

Si tratta di un breve percorso ad anello lungo



il quale, mediante l'aiuto di cartelloni esplicativi, facciamo conoscenza della fiaba che narra le vicissitudini di un ragazzo che, grazie all'aiuto degli alberi del bosco, ritrova l'amico mago.

Torniamo ben presto sulla sterrata originale non senza aver prima notato un gruppo di... pini che chissà in seguito a quali strani eventi sono finiti quaggiù, nel profondo del bosco.

Raggiungiamo una località denominata "I Roc" dove imbocchiamo il sentiero sulla sinistra trascurando gli altri che ci porterebbero lontano.

La traccia tramite un percorso ripido ci conduce alle case della borgata Soliti Alti. Il cammino prosegue tra un susseguirsi di saliscendi con un panorama purtroppo velato da una leggera foschia.

Ad un certo punto raggiungiamo un crinale dove, nuovamente in piano, alzo lo sguardo accorgendomi della dolcezza del paesaggio: sembra di essere nel cuore del Monferrato.

Superiamo ora, su strada asfaltata, le borgate Molinare e Coste dopo le quali un sentiero ci conduce in breve nuovamente a S.Genesio,

l'anello è chiuso!

Saluti, via gli scarponi.

Un breve ciao con quelli che si apprestano alla merenda sinoira (ancora grazie Emilio) e via verso casa convinto della giornata passata in bellezza .

**Griffone Franco**



### L'antefatto

Ci siamo il primo corso è iniziato. Prima uscita, solita ciaspolata.

Quest'anno, è noto a tutti, la neve si è fatta desiderare e quando è finalmente arrivata ha dovuto immediatamente subire l'assalto di giornate radiose che ne hanno procurato la quasi immediata scomparsa.

Così, con l'avvicinarsi della data fatidica, ho iniziato l'esplorazione su libri e pubblicazioni varie che presentassero le necessarie qualità atte a soddisfare i giovani alpinisti. Un non eccessivo dislivello del percorso e la vicinanza di un rifugio aperto sono requisiti non dico obbligatori, ma necessari per la buona riuscita dell'escursione.

Ma non è così facile. La prima idea che mi è venuta in mente è stata una ricognizione al rifugio Ferraro. Situato in val d'Ayas, aperto, raggiungibile superando un dislivello modesto (377 metri) in un paio d'ore.

Il tempo stringe, spargo la voce, Luciano e Nabil si dichiarano disposti ad accompagnarmi molto volentieri. Decidiamo per domenica 3 marzo ultima data possibile prima del fatidico 10 marzo. All'ultimo Nabil si defila, pazienza.

Passo a prendere Luciano a casa e via si va. Senza problemi giungiamo a Saint Jacques località da cui si parte solitamente per raggiungere il rifugio. Appare subito chiaro che con i ragazzi non sarà così facile.

Il primo tratto è sicuramente bello ma abbastanza ripido. I veri problemi incominciano quando si giunge al pian di Verra inferiore. Dopo un breve tratto innevato infatti, il sentiero si inoltra nel bosco e dopo poco un evidente cartello ci indirizza nella giusta direzione. Il percorso ora diventa severo, erto, quasi interamente ghiacciato, non percorribile con le racchette da neve o con i soli scarponcini.

Raggiungiamo il rifugio solo grazie ai ramponcini piccoli ed utili accessori da indossare sotto gli scarponi. Per scendere optiamo per un altro percorso che si rivela ancora più insidioso: sottili lamine di ghiaccio

sono coperte da uno strato di aghi di pino e di terriccio rendendo problematico l'equilibrio.

Niente da fare. Dopo aver relazionato la prova si decide per un'altra località. I tempi ora sono veramente strettissimi: Scartabello 4/5 libri e finalmente trovo il posto che mi sembra adatto: rifugio Benevolo, valle di Rhemes. Telefono per sincerarmi, sono aperti!

Decido di provare il percorso giovedì. Peccato che nessuno potrà accompagnarmi. Sono un testone

andrò da solo. Quando mi alzo, giovedì mattina, diluvia. Non importa. Zaino, scarponi, racchette da

neve, macchina, strada. Tanta strada.

Occorre arrivare ad Aosta ovest uscire ed imboccare la statale 26 ed in seguito, seguendo le indicazioni, si imbecca la carrozzabile che mi permette di risalire la valle.

Arrivo a Rhemes Notre-Dame accompagnato da una copiosa nevicata che ha sostituito la pioggia della pianura. La strada è scomparsa sotto uno strato bianco che mi impedisce la corretta localizzazione dei bordi della stessa. Proseguire sarebbe pericoloso, non posso.

Aspetto pazientemente l'arrivo dello spartineve che finalmente arriva lemme lemme ripulendo a dovere la strada. Risalgo velocemente, fino quando mi è consentito, e parcheggio la macchina in un piccolo spazio, dove inizio a lanciare occhiate intorno. Il bianco è il colore dominante.

Nessuna traccia visibile. Un passante (!) frettoloso mi fornisce alcune indicazioni preziose. Ma è tardi, troppo tardi.

Pur avendo nello zaino la "rotta" tracciata e nella testa le informazioni appena ricevute non posso

proseguire. Rosa mi aspetta a casa. Altri compiti urgenti da risolvere mi attendono. Relaziono con

Nabil, allerto il rifugio, ritorno a casa. Domenica si vedrà...



## Il fatto

42 ragazzi! Poi ci sono i genitori. Poi ci sono gli istruttori e i loro aiuti. Aggiungeteci due autobus e vi lascio immaginare come deve essersi sentito il personale dell'autogrill di Scarmagno dove, come al solito, ci si ritrova per compattarci.

Bene o male ci siamo tutti e con una bella e diligente colonna di macchine risaliamo la valle d'Aosta prima, quella di Rhemes poi, fino ad accodarci ad altri veicoli già presenti dove finisce l'asfalto percorribile. Si distribuiscono e si adattano ai piedi dei ragazzi le racchette da neve, si accendono gli artva e si va.

Il tempo è bruttino, ogni tanto raffiche di vento

sferzano le cime ed il fondovalle. Qualche fiocco di neve misto a pioggia inizia a cadere ma di sicuro non è questo a fermarci.

Stavolta il percorso è perfettamente visibile, decine di piedi con e senza racchette hanno lasciato una traccia ottima. In fila indiana iniziamo la "processione" inizialmente con me come capofila.

La risalita della strada poderale è lenta. Natalia prende la testa e va... Faccio fare frequenti soste per non permettere uno sfilacciamento del gruppo troppo evidente.

I genitori seguono dietro. Siamo lenti. Il paesaggio è fantastico. Un paio di ragazzi

avvistano degli stambecchi . La notizia corre di bocca in bocca ed ora sono decine gli occhi puntati lassù, dove gli animali ci guardano curiosi, per nulla spaventati.

Presto arriva il primo intoppo consistente in una lingua di slavina che occupa la strada. Occorre risalirla e ridiscenderla con prudenza, accompagnando i ragazzi uno per uno nei tratti più scivolosi Dopo questo primo ostacolo se ne presenta purtroppo un secondo anche questo scavalcato con lo stesso procedimento. Ma il tempo implacabile è tiranno!

Mi rendo conto che, pur essendo in vista del ponte (ultimo ostacolo), non riusciremo a raggiungere il rifugio entro un tempo accettabile. D'accordo con tutti si "stoppa" per il pranzo con grandi sospiri di sollievo da parte dei giovani... e non solo loro.

Gli unici a digiunare siamo Nabil ed io convinti di arrivare al rifugio e gustare le specialità locali. Luciano mi allunga una barretta che divoro. Più tardi verrò a conoscenza che il nostro gruppo era stato individuato, poco prima della partenza, dal rifugista.

Tornando indietro, in modo spontaneo , un piccolo gruppo con pala in mano ci precede onde poter scalinare, appiattare, abbattere le difficoltà incontrate nelle salite.

Li seguo per "testare" ed ulteriormente rifinire a pedate i loro ammirevoli sforzi.

Agevolmente superiamo tutto. Siamo in vista

delle macchine. Foto di gruppo per i ragazzi con momenti comici quando ci si accorge che ne mancano 4 o 5. Occorre ripescarli in giro... Fatto? Foto!

Macchine e via. Calma prima dobbiamo recuperare tutte le racchette. Ora si può partire.

E no! Nabil ed io essendo vuoti decidiamo di fermarci in un locale che avevo individuato durante l'esplorativa. Paninoni fantastici, Toast, caffè, cioccolata e bevande varie per i ragazzi con noi in macchina.

Si va, Torino, Sassi. Stop per consegnare al genitore, che arriva trafelato, la sua creatura.

Finalmente a casa. Sono le 19, è stata una giornata molto, molto soddisfacente per noi ma soprattutto per gli "scolari", dichiaratamente divertiti e contenti.

Peccato non aver raggiunta la meta ma l'imperativo è il solito: è bello andare ma è tassativo tornare.

Alla prossima.

**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

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.



## Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

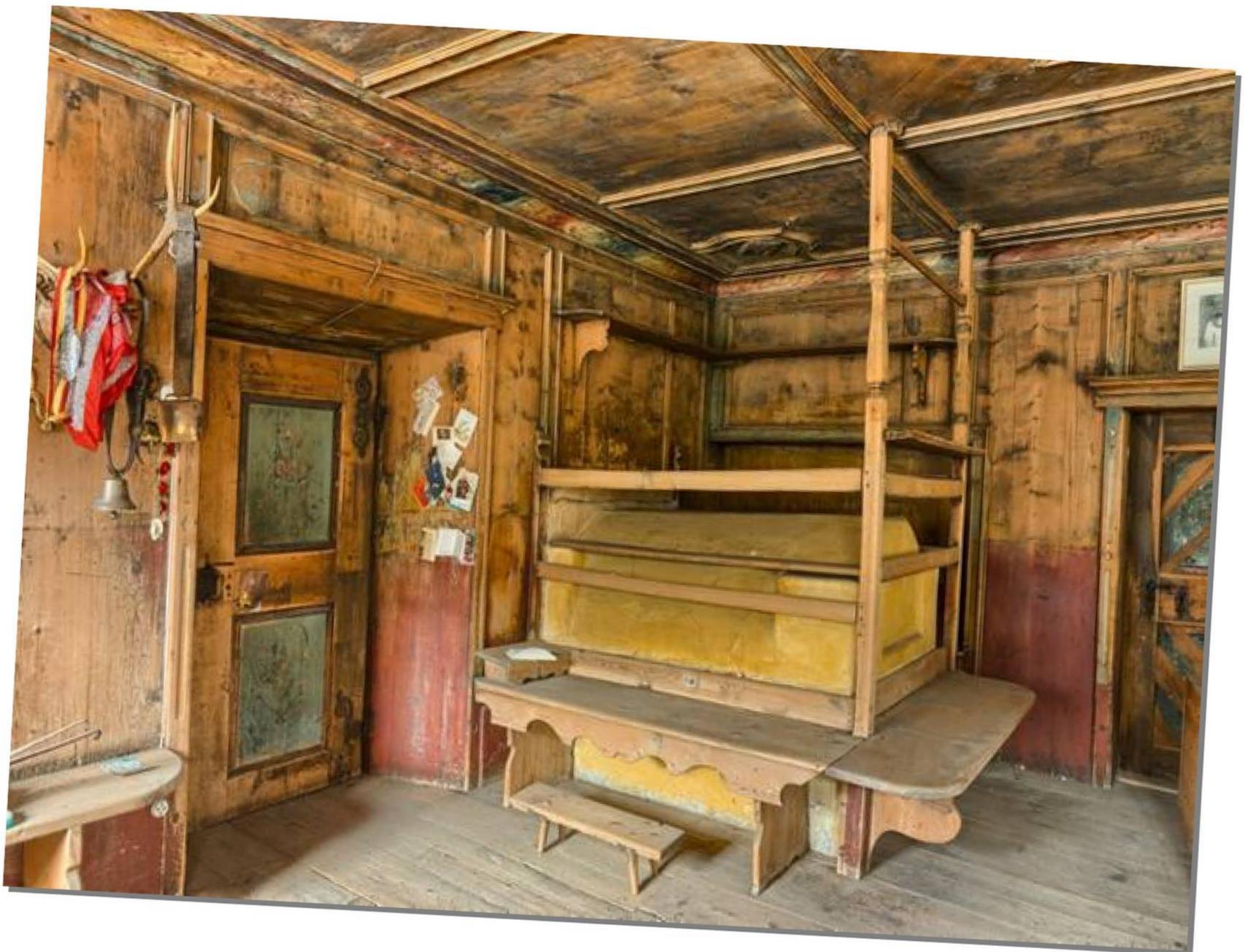
### Les Ciampanes da Lungiarù

Il suono delle campane di Longiarù prima della tragedia

Una volta la chiesa del piccolo paese di Longiarù nella Val Badia si ergeva in una posizione diversa da quelle che conosciamo oggi.

L'attuale chiesa di Longiarù, dedicata a Santa Lucia e San Iodoco, venne costruita e poi ampliata in seguito ad un evento tragico.

In località Ustì Vedl, vicino al torrente di Vi, gli abitanti ladini costruirono una chiesetta di dimensioni ridotte ma di straordinaria bellezza. Dopo giorni di piogge nei pressi della Vila di Vi si staccò un enorme frana che scendendo verso valle portò con se tutto quello che trovava, alberi, case e fienili.



L'ultimo edificio contro il quale si schiantò la frana fu la chiesa. Come tutto il resto la chiesa fu completamente sepolta da masse enormi di detriti.

La popolazione di Longiarù non si scoraggiò e iniziò subito con i lavori per la costruzione della nuova chiesa poco più verso le montagne del Puez. Gli abitanti di Longiarù avevano appena posato le prime pietre della nuova costruzione quando un giorno udirono suoni di campane.

I suoni non provenivano dai paesi vicini come si pensò in un primo momento, sembravano provenire da vicino e anche se non erano sempre netti e chiari si potevano udire nell'intera valle di Longiarù.

Quando le campane smisero di suonare il cielo si oscurò improvvisamente e una violenta pioggia si abbattè sul paese. Si racconta che da quel giorno in poi prima che arrivasse il cattivo tempo, nella valle di Longiarù risuonavano i colpi metallici delle campane.

Nelle case del paese si iniziò a raccontare che i suoni provenivano dalla vecchia chiesa sepolta nella profondità del terreno.

Per anni, ogni volta che si sentivano le campane, i contadini sospendevano i lavori per pregare che le loro case venissero risparmiate dal brutto tempo. In alta quota, nei boschi, sui pascoli e in paese tutti si fermavano per ricordare la tragedia portata dalle piogge.

Un giorno, nel tardo pomeriggio, la famiglia del Lùch da Pecèi stava ancora raccogliendo il fieno quando sull'altro versante della valle iniziarono a farsi sentire i battenti delle campane. I contadini avevano intenzione di portare al riparo tutto il fieno prima che facesse buio e per questo motivo non si fermarono a pregare.

Dopo quella giornata a Longiarù si ebbero tante giornate di brutto tempo ma mai più le campane ne preavvisarono l'arrivo.

*La vecchia chiesa di Longiarù viene nominata per la prima volta in un documento datato 1371 dove il parroco di Pieve di Marebbe promette alla comunità di Longiarù di celebrare otto sante messe all'anno. La chiesa era dedicata ai santi Iodoch e Luzia (Iodocco e Lucia). La frana di cui si parla nel racconto*

*si è effettivamente verificata, ci sono alcuni dubbi riguardo all'anno esatto della strage che si è verificata tra il 1480-1490. Si ebbero più giorni di cattivo tempo nei quali si formarono più frane, una di queste distrusse parte del paese presente sotto la vila de "Vi" e la chiesa che fu totalmente sepolta dalla terra e dal fango.*

*La località dove sorgeva la prima chiesa di Longiarù venne batezzata "Col dla ro" che significa "Colle della Frana" che é tuttora il nome della località nei pressi del "Ustì Vedl" che a sua volta significa "Oste vecchio" a testimonianza della presenza del centro del paese in questa località.*

*Per anni la popolazione di Longiarù svolse le sue processioni religiose sopra il terreno che conserva la vecchia chiesa di Longiarù. In seguito la chiesa venne costruita dove la possiamo ammirare oggi e successivamente (1865-1867) venne ampliata.*

## *Le Paur da Corvara y l'Orco*

*L'orco di Col Maladët vicino a Corvara in Val Badia*

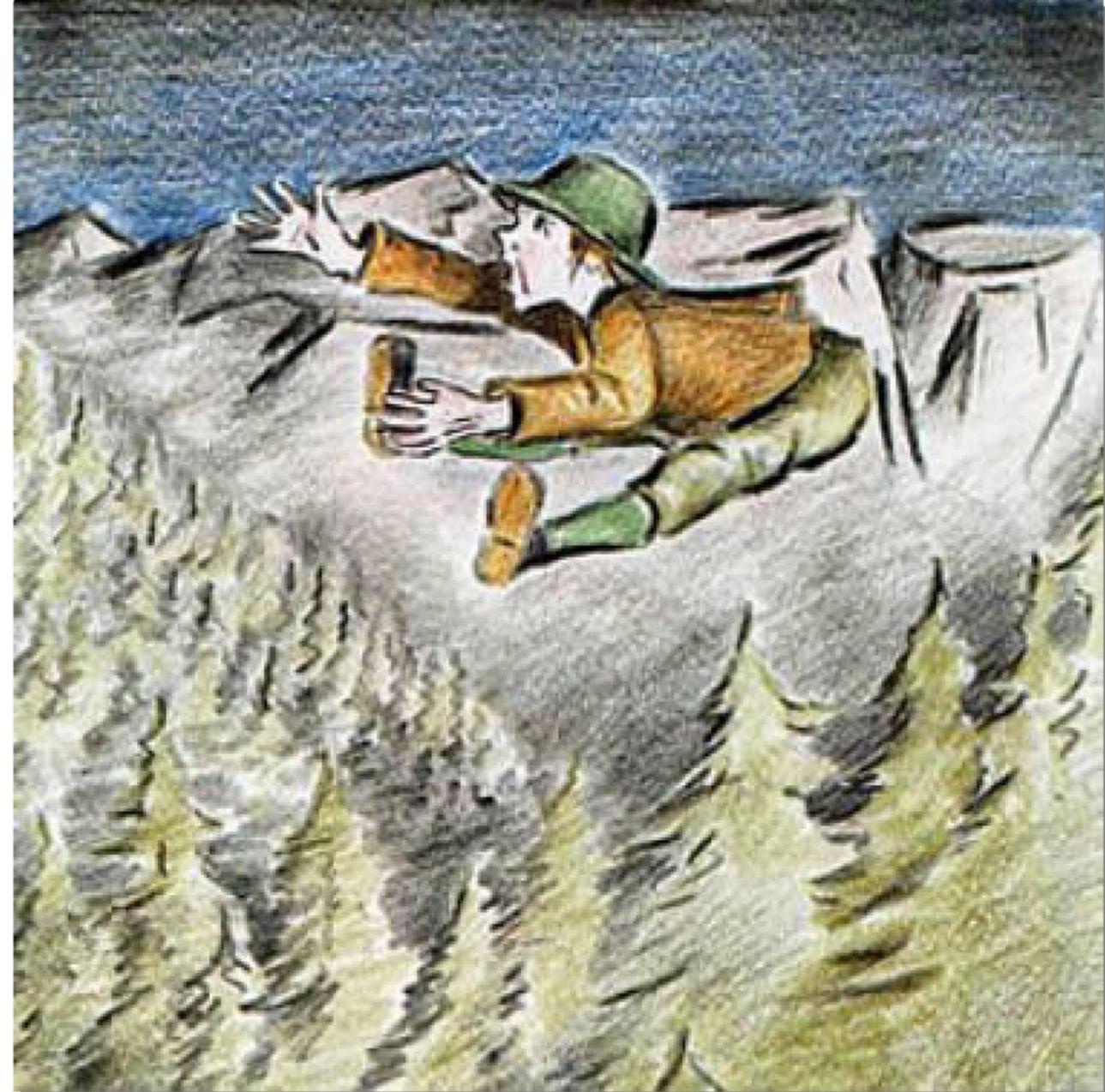
Molto tempo fa, nel piccolo paese di Corvara nella Val Badia abitava un giovane contadino. Era un gran lavoratore ma aveva un piccolo difetto, quando incontrava qualcuno non faceva altro che vantarsi delle sue esperienze e delle sue capacità.

Una mattina, in occasione del mercato di Pederò, il giovane acquistò due buoi e il pomeriggio stesso raggiunse Pedraces. I due animali erano stanchi e anche lui sentiva il bisogno di sedersi per recuperare qualche energia.

Legò con cura gli animali presso una staccionata di fronte all'osteria e entrò con l'intenzione di bere qualche bicchiere di grappa. Si sedette vicino ad alcuni contadini dove la discussione sembrava essere particolarmente vivace.

L'argomento della discussione era l'orco di Col Maladët. Il giovane contadino era molto interessato e partecipava attivamente al dialogo. Come da sua abitudine iniziò subito a vantarsi.

Diceva con convinzione che non avrebbe mai e poi mai avuto paura a passare per Col



Maladët, ci avrebbe perfino passato la notte. Ed insisteva dicendo che se mai avesse avuto la possibilità di vedere l'orco gli avrebbe dimostrato tutta la sua grinta e la sua forza.

Il pomeriggio passò in fretta e quando il sole era ormai calato si avviò verso Corvara. Arrivato nei pressi di Col Maladët era ormai notte fonda. Non ebbe nemmeno il tempo di rendersi conto dov'era che già sentiva le acute urla dell'orco in lontananza.

Le urla si stavano spostando con estrema velocità verso il contadino. I due buoi iniziarono a scalcciare dallo spavento, liberandosi dalla presa del contadino e correndo in direzione del Sassongher.

Il contadino era paralizzato quando venne sollevato in aria con una forza impressionante. Era sospeso in aria da forze misteriose che lo catapultarono da una cima all'altra per tutta la notte. In un primo momento si ritrovò sul Sas dla Crusc per poi essere trasferito come un fulmine sul Gherdenacia.

Arrivata l'alba il contadino era stremato e non sapendo più cosa fare, si fece il segno della croce. In quel preciso istante cadde nello stesso punto dove la sera prima iniziò a

sentire le urla dell'orco. Il giovane giaceva a terra con un aspetto terrificante, era pieno di graffi e ogni suo piccolo movimento gli provocava un forte dolore alle ossa.

Pochi giorni dopo i due buoi vennero trovati tra il bosco rado alle pendici del Sassongher. Passarono molti giorni prima che il contadino riuscisse a guarire dalle ferite e soprattutto dallo spavento.

Da quel giorno non si vantò mai più con nessuno e quando doveva passare per Col Maladët si faceva regolarmente il segno della croce.

*Col Maladët è il nome di una località presente poco prima del paese di Corvara, arrivando da La Villa, alle pendici del Sassongher.*

*Il nome significa letteralmente Colle Maledetto, molto probabilmente dovuto ai racconti che narravano dell'esistenza di un orco tra i boschi del Col Maladët.*

**Mauro Zanotto**

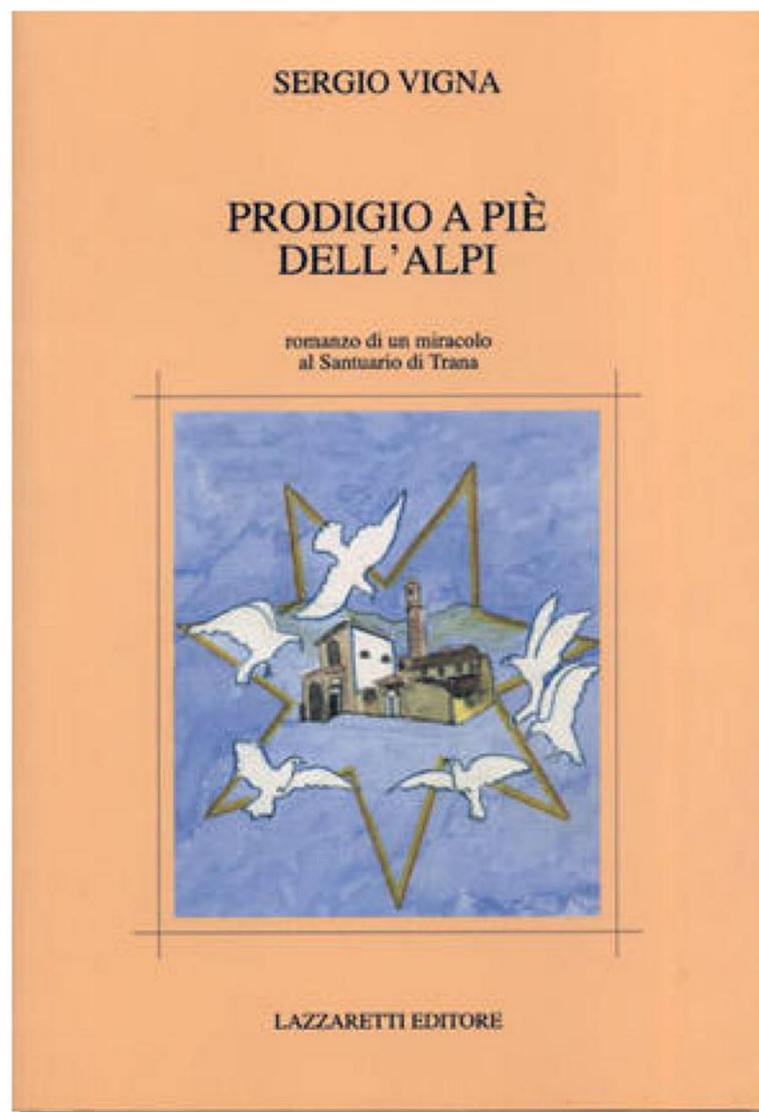
Sergio Vigna è nato a Torino nel 1945 e vive a S. Bernardino di Trana dal 1969.

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».*

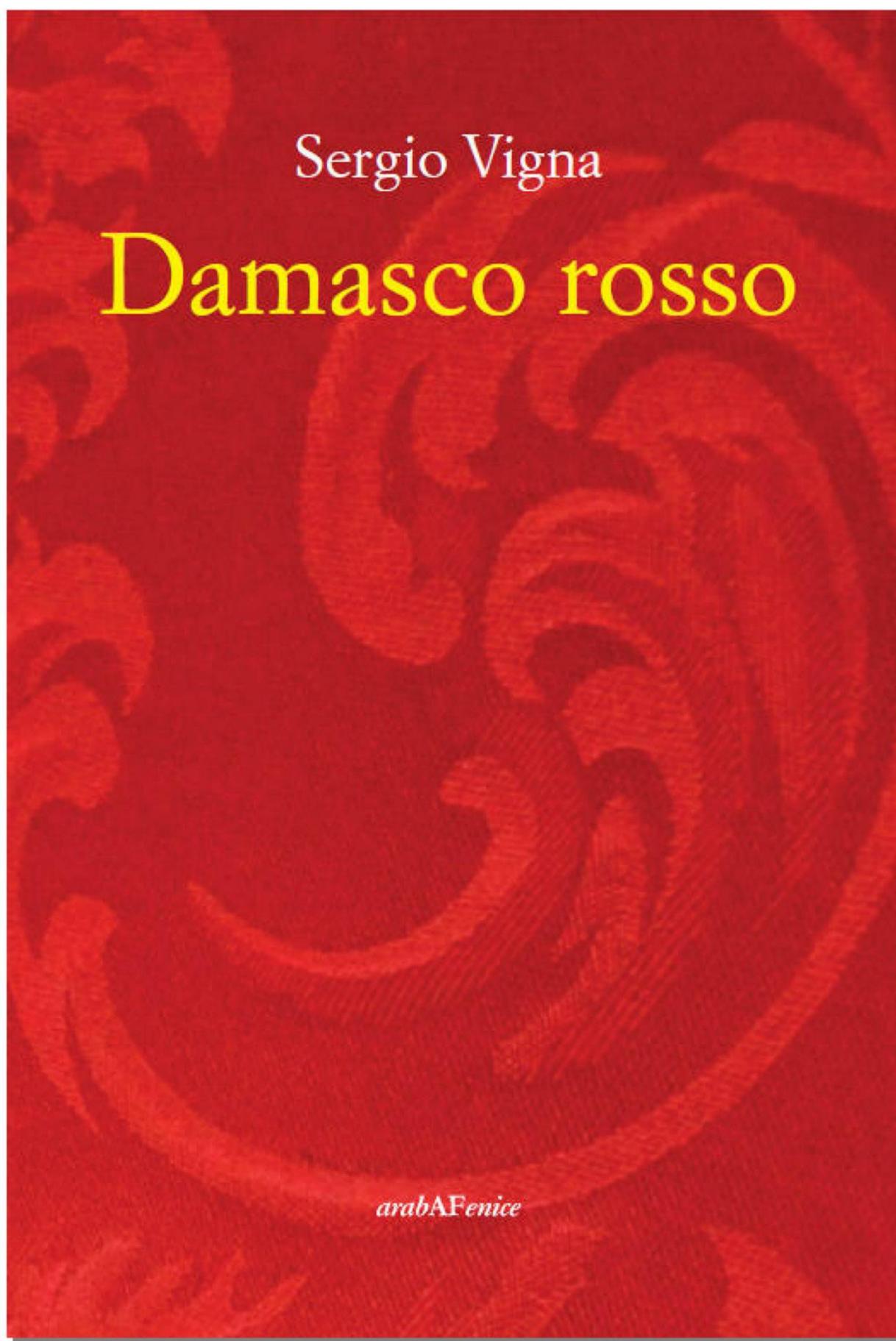
*«Cosa vuoi che sia una ramanzina, un'altra medaglia da appendere al petto e smerdare quegli stronzi che ci credono dei bambini paurosi» soggiunse Salvatore.*

*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.*



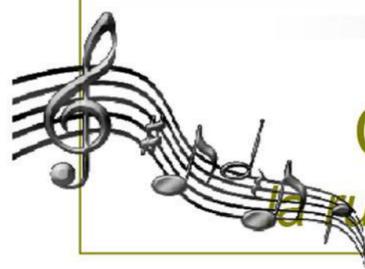
## La povera Emma

*Ma come mai, mia cara Emma  
son già le nove e sei ancora a dormir?  
Mi sento male, mal da morire,  
ti raccomando i miei tre figliolin*

*dopo tre mesi che Emma era morta  
di un'altra donna lui s'innamorò  
di un'altra donna tanto crudele  
che maltrattava i suoi tre figliolin*

*Al più piccino dava le botte  
con gli altri due usava il baston  
Allora andaron sulla sua tomba  
piangendo: Ohi mamma ci tocca morir!*

*Quando il marito ritorna a casa  
trova la Emma seduta colà  
Son ritornata per quell'ingrata  
che maltrattava i miei tre figliolin  
Son ritornata dal mondo di là*



**Canta che ti passa !**

*la rubrica del Coro Edelweiss*

*Canto narrativo diffuso nell'Italia centro-settentrionale, conosciuto anche con il titolo "La povera Emma".*

*Il nome della protagonista è a volte sostituito con "Lena" o "Nena".*

*Il tema registrato anche in altri Paesi europei, è quello della madre resuscitata per aiutare i figli maltrattati dalla matrigna. Il canto è documentato da Costantino Nigra.*

I Canti popolari del Piemonte, nei quali il Nigra utilizzo i materiali già raccolti e rielaborò i risultati cui era giunto, non sono infatti soltanto un'opera di filologia, ma un saggio di storia della poesia popolare, o meglio, un quadro storico-filologico non certo privo di ombre, ma ricco di scorci che continuano a conferire all'insieme vita e calore. Si può anzi affermare che i Canti popolari del Piemonte, con la relativa problematica che li anima, sono stati e restano tuttora il banco di prova dei maggiori

*Costantino Nigra nacque a Villa Castelnuovo l'11 giugno 1828 e morì a Rapallo il 1 luglio 1907 come militare servì il Regno di Sardegna nel 1848 nei Bersaglieri e partecipò alla Prima Guerra d'Indipendenza.*



Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=hXTxFwp819c>

folkloristi italiani ai quali il Nigra ha aperto una nuova provincia del sapere.

Dal 1855 al 1888 i Canti popolari del Piemonte occuparono quasi tutte le ore del Nigra da lui non dedicate alla politica, ore che rappresentavano per lui un'oasi di serenità e di raccoglimento ed un appiglio per tenersi legato alla terra natale.

Egli mantenne infatti una viva corrispondenza con i suoi informatori piemontesi; conobbe i maggiori folkloristi italiani – Pitre, D'Ancona, Rubieri, Graf, Rajna, Comparetti, Novati ed altri ancora – favorito dalla sua fama in campo



*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.*

diplomatico, accostò i maggiori folkloristi europei, francesi, austriaci, inglesi, tedeschi, svedesi, russi, ecc. Dal Paris al Child, non vi fu infatti folklorista straniero che egli non conoscesse e con il quale non fosse in corrispondenza.

In sostanza il Nigra pose nello studio della poesia popolare lo stesso impegno, lo stesso stile, la stessa misura che aveva adottato in diplomazia e come il diplomatico piemontese si fece veramente italiano attraverso le esperienze europee, così il folklorista canavesano si fece studioso europeo sprovvincializzando decisamente gli studi della poesia popolare.

“Il Nigra distinse le canzoni della sua raccolta in due serie, delle storiche e delle romanzesche, che rispondono con una logica esattezza ai due generi di poesia popolare effettivamente più comuni nel popolo subalpino, perché più confacenti alla seria e cavalleresca sua indole.

Ad ogni canto aggiunse tutte le varianti delle diverse provincie e dei diversi dialetti e anche tutte le provenienze, affinità, imitazioni che possono rintracciarsi nella poesia popolare delle nazioni straniere.

E infine corredò i canti di una fedele traduzione italiana e di tutte quelle note e avvertenze che possono meglio chiarire o illustrare il valore dei vocaboli e della pronuncia in ciascun dialetto”.

Appunto per questo la poesia popolare, secondo il Nigra, non è mai qualcosa di immobile, di fisso, bensì un'opera in continuo movimento e rinnovamento. La stessa tradizione della poesia popolare è perciò legata alla sua innovazione che la storicizza.

I popoli, afferma il Nigra, in una delle pagine più belle che egli abbia scritto, non si limitano a ripetere le antiche canzoni e a modificarle continuamente. Essi creano nuove canzoni anche oggi.

Solamente queste creazioni, che si producono, lungi dalle città, negli oscuri villaggi, nei campi e sui monti, difficilmente si lasciano sorprendere dall'osservatore nel periodo genetico.

Questo periodo ha sempre qualche cosa di misterioso. La redazione prima d'una canzone non può certamente essere che opera individuale.

Ma è poi continuamente elaborata da molti. Quindi in questo senso si può dire che la canzone popolare è opera collettiva.

Nelle canzoni di data recente si scorgono spesso elementi di data più antica. Quando dai nostri contadini si compone una canzone, si comincia a fissare la melodia, e questa è tolta ordinariamente da una canzone anteriore.

La melodia determina il metro. Intere frasi e interi versi, e spesso il principio della composizione sono mutuati a canzoni già esistenti.

Ciò che si aggiunge di nuovo è spesso scorretto, rozzo e talora confuso; a poco a poco, passando per molte bocche, si modifica, si purifica, si compie; nuove idee si aggiungono; le espressioni scorrette sono successivamente eliminate e sostituite da altre più corrette; queste alla loro volta, passando per altre bocche, e trovandosi in ambienti meno propizi, si corrompono di nuovo, si oscurano, per rinnovarsi di poi.

Nel trasmettersi di bocca in bocca il proprio canto, il popolo lo rinnova e lo modifica costantemente nelle forme dialettali e nel contenuto, e finalmente anche in parte nella melodia e nel metro, e queste continue modificazioni costituiscono in realtà una perpetua creazione della poesia popolare; creazione che passa per molte e varie fasi, e le di cui condizioni di vita e di perfezione, o di degenerazione e di oblio sono intimamente legate con quelle del popolo autore e conservatore.

Le canzoni, come i libri, hanno i loro destini.

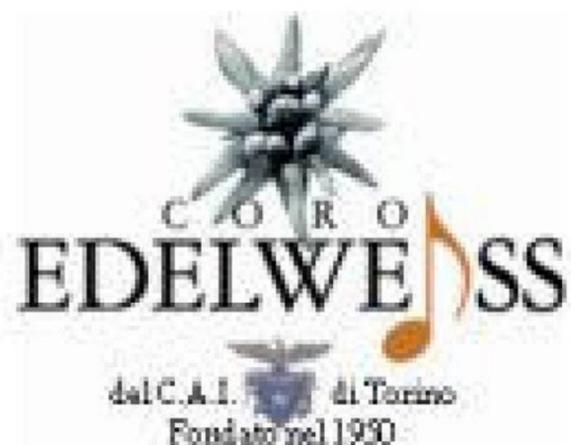
*Costantino Nigra nacque a Villa Castelnuovo l'11 giugno 1828 e morì a Rapallo il 1 luglio 1907 come militare servì il Regno di Sardegna nel 1848 nei Bersaglieri e partecipò alla Prima Guerra d'Indipendenza.*

*Nella vita politica lavorò al fianco di Massimo d'Azeglio e Camillo Cavour.*

*Divenne ambasciatore a Parigi (1860) a San Pietroburgo (1876) a Londra (1882) a Vienna (1885).*

*Fu nominato conte nel 1882 e senatore del Regno nel 1890.*

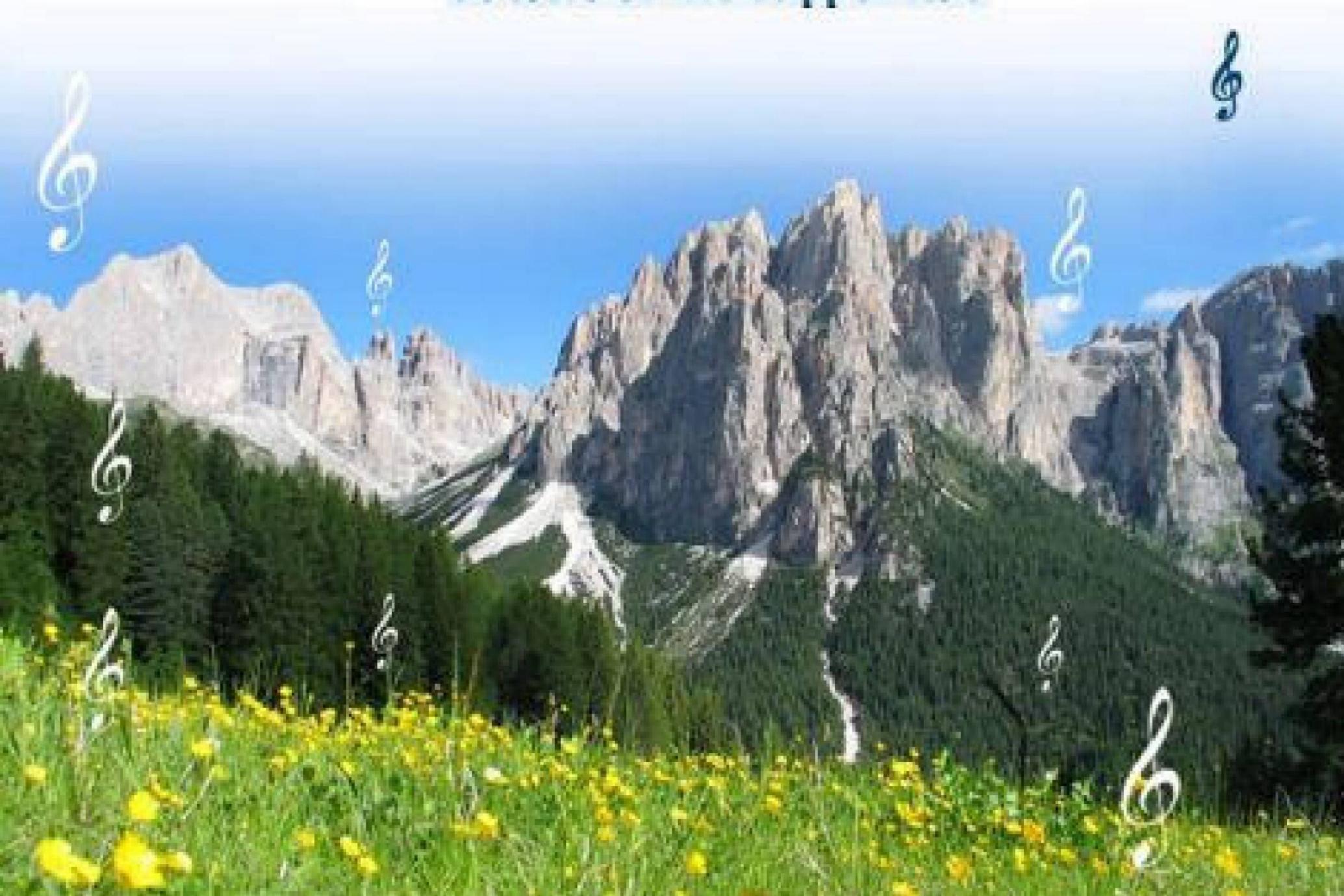
**Valter Incerpi**



**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 del Veneto

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

*Questo mese siamo giunti in Veneto, straordinaria regione per la sua arte, per la bellezza del suo territorio e naturalmente per i suoi cibi e sapori.*

*Questo viaggio "ideale" iniziato ormai da qualche mese, ci porta a ricercare regione per regione le tipicità dei propri pani storici e qui in Veneto il pane poteva considerarsi una vera rarità ed accompagnava la carne a Natale, a Pasqua e alla Sagra.*

*In tempi più recenti ogni contrada aveva il forno in comune e ogni tanto "se fasea na sfornà de pan" ovvero, si coceva una sfornata di pane.*

*Il "tempo del pane" era quello del periodo della mietitura; per chi aveva della terra propria esso era quotidiano. Il frumento costituiva "merce di scambio" o comunque una fonte di guadagno e nelle case dei contadini il momento dell'infornata era una festa: le madri preparavano per i bambini delle piccole focacce arricchite con zucchero, uva passa, burro; mentre dopo la cottura, a fuoco quasi spento, si procedeva alla biscottatura dei pani, per renderli meglio conservabili nel clima umido della regione.*

*Ed eccoci dunque qui, a celebrare l'importanza che il pane ha avuto nella cultura popolare veneta, raccontandovi di tre grandi pani storici di questa terra: il Bovolo, il Montasù, la Rosetta.*

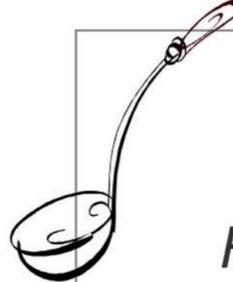
*Portiamoli sulle nostre tavole e non mancheremo di "commuovere" i nostri commensali... soprattutto se di origine veneta!*

### **Bovolo**

*Il nome deriva dalla forma di chioccioline – lumache – che in dialetto veneto si chiamano bovoli.*

*La caratteristica della pasta dura è quella di avere una bassa percentuale di umidità, quindi impastare la farina diventa cosa molto faticosa, tant'è che in passato, prima dell'impastatrice elettrica, si utilizzava una macchina di legno girata a mano.*

*Dove anche la macchina era un lusso, nelle*



## Il mestolo d'oro Ricette della tradizione popolare



*case contadine più povere e in quelle operaie, la farina si impastava con i piedi utilizzando un paio di zoccoli fatti apposta per questa operazione.*

*Si segnala che anticamente anche a Roma c'era un panino che assomigliava al bovolo chiamato "ciumachella", piccola chiocciola, che oggi non c'è più.*

### **INGREDIENTI**

- farina di grano tenero,
- acqua,
- sale,
- lievito naturale e di birra

### **PREPARAZIONE**

La farina viene impastata a lungo con il lievito e l'acqua tiepida nell'impastatrice.

Quando l'impasto ha raggiunto una giusta consistenza si divide in grossi pezzi che si lasciano lievitare a lungo in appositi



*Pane Bovolo*

contenitori.

Successivamente si reimpastano e si formano tante pagnottelle del peso di 150 gr. a cui viene data la forma di chiocciola.

Pane oblungo con le due estremità circolari. Si inforna e si cuoce.

## **Montasù**

*Si tratta di un pane tradizionale veneto, fatto con impasto duro di grano tenero. La forma è molto particolare: dopo aver fatto un filone schiacciato, si arrotolano le due estremità e si avvicinano, quindi si mette un rotolo sopra l'altro (di qui il nome monta su).*

### **INGREDIENTI**

- 1.000 g di farina di grano tenero (W 200/240)
- 50 g di strutto (io ho sostituito lo strutto con l'olio extravergine di oliva)
- 100 g di lievito madre (o 10 g di lievito di birra)
- 20 g di sale
- 550 g circa di acqua

Se volete preparare una biga (perché non avete il lievito madre e preferite fare un

impasto indiretto con biga anziché un impasto diretto con lievito di birra) , potete usare i seguenti ingredienti:

- 700 g di biga
- 500 g di farina di grano genero (W 200/240)
- 230 g di acqua circa
- 50 g di strutto (oppure olio evo)
- 20 g di sale
- Temperatura impasto 23°C

### **PREPARAZIONE**

Impastare con la planetaria (usando il gancio) oppure a mano, miscelando farina, lievito e acqua. Aggiungere l'olio e il sale per ultimo. Formare un impasto omogeneo e liscio.

Tagliare tante palline d'impasto di circa 200 g l'una, arrotolarle con le mani creando dei filoncini e poi schiacciarli con il mattarello.

Arrotolare le due estremità dei filoncini fino al centro e fino a farle toccare.

Mettere un rotolo sopra l'altro, posizionare su un'asse infarinata e lasciare lievitare fino al raddoppio del volume iniziale, coprendo i pani



*Pane Montasù*

con un telo pulito.

Infornare a 220°C fino a doratura (io ho impiegato circa 15 minuti).

## **Rosetta**

*Un pane tipico veneziano è sicuramente la Rosetta. E' di origini austriache, dove ancor oggi viene prodotta, soprattutto in Alto Adige dove viene chiamata Kaiser, ma la cosa che la rende particolare e caratteristica a Venezia è che viene interamente formata a mano.*

*Si narra che fosse il pane preferito dall'imperatore austriaco Francesco Giuseppe e la moglie Sissi i quali, durante i loro frequenti soggiorni a Venezia erano soliti portarsi appresso il loro cuoco, pasticciere e panettiere. Quest'ultimo confidò a qualche collega veneziano la ricetta della rosetta, che ebbe subito un grande successo data la sua forma piccola e graziosa (si pensi che in quel periodo il pane veniva prodotto in grosse pezzature).*

*Ovviamente la maestria dei pistori (fornai) veneziani fece sì che riuscissero a formare questa rosetta interamente a mano una ad una, pratica che continua ad essere in uso ancor oggi, conferendole, grazie alla manipolazione, una fragranza ineguagliabile.*

## **INGREDIENTI**

- farina di grano tenero,
- olio,
- strutto,
- sale,
- lievito acido e lievito di birra disciolto in acqua



*Pane Rosetta*

## PREPARAZIONE

L'impasto si ricava mescolando farina di grano tenero, lievito acido e lievito di birra disciolto in acqua, strutto, olio, sale.

Quando il tutto appare sufficientemente omogeneo ed elastico, si lascia riposare per qualche ora fino a che non raddoppia di volume.

Si taglia quindi in piccoli pezzi che saranno modellati con abilità manuale in forma di rosette.

Dopo un'ulteriore lievitazione, si spennella in superficie con la chiara d'uovo e si cuoce in forno caldo.

**Mauro Zanotto**



## Quando si viveva senza frigorifero

Se fino agli anni 50 del secolo scorso a Condove e nella quasi totalità delle borgate montane il frigorifero era un elettrodomestico sconosciuto, come conservavano gli alimenti le nostre nonne?

La risposta in queste poche righe che descrivono gli "usi" più popolari.

Il frigorifero, l'elettrodomestico più utilizzato nelle nostre case, è stato inventato negli Stati Uniti prima degli anni 20 del secolo scorso, era dotato di un compressore che produceva il freddo localmente e autonomamente.

L'idea è talmente buona da spingere un decennio dopo a produrlo a livello industriale. In Italia è arrivato verso la metà degli anni '40 e, solo nelle case ricche, poiché troppo costoso. Ha cominciato a svilupparsi dappertutto negli anni 60.

L'impiego del freddo per la conservazione alimentare è una pratica consolidata da secoli. Ma mancando in passato i sistemi moderni per generarlo, l'unico modo con cui mantenere basse temperature per molti mesi all'anno era quello di costruire ghiacciaie sotterranee, caricate durante l'inverno con neve e ghiaccio.

Ma come si riusciva nel passato a produrre ghiaccio e a conservare gli alimenti deperibili quando non si possedeva il frigorifero?



## C'era una volta Ricordi del nostro passato

La ghiacciaia, era un buco profondo, in un luogo freddo, dove si raccoglieva la neve durante l'inverno e si copriva il tutto con fascine. Questa neve diventava ghiaccio che durava fino all'inverno successivo.

La persona che custodiva la nevaia, tagliava, con una sega, man mano il ghiaccio necessario e, alla fine dell'estate, il buco era diventato così profondo che gli occorreva una scala a pioli per arrivare in fondo alla nevaia.

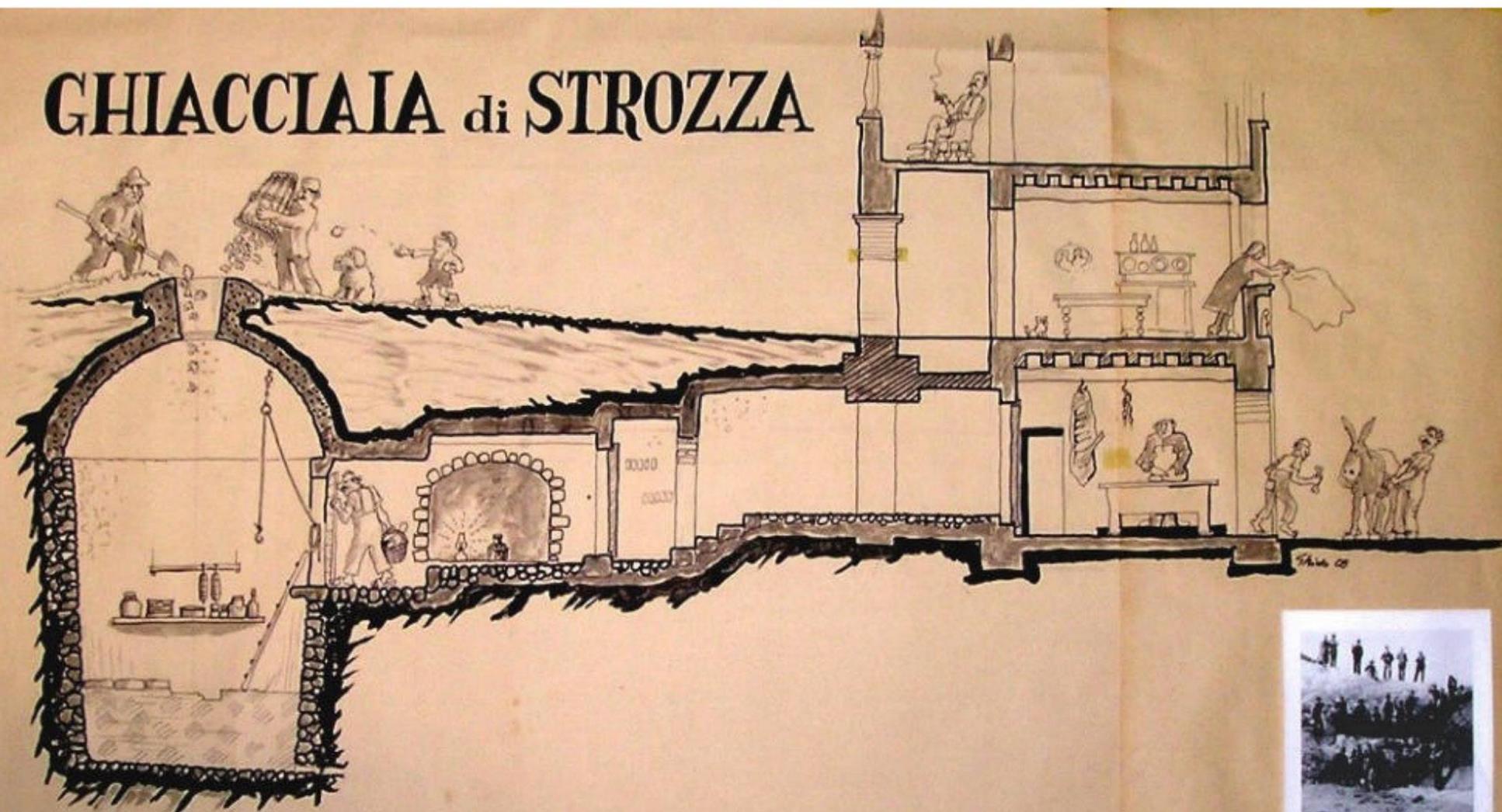
Il ghiaccio della nevaia, veniva comperato dalle famiglie, oltre che per tenere i cibi al fresco, per realizzare sorbetti o granite. Il pezzo di ghiaccio veniva grattato poi, sul composto ottenuto, si versava lo sciroppo, quasi sempre di menta o amarena: una delizia per grandi e piccini.

Ma senza ghiaccio come si faceva?

Gli alimenti deperibili venivano consumati in giornata o, al massimo nei due giorni

*Ricostruzione della ghiacciaia ed il carico della neve, con i locali ora adibiti a Museo Valdimagnino*

## GHIACCIAIA di STROZZA





successivi. La conservazione del cibo è sempre stata la principale preoccupazione dell'essere umano, nel corso dei secoli si sono tramandate tecniche che hanno funzionato abbastanza bene.

Come dicevo esistono varie tecniche per mantenere i cibi, o strategie che i nostri vecchi mettevano in pratica, e non sono neanche tanto complicate, vediamo come.

Innanzitutto le nostre case avevano una cantina o un locale adatto alla conservazione degli alimenti cioè fresco, buio, asciutto e senza muffe o umidità, bastava soltanto preservarlo da roditori e insetti che potevano penetrare.

Trappole per topi e recipienti pieni di acqua e zucchero, dove le mosche annegavano non mancavano mai.

**Castagne:** tendono facilmente a prendere la muffa o i vermi. Si conservavano tenendole a bagno in acqua per nove giorni: i frutti bacati salivano a galla e potevano essere gettati.

Quindi si mettevano ad asciugare e si stendevano in cantina tra strati di sabbia ben secca.

**Formaggio:** veniva avvolto in panni di lino imbevuti di aceto di vino e posato su un'asse sospeso al soffitto nella cantina.

**Frutta:** mele e pere venivano adagiate in lunghe file tra foglie secche sopra i pavimenti di solai o cantine, mentre prugne, lamponi, fragole, pesche, ciliegie, albicocche ecc. diventavano marmellate, composte, gelatine, sciroppi e liquori.

Fichi e prugne si facevano anche seccare al sole. L'uva si appendeva a corde o a telai: se i chicchi appassivano, bastava immergerli un quarto d'ora prima dell'uso in una bacinella piena d'acqua tiepida. Le noci venivano immerse nella sabbia secca, ma più frequentemente trasformate in olio.

**Cereali:** venivano conservati con la macinatura o con l'essiccazione al sole o all'aria ma spesso germinavano o ammuffivano.

**Patate:** si conservavano in un locale asciutto e spazioso per poterle stendere e areare ogni tanto, scuro per evitare che invertissero e ne troppo freddo ne troppo caldo, per impedire gelo o germinazione. I germogli venivano tolti prima che si sviluppavano (un accorgimento era di posizionare le patate in vicinanza delle mele perché il gas etilene sprigionato dal frutto ritardava la maturazione delle patate).

**Insalata:** veniva avvolta in panni umidi, ma la maggioranza della verdura in generale finiva in barattolo; a seconda della stagione infatti le massaie mettevano sott'olio, sott'aceto o in salamoia, con ricette variabili da paese a paese, fagiolini, cipolline, cavoli, melanzane, peperoni, funghi, pomodori.

**Uova:** immerse in vasi di terracotta colmi d'acqua di calce, dai quali venivano pescate con speciali mestolini bucati oppure sepolte in cassette con sale fino e sistemate in cantina. Sul fondo della cassa rivestita di carta veniva posto uno strato di sale fino e su questo le uova una accanto all'altra.

Gli spazi tra le uova venivano colmati di sale e coperti con un ultimo strato. Le uova conservate in questo modo si mantenevano sane anche per otto mesi. Altro metodo era di seppellire le uova in cassette colme di grano.

**Salumi:** se interi si conservavano appesi, in



un luogo fresco e riparato dalla luce solare.

**Le carni:** venivano di solito messe sotto sale, sotto il grasso della sugna, oppure essiccate, affumicate, in salamoia o sotto aceto.

**L'affumicatura** è un processo che richiede generalmente da 24 a 48 ore per essere portato a termine. La qualità del legno utilizzato per produrre fumo è fondamentale per il sapore finale: quercia, faggio, ontano, acero, melo e ciliegio sono generalmente legname di prima scelta che dona sapori caratteristici alla carne.

**L'essiccamento** di carne, ma anche di pesce e frutta, era praticata secondo il metodo antico e utilizzava soltanto la luce solare e il vento: il calore del sole e una costante brezza secca che scorreva tra gli alimenti da conservare favoriva l'espulsione dell'acqua e rallentava la decomposizione e la moltiplicazione dei

microrganismi nocivi.

**La salagione** può essere efficace quanto l'affumicamento nella conservazione del cibo e spesso costituiva il passo preliminare per un'affumicatura di successo. Il sale creava un ambiente fortemente alcalino in cui ben pochi funghi, muffe o batteri potevano sopravvivere: ogni cellula vivente subiva un veloce processo di disidratazione fino a morire per carenza d'acqua.

**La salamoia** consisteva nell'immergere gli alimenti in una soluzione di acqua e sale, all'interno di piccoli vasi di terracotta.

**La conservazione sotto aceto.** L'aceto crea un ambiente salino o acido in cui i batteri e le muffe non sono in grado di proliferare, consentendo la conservazione del cibo anche per mesi.

Questa carrellata di usanze ci racconta un pezzo della nostra storia scandita attraverso la tecnica e l'ingegno dei nostri antenati affinché le nuove generazioni conoscano l'asprezza della vita nei tempi passati.

**Gian dij Cordòla**

**Gianni Cordola**

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



la Vedetta Alpina  
la rubrica del  
Museo Nazionale della Montagna



*Eugenio Bolley*  
*Il gioco dell'arte e della montagna*  
*Opere 1950-2019*

Aprè a maggio al Museo Nazionale della Montagna di Torino una mostra monografica dedicata a Eugenio Bolley in cui è presentata una selezione di circa 80 fra dipinti, sculture, disegni e litografie, articolati attorno ai temi più cari all'artista: la montagna, lo studio del segno, il bosco.

I suoi lavori – all'interno di un costante dialogo con pietre, cieli, nuvole e cime – rappresentano il delicato equilibrio tra uomo e natura, come la serie *Arboreto selvatico*, immagine di un ambiente fragile che l'artista ci invita a riscoprire e a curare. In mostra, alcuni esemplari ready-made creati con gli oggetti del mondo rurale e alpino, e un nucleo di libere divagazioni pittoriche e ironici collage realizzati durante il soggiorno in Giappone e dedicati principalmente al monte Fujiyama.

La mostra segue la pubblicazione del volume *Eugenio Bolley. Opere 1950-2018* edito da Umberto Allemandi & C., con introduzione di Francesco Poli, testi di Alberto Sinigaglia, presidente dell'Ordine dei giornalisti del Piemonte, e di Andrea Maria Ludovici, storico dell'arte.

Al termine della mostra sarà organizzata un'asta benefica a favore di [Dynamo Camp](#), dando così realizzazione al sogno di Eugenio Bolley, un'idea tanto semplice quanto controcorrente: destinare interamente i ricavi derivanti dalla vendita delle sue creazioni a favore di iniziative di solidarietà.

A Bolley – nato a Gap nel 1935, vissuto a lungo a Torino e trasferitosi a Bardonecchia, in Val di Susa, nel 1973, lasciando il lavoro di dirigente per dedicarsi alla pratica artistica – il Museo nel 2006 aveva già dedicato una mostra. Tra gli anni Settanta e Ottanta l'artista ha iniziato una ricerca sul segno e sull'assemblaggio di vecchi attrezzi in uso presso la civiltà montana e contadina. Dall'accorta composizione di questi «ferri» ormai in disuso sono nati gli «Urogalli», che hanno subito destato l'interesse di intellettuali come Primo Levi, Mario Rigoni Stern e Tullio Regge e nel 2006 sono stati protagonisti di *Geometrie di civiltà* al Forte di Exilles, allora gestito dal Museomontagna.

*Accogliamo ora con piacere le opere di Eugenio Bolley, condividendo con Reale Mutua lo scopo benefico dell'iniziativa – commenta Daniela Berta, Direttore del Museomontagna – Il suo lavoro racconta la forte fascinazione esercitata dal mondo della montagna sull'artista, di cui è particolarmente apprezzabile l'attenzione per i temi della sicurezza e della salvaguardia dell'ambiente.*

Mentre Luca Filippone, Direttore Generale di Reale Mutua, spiega le motivazioni che hanno spinto la Fondazione a sposare il progetto: *Reale Foundation è orgogliosa di poter fornire il proprio sostegno per la realizzazione del sogno di Eugenio Bolley con il quale condivide il valore dell'aiuto alle persone, valore che, come mutua, guida il nostro modo di fare impresa da 190 anni. Auspichiamo che con l'asta finale, questo desiderio possa concretizzarsi e contribuire alla realizzazione degli obiettivi di Reale Foundation favorendo l'inclusività, il welfare e la resilienza ai rischi nei territori in cui Reale Group è presente ed opera.*

Durante il periodo di esposizione saranno realizzate al Museo attività didattiche su prenotazione destinate ai bambini. Domenica 12 maggio si terrà *Creatività alpina con Eugenio Bolley*, appuntamento speciale a partecipazione gratuita, dedicato alle famiglie.

## **EUGENIO BOLLEY**

### **Il gioco dell'arte e della montagna opere 1950-2019**

*Dal 10 maggio al 23 giugno 2019*

*Una mostra del*

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

*con*

**Reale Foundation**

*con il sostegno di*

**Club Alpino Italiano**

**Città di Torino**

**Regione Piemonte**

**Fondazione CRT**

**Dynamo Camp**



**TORINO, MUSEO NAZIONALE DELLA MONTAGNA**

Piazzale Monte dei Cappuccini 7, 10131  
Torino

Tel. 0116.604.104

[www.museomontagna.org](http://www.museomontagna.org)

**Veronica Lisino**

*centro documentazione - raccolte iconografiche*

MUSEO NAZIONALE DELLA MONTAGNA  
CAI-TORINO



MUSEO NAZIONALE  
DELLA MONTAGNA  
CAI-TORINO

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

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

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

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

## **Un anello da Almese alla Madonna della Bassa per la Goja del Pis ed il Sentiero delle Guardie**

- Località di partenza: Borgata Fucinassa, sopra Almese mt. 409
- Dislivello: mt. 748
- Tempo di salita: 3 ore c.ca
- Tempo di discesa: 2 ore c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 4 Bassa valle di Susa – Musinè Val Sangone – Collina di Rivoli Fraternali Editore

*Il paese di Almese, nella bassa val di Susa, è attraversato dal torrente Messa che poco più su presenta un corso assai accidentato, stretto com'è da una gola profonda, erosa, con pareti verticali ravvicinate, dove il corso d'acqua scendendo forma pozze e cascatelle.*

*Una di queste è detta la “Goja del Pis”, con un salto di c.ca 14 mt. al fondo del quale s'è*



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

*formata un'ansa. All'alveo si scende con sentiero che si stacca da quello che percorre superiormente questa incisa forra che comunque merita essere vista, dal basso raggiungendola, o da sopra dal punto panoramico tra le rocce oggi messo in protezione.*

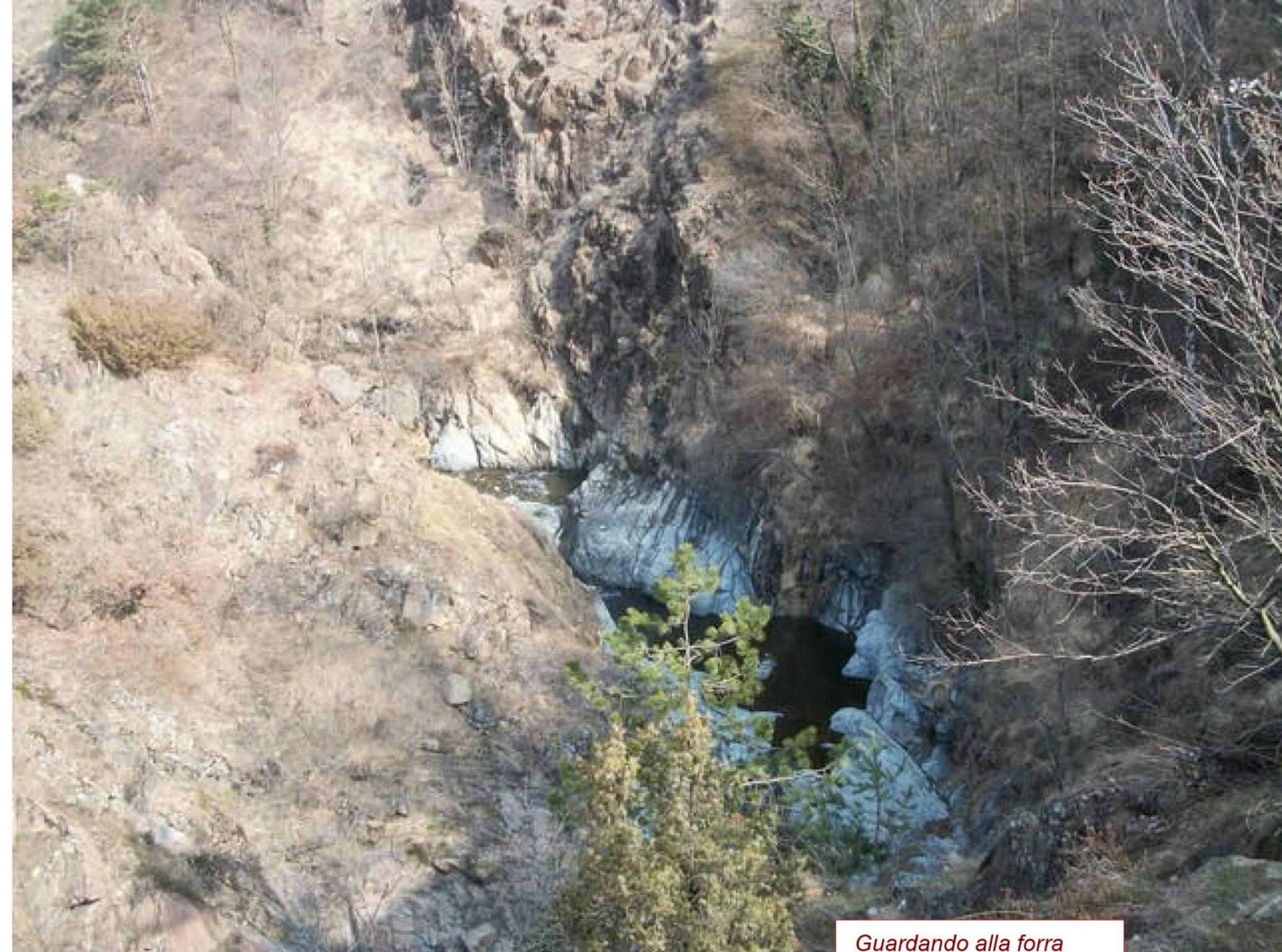
*Raggiunta più avanti una pista forestale, la si segue sino alla borgata Prassero percorrendo poi un altro tratto significativo di questo itinerario, vale a dire “Sentiero delle Guardie”, traccia che traversa salendo lungamente nella pineta uscendo di sopra sulla su un'altra pista forestale – tagliafuoco che conduce al santuario della Madonna della Bassa.*

*Ritornando è consigliabile ripercorrere la stessa strada tanto il percorso è vario ed interessante. In alternativa si può scendere a valle passando dal pilone Mollar, come da specifiche di cui al fondo, sviluppando quindi un anello.*

*I sentieri e le piste forestali di questo itinerario percorrono lungamente pendii ammantati da pini e larici frutto di intensive opere di rimboschimento effettuate nella prima parte del secolo scorso che hanno profondamente cambiato questi assolati versanti un tempo spogli e brulli.*

*Giunti ad Almese, paese della bassa val di Susa, attraversato il torrente Messa si prende a sinistra la via S. Sebastiano seguendo l'indicazione per la “Casa dell'amicizia” e varie borgate. Da prima si sale ripidi, poi la pendenza si attenua poco prima del successivo bivio dove si lascia la strada che prosegue per la pista tagliafuoco, per Magnetto e Giorda, per la quale eventualmente si tornerà, prendendo a sinistra per le borgate Gambabosco e Fucinassa. Al ponte sul rio, presso una rilevante struttura della SMAT, si può lasciare l'auto.*

*Attraversate le poche case della borgata, e dal nome subito s'intuisce quale attività qui si svolgesse, subito si affrontano un paio di*



*Guardando alla forra*

ripide svolte che conducono alle superiori case di Gambabosco dove, presso il solito pilone, oltre lo slargo, parte la traccia che subito s'addentra all'interno della gola dove più in basso scorre il rio.

Lungo il percorso si troveranno altri sentieri che permettono di scendere verso il corso d'acqua.

Proseguendo sempre lungo un'evidente traccia, dove alcuni tratti sono stati rivisti ed ora protetti, con continui saliscendi si raggiunge il punto panoramico dove si può ammirare la cascata della Goja del Pis e la sottostante pozza, superata che si ha si sale per un tratto ripidi sino a che si perviene ad un piano dov'è presente una modesta area attrezzata.

Mentre lo stradello a destra porta alla borgata Giorda, si rimane invece sul sentiero che prosegue, ora in piano, attraversando lungamente un assolato, spoglio pendio. A valle scorre il rio e più giù emerge Almese,

mentre dalla parte opposta si scorge Rubiana e le sue borgate con la strada per il colle del Lis.

Rientrati nel bosco, al successivo bivio si tralascia la traccia che scende verso Molino per quella che va verso monte, che subito si fa più ampia, uscendo più avanti sullo stradello asfaltato proveniente dalla borgata Magnetto.

Proseguendo subito sulla nostra s'immette un'altra traccia proveniente dal pilone Mollar e che sarà l'eventuale alternativa scendendo. Lo stradello che ora si percorre s'inoltra lungamente in piano nella pineta transitando sotto il Mollar Pertica sino al punto in cui, attraversati due rigagnoli, si raggiungono le case della borgata Prassero, trovando ad un bivio una prima indicazione per il Sentiero delle Guardie, dove si continua sullo stradello che sale attraversando il rio appena oltre il



*La Goja del Pis*

quale sorge un'altra modesta area attrezzata ed il punto segnalato dove parte il Sentiero delle Guardie.

Questa traccia, sempre assai evidente e segnata, sale da subito il pendio presto raggiungendo una casa in abbandono oltre la quale inizia un lungo traverso nella pineta, sempre in moderata ascesa, sino all'inversione che si fa presso il Mollar Pertica, oltre il quale ancora si prosegue lungamente.

Fatte alcune svolte si esce sulla superiore pista forestale che conduce al santuario della Madonna della Bassa sulla quale ci s'immette. Superata una corposa fontana, alla quale si può attingere, ed alcuni valloncelli dove fiumi di pietre scendono a valle dal monte Curt, la

pendenza si smorza.

Un lungo tratto in piano conduce all'area di sosta presso il colle della Bassa del Val, dov'è segnalata la traccia per il monte Curt e per il Musinè, nel punto in cui termina anche il "Sentiero degli Alpini" proveniente da Rubiana.

Rimanendo sulla pista forestale si prosegue sino a che si giunge in vista del corposo santuario della Madonna della Bassa mt. 1157, integrato da altri numerosi locali, punto più elevato dell'itinerario.

Qui giunti una stradello conduce alla strada per il colle del Lis, alcuni sentieri portano ai



colli Portia e Lunella e al monte Arpone mentre un altro scende verso Val della Torre.

*3 ore c.ca dalla borgata Fucinassa.*

Poi si torna a valle e, come detto data la natura del percorso, merita senz'altro fare a ritroso la strada fatta salendo. Vale a dire pista forestale, sentiero delle Guardie e traccia che s'abbassa nella gola della Goja del Pis.

Altrimenti, giunti al bivio dove si stacca il sentiero delle Guardie si prosegue rimanendo sulla pista forestale che scende a tratti dissestata e ripida immettendosi, più avanti sulla nostra, un'altra pista forestale che scende dalla Teisonera, colto posto sul crinale tra il monte Curt ed il Musinè, subito raggiungendo il pilone Mollar, assai panoramico sui monti e sulla valle.

Scendendo oltre, sempre sulla pista forestale, fatta una prima svolta si continua sino alla

successiva dove si prosegue dritti seguendo l'indicazione per Rubiana.

Superata la vasca antincendio e poi il serbatoio di un acquedotto, lo stradello, dopo un lungo tratto quasi in piano, scende a margine degli invadenti rovi, raggiungendo una casa e poi il bivio già incontrato salendo.

Qui giunti si può scegliere di scendere lungo la gola, ripetendo il percorso di salita, oppure prendere la strada che porta Magnetto e Giorda, che s'abbassa ripida dopo queste borgate e che fatti alcuni tornanti conduce al bivio alla borgata Fucinassa dove l'anello si chiude.

*2 ore c.ca dalla Madonna della Bassa.*

**Beppe Sabadini**

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

*acqua gassata*

## ***“Rio Gerardo”***

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

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

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



La storia, l'arte, i costumi e le tradizioni della valle di Viù.

Abbiamo proseguito nel solco tracciato da un'iniziativa intrapresa l'anno scorso per la Pasquetta: la solita salita di un gruppo di UETINI che, con gli sci o le ciaspole, festeggiano la ricorrenza salendo da Balme al Pian della Mussa.

Anche quest'anno, per motivi di praticità, sono state scelte le Valli di Lanzo, in particolare Usseglio in Val di Viù.

Siccome è mancata la neve, si è pensato a qualcosa di diverso, ossia la visita al Museo Civico Alpino "Arnaldo Tazzetti" e poi un percorso itinerante tra le piccole frazioni del paese.

L'appuntamento era alle ore 9,30 ad Usseglio, davanti al gabbiotto dello sci di fondo. Ci siamo ritrovati in sedici e, dopo aver fatto colazione, alle ore 10 circa ci siamo diretti a piedi al Museo Tazzetti.

Avevo contattato la Direttrice che avrebbe aperto i locali appositamente per noi dalle ore 10 alle 12.

Il Museo ha sede nell'antico Complesso Parrocchiale di origine romanica; per garantire spazi adeguati si articola negli edifici disposti intorno alla raccolta Piazzetta Cibrario: l'ex Municipio, l'antica Chiesa Parrocchiale e la Cappella della Confraternita. Vi si trovano anche la settecentesca Ala del Mercato e, dal 2015, il vecchio fienile.

Il Museo, inaugurato nel 2004, è affidato alla gestione dell'Associazione Amici del Museo Civico di Usseglio, che promuove lo studio, la tutela e la valorizzazione della realtà montana locale e del suo patrimonio culturale e ambientale.

Il Museo, per le Scienze Naturali, è strutturato in tre sezioni: mineralogica, faunistica e botanica. Per la Storia è articolato in altre tre sezioni: storico-artistica, etnografica e archeologia rupestre.

Di recente è sorta una nuova sezione dei Culti in ambiente alpino dalla Preistoria all'Età Moderna.

All'ingresso del Complesso Romanico ci ha accolti, con viva cordialità, la Signora

Rosanna, una volontaria che svolge questo servizio con grande entusiasmo. Dopo una breve premessa sul complesso storico e paesaggistico nel quale è inserito il Museo e sugli argomenti espositivi, è iniziata la visita vera e propria.

La Guida ci ha descritto gli oggetti più importanti (vista l'esiguità del tempo a nostra disposizione) rispondendo poi alle domande poste dai partecipanti.

Notevole interesse hanno riscosso i settori mineralogico ed etnografico. Il tempo è volato velocemente a causa della gran mole del materiale esposto e per la curiosità che parecchi oggetti hanno suscitato nei visitatori.

Alle 12,15 circa abbiamo finito la visita, salutandolo e ringraziando la nostra bravissima Guida.

Vista l'ora ci siamo resi conto che era tardi per effettuare l'escursione prevista da Margone al Mulino Paninera. Pertanto, nel tempo che ci rimaneva, prima dell'appuntamento dato al ristorante Rocciamelone, abbiamo deciso di percorrere una parte del tracciato dell'antico percorso che collegava verso monte le frazioni di Usseglio.

In particolare siamo partiti dal nuovo Camposanto e abbiamo raggiunto il sentiero delimitato da due muretti a secco, in parte diroccati. Abbiamo così attraversato i vecchi abitati delle borgate del centro Cascine e Cortevizio a m.1265.

Questo ci ha consentito di osservare da vicino le architetture originali di un tempo in parte conservate e ancora usate, e quelle in rovina, abbandonate a causa del forte spopolamento delle frazioni avvenuto nel secolo scorso.

Si consideri che Usseglio, con le sue 11 frazioni, nel 1861 contava 2495 abitanti, mentre nel 2011 ne sono stati registrati appena 219.

Alle ore 13,15, come previsto, siamo sbucati alle spalle del Grande Albergo Storico Rocciamelone, dove ci attendevano i signori



*Museo Civico Alpino  
"Arnaldo Tazzetti"*

Cibrario con la loro curata cucina tradizionale per farci conoscere un altro degli "aspetti culturali" non meno importanti e che l'UET non trascura mai.

Il "cimento" è stato impegnativo ed è durato circa due ore, ma al termine siamo usciti "culturalmente arricchiti".

Siccome il tempo ha retto e non pioveva, abbiamo deciso di fare ancora una passeggiata, seguendo un anello lungo il percorso della pista di fondo, ormai senza neve.

Infine alle ore 17, contenti per aver trascorso una bella Pasquetta insieme in questa laboriosa località delle valli di Lanzo e per aver arricchito la nostra cultura della Montagna, siamo ripartiti.

**Giuseppe PREVITI**

## Le posizioni migliori e peggiori per dormire

*Cattiva postura, un letto scomodo e una mente ronzante possono tenerti sveglia tutta la notte. Quanto bene dormi dipende da come passa la giornata e dal modo in cui ti prepari per dormire. Soprattutto, la posizione in cui dormi è molto importante. Per saperne di più sulle posizioni del sonno e sui loro vari pro e contro, continua a leggere.*

### Perché dormire è importante?

Dormire pacificamente ogni giorno per 6-8 ore è necessario per un corpo e una mente sani. Un sonno profondo consentirà al tuo cervello di prepararsi per il giorno successivo e ti preparerà per imparare e ricordare nuove informazioni. Un sonno adeguato dà al tuo corpo l'opportunità di guarire e riparare il cuore e i vasi sanguigni, proteggendoti dalle malattie cardiache e dalla pressione alta.

Un buon sonno riposa il tuo corpo e lo aiuta a costruire un sistema immunitario sano.

E, in generale, il tipo di sonno che fai deciderà il tuo umore il giorno seguente.

Ha anche un effetto sul modo in cui pensi e reagisci. Pertanto, un individuo che dorme bene è più attento, prende decisioni migliori ed è più creativo e sano.

Ora, scopriamo le diverse posizioni in cui dormiamo e qual è la migliore per la tua salute.

### Dormire sullo stomaco

Ci sono giorni in cui, dopo una lunga giornata di lavoro, tutto quello che vuoi è sdraiarti sul letto e addormentarti. Beh, mettere la faccia nel cuscino potrebbe essere confortante, ma a lungo andare, non ti fa molto bene.

**Pro:** L'unica cosa buona di dormire sullo stomaco è che allevia il russare.

**Contro:** Dormire a pancia in giù porta a svegliarsi al mattino con dolore e disagio. Tende il collo, mette la testa in una posizione scomoda e tira giù la pancia. Appiattisce la curva naturale della colonna vertebrale e porta al un mal di schiena.

**Suggerimento:** dormire sullo stomaco è considerata la peggiore posizione di riposo, e



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

gli esperti raccomandano di passare gradualmente a dormire sul lato con l'aiuto dei cuscini.

### Dormire sui fianchi

Gli studi hanno dimostrato che la maggior parte delle persone preferisce dormire dalla propria parte. Potrebbe essere arricciato in una posizione fetale o un angolo relativamente più dritto. Anche il lato su cui dormi fa la differenza. Dormire sul lato destro non ha lo stesso effetto di dormire sul lato sinistro. Ognuno ha i suoi unici vantaggi e svantaggi.

### Lato destro

**Pro:** Dormire a destra consente alla colonna vertebrale di rilassarsi nella sua naturale curva.

**Contro:** se dormi sulla tua destra, stai costringendo l'intero sistema cardiovascolare sul lato destro del tuo corpo. Questa posizione sollecita i polmoni e comprime la gabbia toracica. Impedisce la circolazione sanguigna, facendoti muovere durante il sonno per bilanciare la distribuzione. Evita questa posizione se puoi, e scegli di dormire sulla tua sinistra.

### Lato sinistro

**Pro:** Dormire a sinistra applica pochissima pressione sul cuore.

**Contro:** se ti raggomitoli troppo, si limita la respirazione profonda.

**Suggerimento:** per migliorare la posizione di riposo laterale, posiziona i cuscini tra le ginocchia per allineare correttamente il corpo tra i fianchi e le articolazioni.

### Dormire con le gambe in alto

Mentre dormi, le tue gambe tendono a muoversi su e giù. Molto spesso ti svegli e vedi le gambe avvicinate al petto.



Potrebbe essere una gamba più in alto rispetto all'altra o entrambe tirate verso l'alto.

**Pro:** Dormire con entrambe le gambe in alto toglie il peso dall'area del bacino ed è utile per chi soffre di mal di schiena.

**Contro:** Dormire con una gamba sollevata causa irregolarità nel corpo e danneggia il bacino. Porta al mal di schiena.

**Suggerimento:** per impedire ai piedi di pedalare mentre dormi, posiziona un cuscino soffice tra le gambe. Il cuscino renderà difficile il movimento delle gambe su e giù.

### **Dormire sulla schiena**

Dormire sulla schiena è il modo migliore per dormire. In questa posizione, il tuo volto è rivolto dritto e la parte posteriore della testa è

appoggiata su un cuscino. Il cuscino eleva leggermente la testa. Questa posizione di riposo è la migliore per la tua salute.

**Pro:** Dormire sulla schiena distribuisce il peso corporeo in modo uniforme sulla colonna vertebrale e protegge il viso dalle rughe che derivano dall'afferrare il viso in un cuscino. È indolore e confortevole.

**Contro:** Questa posizione di riposo non è buona per chi russa. La gola e lo stomaco sono abbattuti dalla gravità, il che rende difficile la respirazione.

**Cristina Crisan**



## 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

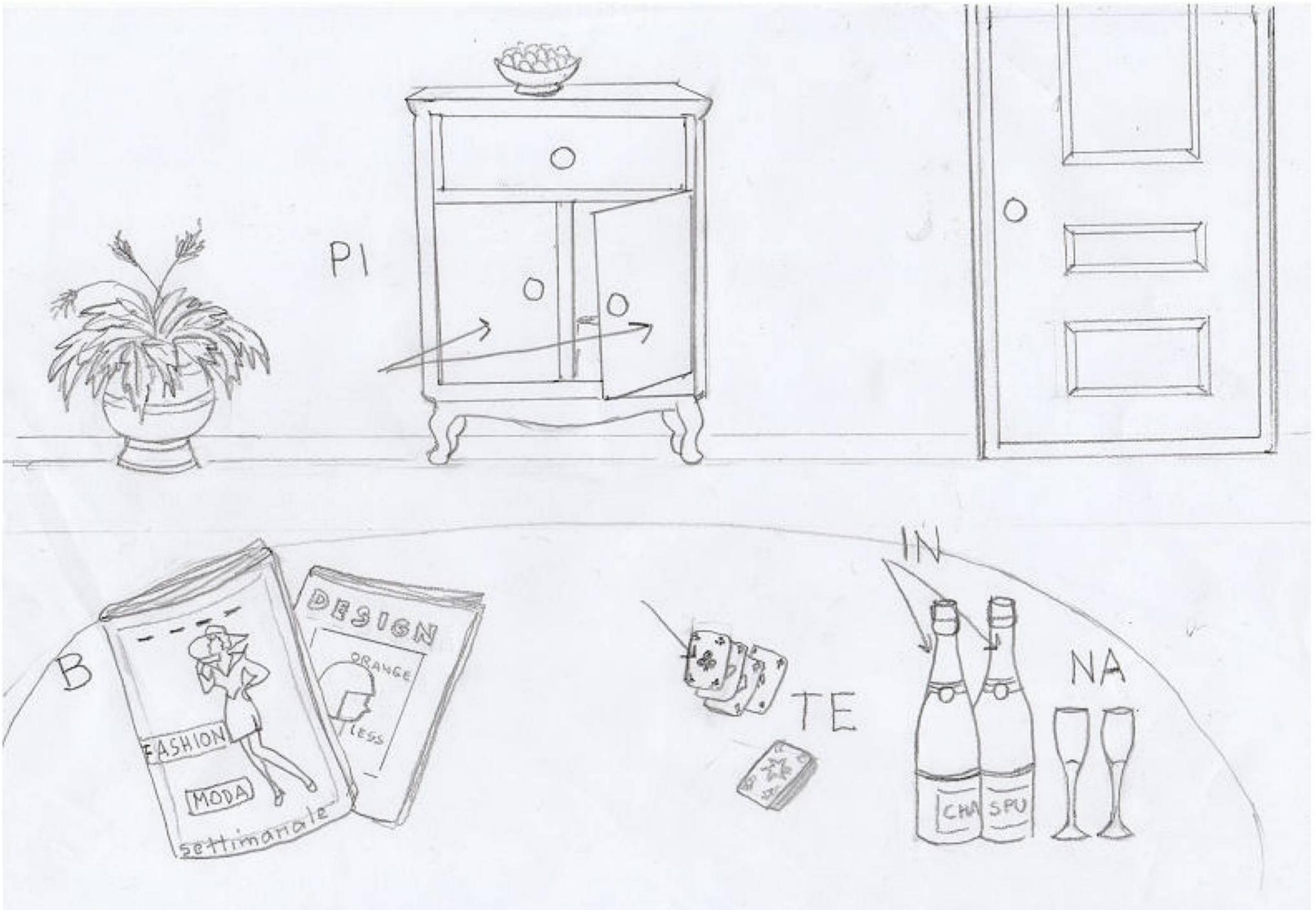
In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



## IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

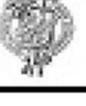
REBUS : 5, 6, 7, 2, 7



*(la soluzione verrà pubblicata nel numero di GIUGNO 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	
39				40							

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



## ORIZZONTALI:

1. Rompere in più parti con colpi energici
7. Fratello di Sem
9. Nasconde l'asso nella manica
10. Nella scala segue il re
11. I confini della Somalia
12. Bartolomeo che dipinse il Ciclo della Passione per la Certosa di San Girolamo di Bologna
14. Il... barbaro di un film con Schwarzenegger
16. Fuggita di prigione
18. Che hanno raggiunto la celebrità
19. Catastrofe naturale violenta e improvvisa
21. Adesso
22. Una struttura patologica tondeggiante
24. Ristoranti... aziendali
25. Positron Emission Tomography
28. Depennato, cassato
30. Precise, corrette
32. Campo di concentramento
33. Composizione strumentale di origine barocca
34. Gusto predominante nell'abbigliarsi
35. Secco diniego
36. Tu... all'accusativo
37. Niente per il croupier
39. Un metallo per monili
40. Del Cile ne è la capitale.

## VERTICALI:

1. Lembo di tessuto tagliato obliquamente
2. Iniziali del regista Avati
3. È fatta come una volta
4. Compatta, unita
5. Uncini per pescare
6. Prefisso iterativo
7. Un'imbarcazione
8. Chiodo fisso
11. Eccelsi, superlativi
13. Saputello presuntuoso
14. Vasto complesso fortificato di edifici
15. In casa
17. Il battesimo della nave
18. Bloccate, assicurate
20. Felino dalla vista proverbiale
23. Si segnano nel rugby
24. Pazzo, fuori di testa
25. Corto remo a pala larga
26. Il capoluogo con la Mole
27. Veloce, svelto
28. Il figlio maggiore di Adamo ed Eva
29. Hanno le mani... lunghe
31. La sesta preposizione semplice
34. Uomini a Liverpool
36. Sigla di Taranto
38. Iniziali del comico Greggio.

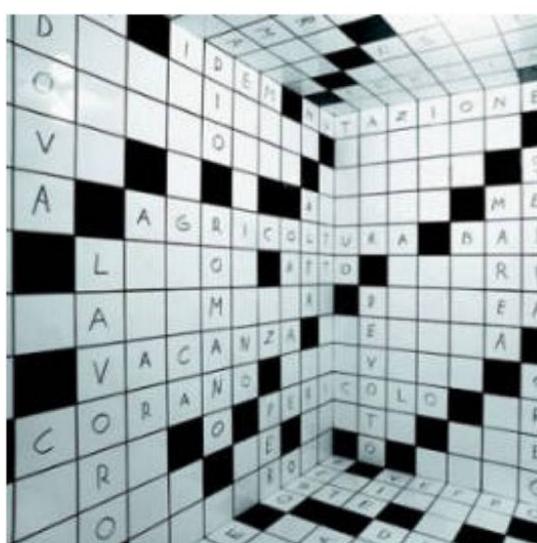


# CRUCIVERBA

(Franco Griffone)

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

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

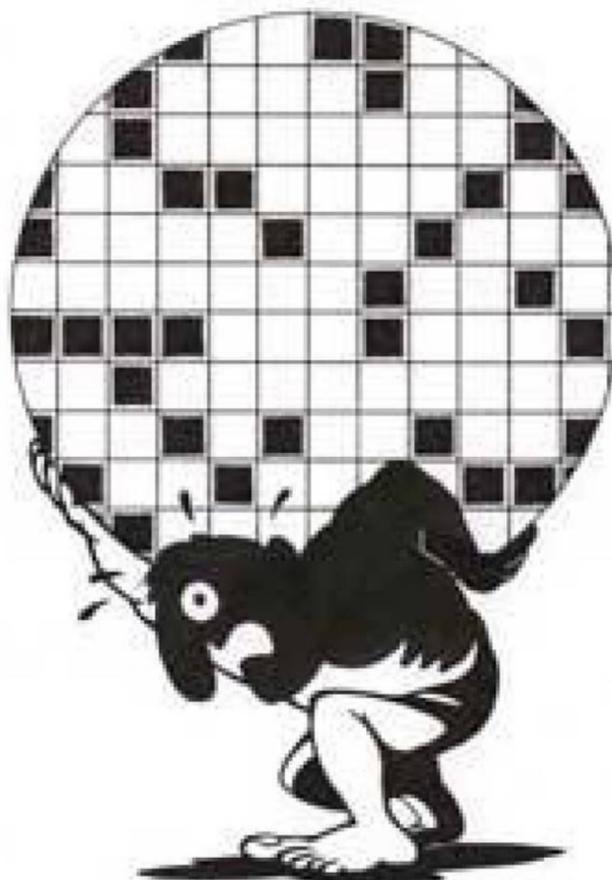


## ORIZZONTALI:

- 2 E' faticoso salirle
- 6 insieme a me
- 9 un'ora tronca
- 11 la Monti dell'Agenzia matrimoniale
- 12 vi va incontro la cellula che muore
- 15 spiriti protettori degli antenati
- 17 posseggono " pacchetti" societari
- 19 articolo romanesco
- 20 attore italiano
- 21 spalancare, dischiudere
- 22 preposizione articolata
- 23 Ancona
- 24 supergruppo Power Metal
- 25 un ramo anagrammato
- 27 la Svizzera sulle targhe
- 28 è in provincia di Novara
- 30 ispettore in breve
- 32 un vecchio inglese
- 34 per sempre, che non finisce mai
- 36 i battesimi delle navi
- 38 sono a Sud dei Monti Nebrodi
- 39 le dispari dell'arpa
- 40 scansare, eludere
- 42 consunta, consumata
- 44 tornato a nuova vita
- 45 la Day attrice e cantante americana

## VERTICALI:

- 1 la getta lo spretato
- 3 il nome della Kostner
- 4 offensive, che feriscono
- 5 lo sono le parole a cui hanno soppresso una vocale
- 6 montagna dell'Alta Valle Gesso
- 7 la HarKness è una conosciuta rosa
- 8 parte inferiore di una nave
- 10 il Mohammad, ultimo Scià di Persia
- 13 nuvolette biancastre
- 14 rispettare la parola data
- 16 famosa attrice greca
- 18 ordire nell'ombra, cospirare
- 25 pesante incarico
- 26 fiumiciattoli, piccoli corsi d'acqua
- 27 riedizione di un vecchio successo
- 29 la bella attrice e ballerina spagnola
- 31 periodo di ristagno delle attività
- 33 uno squillo del telefono
- 35 passa per il Cairo
- 37 l'Italia nei siti Internet
- 41 Asti
- 43 l'inizio dell'Irlanda



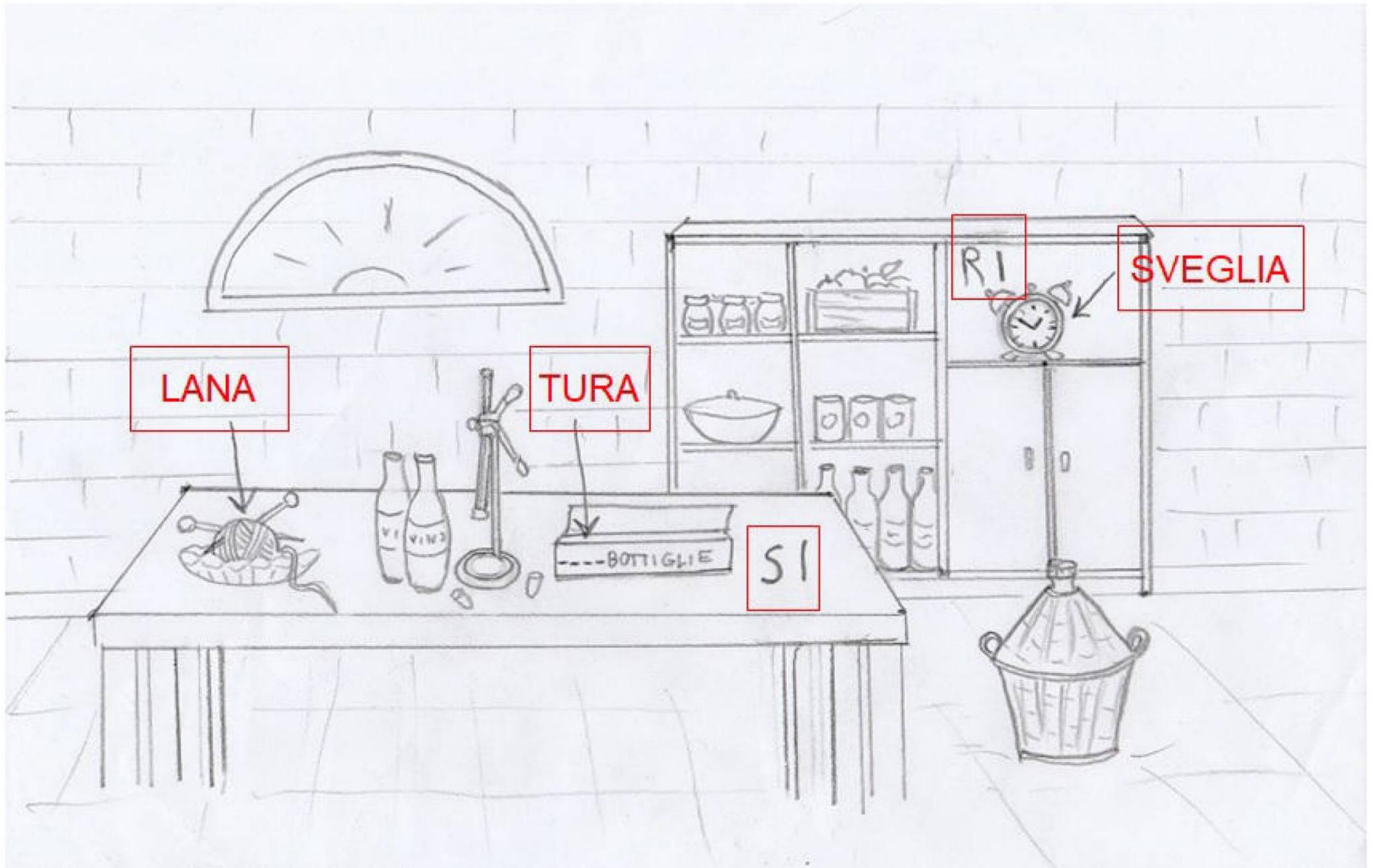
# Le soluzioni dei giochi del mese di APRILE

REBUS: 2,6, 2 9

soluzione

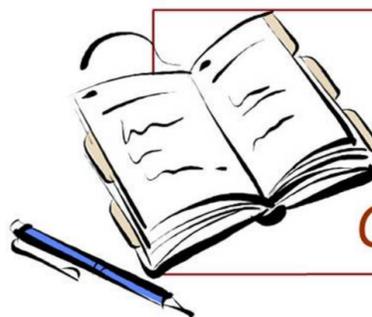
lana tura SI RI sveglia

La natura si risveglia.



★ CAI-150 1803 - 0210	1	F	I	L	O	S	P	I	N	A	T	O		
10	T	I	R	I	T	E	R	A	★ CAI-150 1803 - 0210	11	N	A	★ CAI-150 1803 - 0210	
12	A	L	A	T	O	★ CAI-150 1803 - 0210	A	★ CAI-150 1803 - 0210	13	M	I	N	A	14
15	P	A	T	E	★ CAI-150 1803 - 0210	16	R	★ CAI-150 1803 - 0210	17	N	O	M	E	A
★ CAI-150 1803 - 0210	18	T	O	★ CAI-150 1803 - 0210	19	R	A	R	I	T	A	★ CAI-150 1803 - 0210	R	
21	L	E	★ CAI-150 1803 - 0210	22	C	E	N	A	C	O	L	O	★ CAI-150 1803 - 0210	
23	A	L	L	I	G	A	T	O	R	I	★ CAI-150 1803 - 0210	25	B	
26	G	I	A	N	O	★ CAI-150 1803 - 0210	27	A	T	E	S	S	A	28
29	N	A	T	A	L	30	E	★ CAI-150 1803 - 0210	31	I	T	T	I	O
A	★ CAI-150 1803 - 0210	I	★ CAI-150 1803 - 0210	32	A	N	D	A	T	A	★ CAI-150 1803 - 0210	B		
★ CAI-150 1803 - 0210	33	O	N	E	R	E	★ CAI-150 1803 - 0210	35	N	A	★ CAI-150 1803 - 0210	36	D	A
37	C	R	O	C	I	A	T	A	★ CAI-150 1803 - 0210	38	B	O	B	

1	S	E	C	A	M		6	R	D		7	P	O	D	9
10	E	M	A	N	A	11	T	E		12	M	A	R	E	
	R		13	R	E	L	E		14	T	I	L	L	I	
15	A	S	L		17	E	S	T	R	E	M	I			
	19	C	O	A	S	S	I	A	L	I		21	B		
22	C	I	E	L	I	I	M	M	E	N	S	I			
24	E	M	M	A		25	L	O	I		26	A	C	O	
	27	M	I	T	T	E	N	T	E		30	A	L		
31	P	I	L	A	R		32	I	E	S	I	N	O		
34	R	A	I		35	I	G	E		37	S	I	N	G	
	38	O	N	T	A	R	I	O		41	E	I			
42	P	O		43	L	A	S	E	R		44	A	R	A	



## Prossimi passi Calendario delle attività UET

*Non ci sono vecchi senza dolori,  
giovani senza amori  
e maggio senza fiori*

Con i suoi 31 giorni Maggio è il terzo mese della stagione primaverile, ed entra in questo periodo con la sua fase di massima espressione dovuta alla crescente esposizione della natura alla luce del sole, destinata a toccare il culmine nel solstizio d'estate del 20-21 giugno.

A Maggio quindi le giornate si allungano e il clima diventa sempre più mite. Un aspetto infatti che spiega la propensione presso i popoli antichi di dedicare questo mese a divinità legate alla luce del sole. I romani lo dedicavano ad Apollo mentre i Celti al "fuoco luminoso", immagine del risveglio della natura, celebrato con la festa di Beltane, termine che in irlandese indica il mese stesso.

L'altro elemento centrale era la Terra, intesa come Madre Natura e identificata con la dea Maia, dalla cui radice latina, Maius, si pensa possa essere derivato il termine "Maggio". A Maia erano collegate numerose feste (come i Floralia romani) e riti legati alla fertilità della terra. Protagonisti assoluti di quelle manifestazioni erano i fiori, che antiche popolazioni italiche come gli Etruschi e i Liguri festeggiavano nel Calendimaggio (intorno al 1° del mese), ancor oggi in uso in diverse località del nord Italia.

*A quelle tradizioni si richiamò la Chiesa dedicando il mese alla Madonna, e in generale alla figura della mamma, e sostituendo il biancospino, fiore simbolo della dea romana Maius, con la rosa associata alla figura della Vergine.*

Sul piano astronomico infine, s'inizia a vedere il cielo tipico delle notti estive, con la costellazione di Boote in posizione dominante, grazie alla spiccata luminosità di Arturo, terza stella più brillante della volta celeste. Altissima sull'orizzonte, quasi allo zenit, è la ben nota costellazione dell'Orsa Maggiore detta anche del Grande Carro.

Come sempre, chiusa la interessante parentesi didascalica su mese che andiamo ad incontrare, quali sono i bellissimi





appuntamenti sociali che la UET ci propone in questo periodo? Vediamoli insieme.

- Venerdì 10 maggio, alle ore 21 presso la sede sociale al Monte dei Cappuccini si terrà un'interessantissima conferenza su "Le principali rocce delle Alpi Occidentali - Descrizione e rassegna fotografica" condotta dal relatore (e nostro socio UET) dott. Luigi Leardi. Sarà una serata per descrivere, mediante diverse fotografie e semplici diagrammi classificativi le più comuni rocce ignee (eruttive) e metamorfiche che frequentemente incontriamo percorrendo i sentieri delle montagne del Piemonte e della Valle d'Aosta. (<http://www.uetcaitorino.it/evento-287/conferenza-le-principali-rocce-delle-alpi-occidentali-descrizione-e-rassegna-fotografica>)
- Domenica 12 maggio, saliremo al Monte Pietraborga, una montagna che domina Trana e fa parte della serie di monti che delimitano a sud la val Sangone. Sulla sua cima si incontrano tre panoramiche creste: il crinale orientale che scende fino ad una insellatura a quota 658 m e che, dopo avere riguadagnato quota con la punta del Colletto (685 m), si esaurisce a Sangano; la breve cresta nord che scende in direzione di Trana ed infine il crinale meridionale che si spinge verso Piosasco e il Monte San Giorgio. (<http://www.uetcaitorino.it/evento-257/monte-pietraborga>)
- Domenica 26 maggio infine, saliremo alla Chiot dla Sella con un itinerario in parte ad anello che lungo un facile percorso nel vallone della Lioussa ci consente di raggiungere uno dei più suggestivi alpeggi della Val Pellice, il Chiot la Sella situato su un pianoro erboso circondato da boschi di faggi e larici sul versante nord del monte Frioland. (<http://www.uetcaitorino.it/evento-267/chiot-dla-sella>)

A presto ritrovarvi dunque, per scoprire insieme queste belle località alpine e trascorrere momenti lieti con gli Amici dell'UET.

**Mauro Zanotto**  
*Direttore Editoriale*





## Color seppia Cartoline dal nostro passato



### *Un acquazzone in montagna*

Egredi Consoci e non Consoci, che aveste una volta almeno il battesimo di un solenne acquazzone in montagna, sappiate che ottenni dall'indulgente Commissione per la compilazione del Bollettino Sociale una paginetta per intrattenermi con voi.

E poiché so che l'egoismo umano fa trovar confortevole l'avere compagni nella sventura, vi prego

di permettermi di stabilire una corrente di reciproco conforto fra di voi e me, che nei poveri miei organi vocali ho conservato per molto tempo il frutto dell'enunciato battesimo.

Domenica 12 Aprile, all'una di notte, con tre volenterosi compagni, animati tutti da una grande speranza nel tempo che minacciava di non essere troppo gradevole, si partì con un programma alpinisticamente attraente.

Rannicchiato in un angolo, o meglio, schiacciato contro le pareti del vagone da un colossale ammasso di carne dalle sembianze di un otre più che di un uomo, cercavo un po' di sonno per trarmi da quel fetore che ammorbava l'aria e che pareva l'essenza di mille sgradevoli odori, di vino, di pipa, di

sudore (pardon!) e di altro ancora.

Dovetti fingere di dormire per non gratificare il mio rispettabile pubblico, colla relativa... inclita, di una conferenza sull'uso delle racchette, della piccozza e della corda, lasciando invece alla portentosa fantasia degli stessi miei compagni di viaggio le più meravigliose e bizzarre soluzioni degli enigmi provocali dal terribile equipaggiamento alpino. Si scese, come Dio volle, a Borgone.

La speranza di scorgere qualche stella fu subito delusa. Già cadeva una pioggerella sottile sottile, e l'uniformità grigia del cielo non lasciava nemmeno supporre lo squarciarsi del denso strato di nuvole che racchiudevano un acquazzone tremendo.

Bisogna ammettere che l'aspetto notturno della piccola cittadina non abbia proprio nulla d'attraente, perchè altrimenti sarebbe passato nella nostra mente il progetto di rimanervi fino al passaggio del primo treno, omnibus s'intende, ma... diretto a Torino.

Animati invece da una grande speranza e buona volontà ci disponemmo a lasciar Borgone ed a muovere alla volta di Maffiotto.

Maffiotto! Nome fatidico ed indimenticato dai frequentatori delle vallate di Susa, nome la cui celebrità si è propagata senza sforzo e verrà tramandata intatta ai posteri; nome che si è distribuito senza perder d'intensità sopra ognuno degli informi sassi che costituiscono la

ripida, tortuosa, faticosa, eterna strada che da Borgone si eleva per circa 900 m.

nome che risuona come una minaccia, come un castigo, che rievoca un sinistro ricordo; nome che provoca un compianto per i poveri infelici che giunsero al romito villaggio o ne ritornarono sotto il cocente sole di Agosto!

Però a noi l'erto cammino, rischiarato dalla luce della mia lanterna, parve benigno fin che la pioggerella, mantenendosi docile e leggera, non scoteva la nostra fiducia nel possibile migliorar del tempo.

Ma ad un tratto con una folata di vento, anche l'acqua si scatenò rabbiosamente su di noi, scrosciando con veemenza fra gli arbusti che fiancheggiavano la strada, rimbalzando sui sassi e sguisciando in breve fra questi in numerosi rivoletti.

Nel cuore nella notte, lontani dall'abitato, non ci restava che accogliere con rassegnazione le furie del tradizionale Giove Pluvio e riparare al più presto, o ritornando a Borgone, o spingendoci alacramente fino a Maffiotto.

Al rammarico di aver lasciato una notte di riposo per dover poi rinunciare alla gita, si alternava insistentemente la speranza di avere colla prossima alba un mutamento di tempo che ci permettesse di effettuare almeno buona parte del nostro progetto.

Pensiero estremamente assurdo, ma tale da farci decidere il veloce proseguimento fino a Maffiotto.

Non debbo dimenticare di essermi rivolto a... compagni di sventura, perciò so che non sarà difficile immaginare lo stato di quei quattro matti perseguitati da quella violentissima pioggia e costretti a correre più che a camminare su quei sassi quasi grotteschi che assumevano in quell'ora un non so che di... maligno o di vendicativo.

E tutto ciò alle quattro del mattino e.. per divertimento !...

Cogli abiti, col berretto, col sacco inzuppati d'acqua, giungemmo finalmente a Maffiotto, ove nostro primo compito fu di svegliare col nostro scalpore qualche buon villico o di attirare quanto meno l'attenzione di qualche abitante mattutino che ci ospitasse in una qualsiasi caverna... Maffiotto è dotato di due... dirò per riconoscenza, alberghi, ed in uno di essi ebbimo dopo lungo peregrinare il meritato ricovero.

Era tempo!

Siccome le avversità acquiscono i sensi della gioia e del conforto, così il riparo entro quella nuda camera ci tornò doppiamente gradito.

La nostra permanenza si protrasse assai più del previsto, e la colazione, unica nostra mansione pel momento, raddoppiò di frugalità e ci occupò un paio d'orette.

Non pioveva più. Ma non traete un sospiro di sollievo! No, non pioveva più... ma nevicava abbondantemente!

Dall'uscio della capanna non si vedevano che i fiocchi di neve a noi vicini. Il resto, le case, i prati, gli alberi, la montagna, tutto era sepolto entro quell'atmosfera bianca, entro quel mare di nuvole dense ed immobili.

L'amenità del luogo (?!) non valse a trattenerci, e rievocando a mala pena quel coraggio che ci aveva spinti fin lassù, ma che si era assopito al tepore del nostro ricovero, ci lanciammo ancora attraverso alla bufera di neve e di pioggia, anelanti di raggiungere Borgone e di far presto ritorno alle nostre case.

La disgraziata escursione ebbe nondimeno un lieto fine, perchè il tempo, impietosito forse delle nostre peripezie, si rabbonì e ci permise di abbreviare l'attesa del pranzo e del treno giocando qualche partita alle bocce sulla melma dei campi e della strada.

Non mancò la chiusa comica a Torino dove traversai le strade sotto una pioggia violentissima ed in pieno giorno festivo, destando le meraviglie e la derisione dei numerosi passanti che mettevano ad una vera berlina il mio abito dalle "nuances" più grottesche, la minacciosa piccozza ed il povero sacco... di pive!

**Alessandro Treves**

*tratto da*  
*L'Escursionista n.8 del 19 Giugno 1908*  
**BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE**  
**ESCURSIONISTI DI TORINO**



*Venti giorni a Lomè*  
*Terza parte*

**21/11/2018 mercoledì**

Abbiamo deciso di rientrare a Lomé alla sera e non prolungare il tour per il quarto giorno, perché non sapremmo bene cosa fare: potrebbe forse meritare una visita nell'entroterra con colline e cascate; ma ci sembra poco interessante.

La mia super-guida (Silvia) propone comunque di salire verso nord in una zona dove hanno imparato a lavorare il vetro riciclato per ottenere collane e bracciali.

La colazione è preparata da Céline al mattino presto: quando ci alziamo troviamo tutto pronto, ma la padrona di casa è già uscita; possiamo mangiare fette di pane tostato con thé, caffè (Nescafé in polvere), latte, marmellate (di mango e papaia), miele e gran quantità di frutta.

Mentre ci sbafiamo la lauta colazione, rientra Céline che ci tiene compagnia e fornisce qualche ulteriore informazione per il giro che abbiamo in mente di fare; per il viaggio ci regala due caschi di bananine: rappresenteranno il "dolce" pasto del mezzogiorno. Riluttante, ma neanche troppo, accetta i quattrini che le lasciamo: come mamma di Victor, amico di Silvia, vorrebbe ospitarci gratuitamente, ma noi siamo andati a dormire da lei perché sapevamo di una sua mezza intenzione di aprire un "bed and breakfast"; pur con qualche disagio (luce inizialmente spenta, assenza di climatizzatore), siamo stati ospitati con generosità e simpatia ed è doveroso ripagarla. Il percorso si rivela più lungo del previsto e la ricerca del laboratorio è più complicata di quanto potevamo immaginare; anche gli abitanti del paese in cui Paolo e Francis ci avevano indirizzati fingono di non sapere, o proprio non sanno, e ci forniscono indicazioni fuorvianti.

Il nostro Francis, sotto la sapiente guida di Silvia, riesce comunque a raggiungere il laboratorio in mezzo ai campi: un'oasi verde, ordinata e pulita, alla fine ci accoglie; sotto un'ampia tettoia, alcune fanciulle infilano perline, ma esiste anche un ufficio dove una giovane ci offre la propria competenza per spiegarci e mostrarci l'intero ciclo di lavoro. Incominciamo dalla riduzione in polvere delle bottiglie (la coca-cola fornisce un colore, le altre bibite altri colori) realizzata con un

mortaio a mano: il pestello è un grosso ramo di 8 / 10 cm di diametro, mentre la vasca è ricavata da un tronco scavato; la polvere di vetro viene poi versata in vasetti di pietra ignifuga che realizzano recipienti con base emisferica di diametro 5 o 10 mm, a seconda della dimensione che si vuole ottenere; un sottile bastoncino viene infilato in modo da lasciare, dopo la cottura, durante la quale il bastoncino carbonizza, un foro nel quale si infilerà il filo; se la perlina deve avere striature, vengono sovrapposti strati di polvere di diverso colore; l'insieme viene prima riscaldato, in un fornello all'aperto, finché comincia a rapprendersi, poi è fatto ruotare con il pernetto di legno, nella sede fino a produrre una sferetta; al termine viene completata la cottura.

Il risultato finale sono collanine di palline colorate, in vetro di recupero, lavorato a mano.

Mentre Francis sonnecchia al fresco dell'ombra di una pianta, noi seguiamo le spiegazioni, visitiamo i due fornelli, che sono dei semplici bracieri in cui nelle nostre montagne potrebbero far cuocere le patate, e osserviamo alcune donne al lavoro per preparare le collane; infilano anche minuscole perline di vetro, sfruttando quanto il caso mette a loro disposizione: con un filo di nailon da pesca trafiggono un mucchietto di perline; ad ogni gugliata 3 o 4 rimangono infilate; ottengono un giro-collo con molta pazienza: ma il tempo qui non è importante e fluisce chiacchierando come facevano da noi le contadine quando dovevano preparare il granoturco per farlo seccare...

Silvia non si fa mancare qualche acquisto: ormai Natale è vicino e le sue amiche e sorelle avranno un po' di artigianato africano al collo.

E' ormai pomeriggio inoltrato quando prendiamo la via del ritorno, cercando di evitare il traffico caotico di Accra per raggiungere il Togo, nel modo più diretto possibile. Intanto viene buio e non ritroviamo più la pattuglia di polizia a cui Francis, all'andata, aveva promesso il solito contributo/mazzetta necessario per poter passare indenne il controllo.

In vista di un grosso "centro commerciale" Francis si ferma per consentirci l'ultimo



*Il Castello Fortezza di Accra: ha 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.*

prelievo di quattrini; con una breve discussione Silvia chiarisce che non daremo niente più di quanto pattuito inizialmente: infatti l'accordo prevedeva tre giorni di auto più autista, con il carburante acquistato da noi.

La richiesta di Francis faceva leva sul fatto che ci eravamo allontanati dalla capitale.

Prima di partire, nella mattinata, avevamo fatto un giro turistico per Accra; molte costruzioni della città, fortemente europeizzata, sembrano progettate da architetti fantasiosi e con budget ricchi: lungo i vialoni alberati si alternano case con parco e grattacieli; ovunque siamo sovrastati da enormi cartelloni pubblicitari.

Avevamo anche cercato di avvicinarci al porto dei pescatori, ma, come avevamo parcheggiato l'auto e ci eravamo avviati verso

la marina, un brutto ceffo ci aveva apostrofato malamente sostenendo che quella era zona "loro" e che, per procedere, dovevamo pagare un finto pedaggio.

Silvia aveva dimostrato, ancora una volta, tutta la sua grinta: aveva affrontato l'energumeno senza la minima soggezione, poi aveva voltato i tacchi con aria furente, era risalita in auto e ci aveva fatto ripartire. Un'altra zona porta ancora l'aspetto del periodo coloniale, ma è ormai fatiscente e con pochissime costruzioni con un minimo di architettura significativa.

E' buio fondo quando arriviamo nei pressi del confine con il Togo; telefoniamo a Paolo per avvisare che non prolungheremo al quarto giorno: il Ghana non offre grandi attrazioni turistiche e la popolazione, a parte la gentilissima Céline, ci è sembrata poco accogliente: forse a causa dei frequenti posti di blocco, dove si deve lasciare un obolo senza ricevuta, o dell'incontro al porto dei pescatori...

La burocrazia del rientro è, per nostra fortuna, molto più sbrigativa; Paolo ci aspetta appena

superato il confine.

Alcune riflessioni mi frullano in testa: sono stato in terra straniera senza una base accogliente e mi è sembrato faticoso; penso agli immigrati che vengono da noi partendo da queste terre e sperando di trovare un futuro migliore del presente che lasciano e trovano Salvini che, cancellando i loro sogni, dice: è finita la vacanza ! !

Io ho il conto in banca a cui attingere facilmente secondo bisogno, loro sperano di sbarcare il lunario con lavoretti...

Ancora una volta siamo accolti da Paolo, Franci, Nico e Giulio: abbracci, sorrisi, calore. Che meraviglia!

Un materasso buttato in terra è un letto sontuoso perché attorno c'è la famiglia. Ci basta: oggi abbiamo saltato pranzo, la sera prima non abbiamo fatto cena, ma la soddisfazione del rientro ci ricompensa; basta una banana. E via a nanna.

Paolo e Silvia. Silvia e Paolo (con famiglia). Sono proprio fortunato!

## **22/11/2018 giovedì**

Oggi riposo; domani andremo, tutti insieme, nel Benin: percorreremo non molti chilometri nell'altra direzione (verso EST; il Ghana è stato verso OVEST, tra il Togo e la Costa d'Avorio); non arriveremo fino alla capitale Porto-Novo, ma staremo in auto un bel po' di tempo, anche perché dovremo superare un'altra frontiera; a Lomé abbiamo sentito qualcuno sostenere che il permesso di ingresso può essere ottenuto solo tramite Internet; noi invece speriamo di poter ottenere un VISA, valido per un numero limitato di giorni, direttamente alla dogana. Arriveremo solo fino a Grand Popo, distante una quarantina di km dal confine.

Decidiamo di accompagnare i bambini a scuola per fermarci all'esibizione della classe di Nicola; Giulio ha già fatto ieri la sua parte e Silvia ed io ce la siamo persa.

Una tettoia e tante sedie sparse sono il teatro della scuola e tutte le classi passano su una gradinata guidate dai diversi insegnanti. La scuola è francese ed è frequentata prevalentemente da bianchi con l'aggiunta di qualche cinese; i neri sono proprio pochi; Paolo è rappresentante dei genitori nel Consiglio di Istituto.

Riempiamo poi la giornata con una visita al "Museo Internazionale del Golfo di Guinea", dopo esserci concessa una sosta con bibita sulla terrazza vista-mare di un grande albergo (Hotel du Golfe), uno dei pochi rimasti dal periodo coloniale.

La visita al Museo è guidata da un giovanotto totalmente dedicato a noi (ci accompagna anche Francois); siamo in una villa d'epoca con piscina, adattata a museo: le sale sono stipate di mascheroni e opere varie in legno lavorato e/o dipinto; riproduzioni di questi oggetti hanno invaso i mercatini etnici d'Europa e non rappresentano una novità ai nostri occhi ormai assuefatti, anche se per i togolesi non sono folclore ma parte dei culti animistici ancora frequentemente praticati nei territori dell'interno.

Ci mostra anche un ambiente in cui si pratica il restauro, ma ho la sensazione che vi si produca anche qualche pezzo nuovo, spacciato per originale. Ma, del resto, che differenza c'è tra un pezzo che proviene dalla foresta e un pezzo, del tutto simile, prodotto nel piccolo laboratorio ?

Il più interessato sembra essere Francois che, avendoci accompagnati, si sente in dovere di spiegarci il significato di alcuni copricapi ancora in uso nei territori del centro Togo, da cui lui stesso proviene; l'animismo e lo sciamanesimo sono ancora molto diffusi, sia pure affiancati e contaminati dal cristianesimo. Alla fine del soggiorno Francois ci ringrazierà calorosamente per averlo portato con noi nella visita.

Nei prossimi giorni saremo fuori casa e perciò nel tardo pomeriggio Silvia ed io seguiamo Nicola nell'esecuzione dei pochi compiti per lunedì; dopo un modesto tentennamento, si mette di buona lena e svolge quanto previsto: è precisissimo nella scrittura della lingua francese, ivi compreso l'uso degli accenti, e abilissimo nel calcolo sia mentale, per le operazioni più semplici, che scritto, per moltiplicazioni a più cifre; in un amen è tutto finito con ordine e pulizia; Giulio segue con attenzione e ha già imparato dal fratellone, particolarmente l'abilità e la passione matematica.

## **23/11/2018 venerdì**

Ci prepariamo per la visita al Benin; Paolo

rientra dal lavoro sufficientemente presto da poter partire con il chiaro, non appena i bambini finiscono la mattinata di scuola; ripercorriamo lo stesso lungomare già visto più volte, ma superiamo il lago Togo e arriviamo fino al confine; siamo fortunati: il VISA di ingresso può essere pagato alla dogana e l'insieme di tutte le pratiche per noi e per l'auto può essere sbrigato in un'oretta.

Il Benin ha l'aspetto più occidentalizzato: la strada è fiancheggiata da campi coltivati, sia pure solo da filari di banani, o comunque arati; si ha l'impressione di un non completo abbandono.

All'imbrunire arriviamo a Grand Popo, in tempo per un bagno in piscina; i bimbi sguazzano felici tra tuffi e immersioni: Nicola, una volta molto timoroso, è diventato ardito e disinvolto e Giulio si muove nel suo ambiente naturale. Noi adulti ci facciamo venire appetito al chiaro della luna piena ripulendoci del sudore del viaggio.

Siamo alloggiati in due stanze affiancate, al piano rialzato di una costruzione in legno a due piani; entrambe sono arredate con due

letti matrimoniali, uno nello stanzone di ingresso, l'altro nel soppalco a cui si accede con una ripida scala. Giulio sceglie di dormire con noi e farà l'orsetto di Silvia nella zona alta; potremo così accendere il climatizzatore che raffredderà maggiormente il lettone inferiore: io, come sempre, spero nel fresco, mentre Silvia si crogiola nel teporuccio...

La cena, a base di prodotti locali, ci viene servita sotto una tettoia di frasche quasi fresche, con luce soffusa, sperando di non attirare l'attenzione delle zanzare: siamo all'aperto e non sappiamo se l'uso dell' Autan sarà sufficiente.

Il paese, che abbiamo intravisto, sembra niente di speciale, ma Paolo ha programmato

*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.*



per il giorno dopo un'escursione in auto ad una cittadina vicina con ancora qualche residua vestigia coloniale.

## **24/11/2018 sabato**

La prenotazione ottenuta da Lomé era per una sola notte; all'ultimo momento ci viene comunicato che si sono liberate due stanze anche per la seconda sera: saranno un po' più care, ma, in compenso, avremo meno spazio perché ciascuna è dotata solo di un letto matrimoniale; assieme al lettone di Paolo e Franci, nella loro stanza viene buttato in terra un materasso: in tre dormiranno nel lettone e il quarto si accontenterà della "cuccia" bassa.

Mentre ci strafoghiamo nella colazione e incominciamo la giornata con un bagno in piscina, ci vengono preparate le due stanze contigue, dove trasferiamo i bagagli, presto preparati per il mini trasloco.

Partiamo per il tour all'interno del Benin e arriviamo fino a Ouidah, dove si potrebbe visitare il "Temple des Pythons", quasi un museo, ma Paolo e famiglia l'hanno già visitato e a Silvia e a me interessa poco.

Andiamo invece in una casa coloniale, restaurata a nuovo, dove sono esposti i quadri di una pittrice: sono opere non figurative, ma con colori molto vivaci che dovrebbero evocare gli spiriti locali; qualche scultura astratta dovrebbe condurci verso le stesse meditazioni, ma tutto l'insieme non riesce mai a coinvolgermi. Una buvette, con tappezzeria a fiori verdi su sfondo rosso vivo, ci consente di apprezzare bevande e dolcini locali.

Ancora quattro passi e poi si torna al Grand Popo, dove ci aspettano due piacevolezze, prima la piscina e poi la cenetta a base di prelibatezze locali.

Il Benin appare più curato, i campi che fiancheggiano la strada sono più lavorati; il Togo è proprio il più malandato tra i tre stati che abbiamo visitato.

Lasciando l'Auberge Grand Popo, al mattino, abbiamo attraversato il paese e abbiamo potuto assistere a un rito wudu: sembra che sia in atto una manifestazione propiziatoria per far sì che la moglie di un capo locale, morta di recente, venga accolta dagli spiriti dell'aldilà.

Molte donne danzano accompagnate da

trombe e percussioni fortemente ritmate, mentre tre mascheroni si muovono in circolo: si tratta di tre strutture a forma di cono, ricoperte di paglia (o plastica) di colori sgargianti, mosse, all'interno, da qualcuno che fa stupire possa agitarsi così sotto il sole e ad una temperatura superiore ai 30 gradi. Naturalmente cerchiamo di fotografare e filmare la scena, ma, dopo breve, arrivano alcuni partecipanti, che, con aria decisa, quasi minacciosa, ci invitano a sospendere ogni ripresa.

Al ritorno ripassiamo nella stessa zona, ma ormai è tutto calmo e tranquillo.

Durante la cena chiediamo a che ora e dove poter trovare una chiesa per la Messa della domenica: secondo la cuoca, non lontano dall'auberge c'è una chiesa con funzione festiva alle 9. Programmiamo perciò per le 10 la partenza per un giro in piroga.

Finita la cena Paolo ci propone di far visita al suo conoscente che gestisce un villaggio turistico non lontano e che l'indomani dovrebbe prelevarci per il giro in piroga sul vicino lago. Ci avverte anche che, secondo lui, alle 9 parte una processione liturgica, dal fondo del paese fino alla chiesa, dove la messa sarà spostata fin dopo l'arrivo della colonna di fedeli. Speriamo che, comunque, per le 10 la funzione possa essere quasi finita, consentendoci di partire; manteniamo perciò il programma, pensando magari ad un piccolo ritardo ....

Rifiutiamo l'invito a fermarci per bere un liquore locale dall'aspetto feroce e torniamo alla nostra sistemazione, anche perché è sempre raccomandato di esporre il meno possibile il proprio corpo alle zanzare, anche se ci riteniamo "protetti" dal MalarOne e dalla tisana di artemisia.

Il villaggetto turistico dell'amico di Paolo sembra animato da ospiti fricchettoni anche se il periodo parrebbe poco adatto al turismo europeo o americano.

Abbiamo anche rifiutato la proposta di far approdare la piroga su una zona sabbiosa e ombreggiata per mangiare aragosta e pesce grigliati sulla brace; faremo solo una breve sosta per mangiare frutta e bere qualcosa di fresco.

## **25/11/2018 domenica**

Mentre qualcuno si tuffa in piscina e tutti comunque mangiamo un'abbondante colazione, Silvia ed io ci prepariamo per la messa delle 9.

Usciamo dall'auberge e ci dirigiamo verso la chiesa, ma, dopo poco, vediamo la processione venire da lontano in senso contrario al nostro; arriviamo contemporaneamente all'altezza del piazzale antistante la chiesa.

Dunque è vero, oggi è festa e una gran quantità di persone partecipa al rito che è accompagnato da percussioni fragorose e trombe squillanti; si fermano sul sagrato mentre alcune donne si esibiscono in un ballo analogo a quello visto il giorno precedente: con il corpo piegato ad L vengono agitate gambe spalle e braccia al ritmo dei tamburi; il sincretismo tra rito wudu e funzione cattolica appare ben radicato perché tutti sembrano ritenere normale quanto sta succedendo.

Intanto la folla, che ha partecipato alla processione, riempie la chiesa, continuando a cantare inni sacri francesi.

All'altare sono presenti numerose persone, ma solo l'officiante indossa paramenti sacri; tutti gli altri hanno una cotta bianca e qualcuno anche una stola di traverso su una spalla.

Il rito della Messa si svolge anche qui, in francese, secondo un classico schema romano, ma è continuamente interrotto da canti accompagnati da percussioni e tastiera. Alle 10 hanno superato solo la prima delle tre letture, ma noi dobbiamo abbandonare la funzione perché all'Auberge ci aspettano.

Appena dopo il nostro rientro arriva l'amico di Paolo; alla luce del giorno appare un quarantenne locale, fortemente occidentalizzato, non solo nel comportamento: scopriremo che lo è anche nel tariffario che ci applicherà per l'accompagnamento nell'escursione; ha convissuto con una fanciulla europea, da cui ha avuto una figlia, che pensa di incontrare nei prossimi giorni a Bruxelles. Questi nuovi bimbi sono un po' figli del mondo: nascono in Benin, poi si trasferiscono in Belgio e ricevono saltuarie visite del padre e sembrano vaghi frutti del caso più che parte di un progetto che li riguarda.

Percorriamo in auto la lingua di terra sabbiosa

che separa il lago Ahémé dal mare, fin quasi all'estuario. Una piroga ci aspetta tirata a terra: sarà spinta a pertica, superando zone in cui l'acqua è così bassa che il nostro amico e il perticaio sono talvolta costretti a scendere per spingere a mano la piroga.

Ci muoviamo tra grovigli di mangrovie su cui sono spesso appollaiati grossi uccelli marini. Non è spettacolare ma certo molto interessante dal punto di vista naturalistico. Costeggiamo la riva e ci infiliamo in stretti canali tra le radici aeree, come in un film d'avventura.

Ci spiaggiamo in una zona sabbiosa per bere e mangiare della frutta fresca: abbiamo rifiutato il pasto alla Robinson Crusoe, che avrebbe portato la tariffa a livelli americani. Il rinfresco, comunque delizioso, è organizzato sotto una tettoia di canneti e ci sediamo sui tronchi coricati che delimitano uno spazio su cui sono buttate delle stuoie.

Presto si completa il giro con la piroga e poi nuovamente, al Grand Popo, siamo nell'accogliente piscina; ci facciamo massaggiare ancora una volta dal getto che esce da un grosso tubo all'altezza di un paio di metri: schiena e spalle sono rinvigoriti, quasi forati ...

Ma dobbiamo presto metterci in viaggio per il ritorno perché dobbiamo prepararci al rientro da Lomé a Torino. Siamo infatti arrivati all'ultimo giorno: alle 10 di sera avremo l'aereo; dovremo quindi essere in aeroporto un paio d'ore prima del decollo, anche se il traffico doganale e di imbarco è relativamente modesto.

Abbracciamo tutti e quattro con molto calore: ci hanno regalato due settimane veramente gradevoli; abbiamo avuto il piacere di stare nella scuola di Nicola e Giulio, studiare, fare i compiti e giocare con loro; siamo stati coccolati da Paolo e Franci come due principi. Insomma abbiamo accumulato tutti quegli ingredienti che renderanno questo soggiorno indimenticabile.

In modo generalmente sobrio, abbiamo goduto comunque del gran benessere che deriva dal continuo affetto espresso con attenzione, anche se mai in modo ostentato.

Accompagniamo a letto ancora una volta i due cuccioli: domani c'è scuola e la sveglia suona alle 6,30.



Poi Paolo ci porta all'aeroporto: le pratiche sono effettivamente veloci; abbiamo predisposto un abbigliamento a strati: stiamo lasciando un clima caldo e umido ma cosa troveremo a Parigi ? Ci sono arrivate notizie di temperature prossime allo zero e probabili piogge.

Con Paolo, Silvia ha pensato ad un piano A, per il caso di tempo quasi bello, che consenta di visitare la città, e un piano B da attivare con pioggia e neve. Nel frattempo siamo imbarcati e speriamo di addormentarci e riposare senza tanti disturbi: il viaggio non è lunghissimo e bisogna concentrare il recupero nelle poche ore disponibili.

Ritorno col pensiero a ritroso: mi viene in mente l'ultima sosta, nel viaggio di ritorno da Grand Popo, quando, per pochi centesimi, abbiamo acquistato una noce di cocco da una matrona seduta al lato della strada, circondata dai residui lasciati dai precedenti acquirenti; tenendo la noce appoggiata su una mano, con l'altra la signora toglie, con tre colpi netti, un tassello, come un coperchio e ci fa bere direttamente dal frutto, come fosse una tazza; finito il liquido, con un ultimo colpo apre in due

*Visitiamo due fornelli, che sono dei semplici bracieri in cui nelle nostre montagne potrebbero far cuocere le patate, e osserviamo alcune donne al lavoro per preparare le collane; infilzano anche minuscole perline di vetro, sfruttando quanto il caso mette a loro disposizione: con un filo di nailon da pesca trafiggono un mucchietto di perline.*

il frutto, lo svuota del bianco mallo e ce lo offre sulla punta del coltellaccio perché ce lo mangiamo.

Mi riappaiono le venditrici di acqua, fette di frutta e oggetti di qualsiasi natura, che espongono la propria merce su enormi piatti portati in bilico sulla testa; si muovono in massa, con estrema disinvoltura tra le moto e le auto, non solo quando queste sono ferme per semaforo rosso, ma anche mentre sfrecciano lungo le strade affollate, prevalentemente di auto in Ghana e quasi esclusivamente di moto in Togo.

Mi rivedo le lunghe e profonde spiagge, quasi deserte, dove l'ombra deriva solo dalle palme; rarissimi bagnanti sfidano le onde dell'oceano, subito fondo, con una forte risacca.

Particolarmente in Togo, tutti vendono, ai lati

di tutte le strade, prodotti tutti uguali, che rappresentano forse una modesta evoluzione rispetto allo scambio in natura: si realizza così un piccolo commercio che permette all'infinita moltitudine urbanizzata di sopravvivere godendo di beni appena un po' diversi rispetto a quelli disponibili nel povero territorio lontano dalla città.

Il film mentale continua sui fiumi di motociclette, in movimento come formiche, con due o tre e, qualche volta, quattro ospiti: spesso l'ultima della fila è una donna che porta, legato sulla schiena, un piccolo, avvolto nei lunghi teli variopinti, con cui sono anche realizzati gli abiti e i copricapo più diffusi,

Percorro poi, in sogno, chilometri e chilometri di strade a fianco delle quali spereresti di scorgere campi coltivati al posto della boscaglia incolta e di rare costruzioni attorno alle quali si muove e brucia la solita capretta assieme a qualche sperduta gallina.

Sento anche le tenere braccia dei due nipotini attorno al collo, le loro risate discrete e le corse inarrestabili in casa e fuori: gli spostamenti avvengono sempre e solo così; una volta era solo Nicola, ora anche Giulio è diventato una saetta come il suo fratellone.

E Paolo e Franci giocano a tennis...

E Silvia ci guida negli spostamenti, usando le piantine scaricate sul cellulare.

Piano, piano, mi addormento...

Sono proprio fortunato!

## **26/11/2018 lunedì**

Siamo a Parigi alle 6 del mattino, piuttosto sbacaliti, ma pronti per la visita.

Il programma iniziale avrebbe previsto di usare la coincidenza delle 8 per Torino, ma il volo è stato soppresso; potendo scegliere un altro orario della giornata, abbiamo optato per le 22, lasciandoci l'intera giornata a disposizione per una visita turistica di Parigi. Silvia ha raccolto info da Paolo sui luoghi più interessanti e sui musei: non abbiamo una strategia definita, ma tante idee.

Come prima cosa acquistiamo un biglietto giornaliero con libero accesso a ferrovia, metropolitana e bus di superficie e ci dirigiamo alle Halles: Silvia vuole vedere la Rue du Temple, dove Paolo è vissuto per un anno durante il soggiorno Erasmus, e poi desidera

fare colazione in un bar, anche questo indicato dal suo fratellone, in cui dovrebbero servire croissants speciali...

Crediamo di trovare il portone della casa dove abitò Paolo ma non troviamo la caffetteria aperta: ne scegliamo un'altra dall'aspetto vagamente bohémien, dove ci preparano una colazione con brioche, pane tostato, burro, marmellata, cappuccino con panna, bibite... siamo comunque caduti in piedi.

Silvia consulta i suoi appunti e prepara il percorso successivo: andiamo ancora a piedi fino a Place des Vosges; proseguiamo fino alla Bastiglia? Intravediamo la colonna e giudichiamo non necessario arrivare fin lì: io sono già quasi morto, pur essendo solo all'inizio della giornata.

Camminiamo verso le isole della Senna, entriamo nella Cattedrale di Notre Dame: possiamo così nuovamente sederci. Meno male. L'aria è piovigginosa ma non bagna e non è troppo gelida.

A me viene in mente di far visitare a Silvia il quartiere e la chiesa di Saint Germain des Prés; vi arriviamo con l'aiuto del cellulare della mia perenne "guida": la mia piccolina (si fa per dire) è veramente magistrale nell'orientamento.

Purtroppo l'interno della chiesa è impacchettato per restauri e quella, che nel mio ricordo sarebbe dovuta essere molto suggestiva, appare invece molto banale.

Un passo dopo l'altro, sono esausto e propongo perciò di sostare per pranzo. Paolo ci ha lasciato l'indirizzo di un ristorante dove si mangia a base di formaggi; si deve ritornare nella zona dove è vissuto da studente. Prendiamo un mezzo che ci porta dove siamo già stati per colazione; troviamo il locale, ma è chiuso e aprirà solo alle 5 del pomeriggio; è lunedì e forse è normale che al mattino sia chiuso, come, del resto, lo sono anche quasi tutti i negozi.

Proviamo a verificare altri due locali, suggeriti da Gabri (per fortuna si telefona facile da qualsiasi parte d'Europa): Androuet (famoso per i pasti a base di formaggi) e Roger la Grenouille, dove avevamo mangiato forse 30 anni fa... chissà se esistono ancora?

Silvia li trova sul suo cellulare, ma sono entrambi chiusi: aprono alle 17,00. Io sono esausto e propongo di fermarci nel bistrot

d'angolo che ci ha gentilmente ospitati per un nostro bisogno impellente. Con quattro soldi ci sfamiamo; tra i piatti possibili, ne ho scelto uno a base di crostone e formaggio fuso: non è sicuramente all'altezza di quello suggerito da Paolo, ma è comunque soddisfacente. Il pasto è completato da salsicciotti e lenticchie, procurandomi un anticipo di "cenone di capodanno": forse sono già nel 2019? non capisco più molto; appoggio la testa sulla mano, col braccio puntellato al tavolo e mi addormento profondamente.

Passo così una mezz'oretta, forse anche di più: mi sveglio ancora un po' rintronato, chiedo scusa a Silvia e cerco di spiegare il mio comportamento al ristoratore, che, molto gentilmente, mi dice di non preoccuparmi; intanto il bistrot continua a servire gli avventori che si avvicendano: evidentemente è uno dei pochi locali aperti il lunedì a mezzogiorno o forse a Parigi si mangia a tutte le ore? Un caffè completa il risveglio.

Silvia non ha perso tempo: ha capito che non potrei girare a piedi la città, né entrare in un museo con percorsi chilometrici; sovrapponendo la pianta di Parigi con la mappa dei mezzi pubblici di superficie, aiutata dal solito cellulare, ha preparato una visita della città da fare in autobus.

Ne prendiamo uno vicino al bistrot e, con passaggi successivi, vediamo Montparnasse col quartiere latino e i giardini del Luxembourg, les Invalides, la Torre Eiffel, i Champs Elisées, Montmartre, la chiesa del Sacro Cuore, fino a tornare alle Halles per riprendere il treno per l'aeroporto.

Su e giù da un bus al successivo, scopriamo un modo facile per visitare Parigi usando i mezzi pubblici; possiamo anche scendere con la funicolare dalla chiesa del Sacro Cuore e goderci lo spettacolo di Parigi illuminata di notte. Sono decisamente rinfrancato, essendo stato quasi sempre seduto e essendomi goduto un buon caffè espresso nel passaggio da un bus all'altro. Credo di aver consumato tutte le mie risorse fisiche cercando anche di fare da Cicerone alla mia guida.

Col suo cellulare sempre in mano, Silvia è stata instancabile e precisa: le coincidenze sono state proprio come previsto da lei e, di volta in volta, guidandoci a sedere ora a destra ora a sinistra, ci siamo potuti godere le

attrazioni turistiche più interessanti di Parigi.

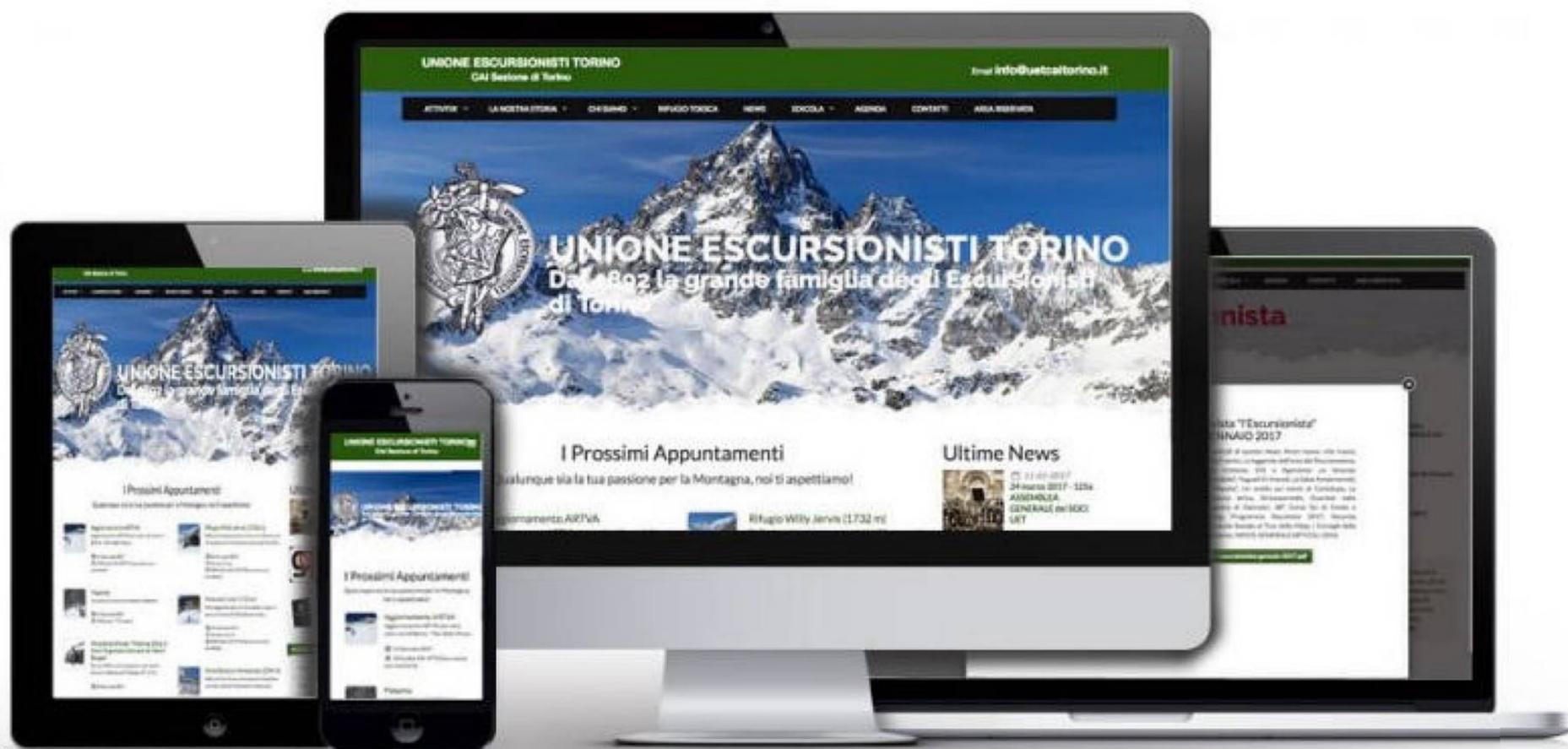
Silvia grande!!

Non avrei mai pensato di poter visitare tanti siti in una sola giornata e senza grande fatica. Siamo nuovamente sul treno per l'aeroporto e poi sull'aereo per Torino.

La giornata finisce bene perché troviamo rapidamente tutti i nostri bagagli che, evidentemente hanno viaggiato con i nostri stessi mezzi, pur distanziati nel tempo.

Anche il taxista che ci porta a casa è un simpatico chiacchierone che ci fa un leggero sconto sulla tariffa perché dice di aver trovato, con noi, una compagnia simpatica che gli ha rallegrato il percorso da Caselle a Torino...

**Emilio Cardellino**



*Tramite Smartphone, Tablet, PC, Smartv vieni ad incontrarci 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!*

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

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

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

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

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

segui su



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

**Maggio 2019**

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013