



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Novembre 2020

€ 0,00

Le Rocche del Roero

Nel mezzo della terra di mezzo

Emigranti !

La Bürsch

La parte alta della Valle del Cervo, in lingua Walser (Parte VI)

E salta for so pare

Cantando con il Coro Edelweiss

Un anello nella valle di Rochemolles

I "viaggi" del nostro Marco Polo

Tree Time al MUSE di Trento

Arte e scienza per una nuova alleanza con la natura

ANDRÀ TUTTO BENE

SOTTO
SEZIONI
E GRUPPI



segui su



Anno 8 – Numero 83/2020

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



Sezione di Torino



La speranza non si spegne mai

Il Decreto del Presidente del Consiglio dei Ministri entrato in vigore il 26 ottobre scorso ci ha tolto la possibilità di poter almeno fare le ultime escursioni del nostro programma, in compagnia dei nostri amici soci e simpatizzanti.

Il Covid 19 sta nuovamente dilagando e quindi non possiamo fare altro che stare a casa per evitare di contagiarsi a vicenda.

La UET comunque non si è fermata in questi mesi di restrizioni e il Consiglio Direttivo si è riunito tutti i mesi in modalità video conferenza lavorando ai programmi futuri, sempre nella speranza di poter incontrare i soci.

Come sapete avevamo anche programmato per il 23 ottobre l'Assemblea Annuale dei soci, che normalmente si svolgeva a fine marzo, ma a quella data eravamo già in lockdown e quindi è stata inizialmente spostata a data da definirsi. Stabilita poi la data, ma non essendo ancora agibile la nostra sede al Monte dei Cappuccini, avevamo prenotato il salone parrocchiale della chiesa Santa Maria Goretti. La convocazione dell'Assemblea era anche un'occasione per incontrarci, ma tutti i nostri sforzi sono risultati inutili a causa di questo ultimo DPCM.

In questi mesi abbiamo avviato e realizzato alcuni lavori indispensabili per il nostro Rifugio Toesca come la riparazione della parete esterna della camera del gestore che presentava crepe e la manutenzione alle vasche di captazione dell'acqua potabile. Per rendere poi più ordinato il rifugio abbiamo progettato e realizzato una struttura armadio pensile sopra la scala, ma la sua realizzazione ha richiesto molto tempo e impegno sia per definire il progetto che per trovare l'artigiano per la realizzazione.

Una cosa positiva è stata la Festa al Rifugio Toesca che anche questo anno ha portato un po' di allegria nel grigiore della vita quotidiana di questi mesi. Non eravamo in molti a causa delle prime avvisaglie dell'influenza, Padre Dante infatti, per motivi di salute non è stato con noi e non è stato semplice trovare un sostituto, per poter mantenere questa bella tradizione di ricordare i soci defunti o non presenti durante la S.Messa. Dopo tante ricerche non andate a buon fine, abbiamo sentito i Missionari della Consolata ed un giovane missionario si è dato disponibile. I soci UET non sono stati molti alla domenica, ma una buona rappresentanza è stata comunque presente ed è stato piacevole



Prima e quarta di copertina di questo mese: Pocapaglia Rocca dell' Eremita e veduta sulle Rocche del Roero

rivedere tutti.

Era anche stata organizzata una bella escursione per il sabato ma la neve caduta pochi giorni prima e la paura di trovare il sentiero ghiacciato ha consigliato di modificare il tracciato. E' comunque stata interessante la salita al Colle Aciano dall'alpe Balmetta con la successiva discesa al Rifugio Toesca percorrendo il sentiero traverso che passa sotto il Villano e arriva al Pian di Mezzo.

La nostra Rivista L'Escursionista è sempre stata in edicola online puntuale tutti i mesi ed è stata un mezzo per continuare a comunicare con i nostri amici. Anche il sito web, sempre aggiornato in tempo reale e le periodiche News, sono stati efficaci strumenti usati per informare i soci e simpatizzanti della situazione sulle attività. Il nostro programma di escursionismo era stato inserito sul sito UET nella speranza di poterlo svolgere invece come avete visto, tutte le escursioni sono state progressivamente annullate.

Per gli accompagnatori, il CAI Sezione di Torino ha organizzato un aggiornamento sulla conduzione e preparazione di una gita, in video conferenza naturalmente perché eravamo nel periodo del lockdown. In questi giorni è stato fatto un'altro corso sul Covid, su cosa è questo virus e su come comportarsi in caso di emergenza durante un'attività sociale e naturalmente anche questo è stato fatto da remoto. Questo corso era stato espressamente richiesto dagli Organi centrali del CAI e speravamo davvero tanto che dopo questo corso Covid si potesse riprendere qualche attività sociale, ma quest'ultimo Decreto ha nuovamente portato delle restrizioni.

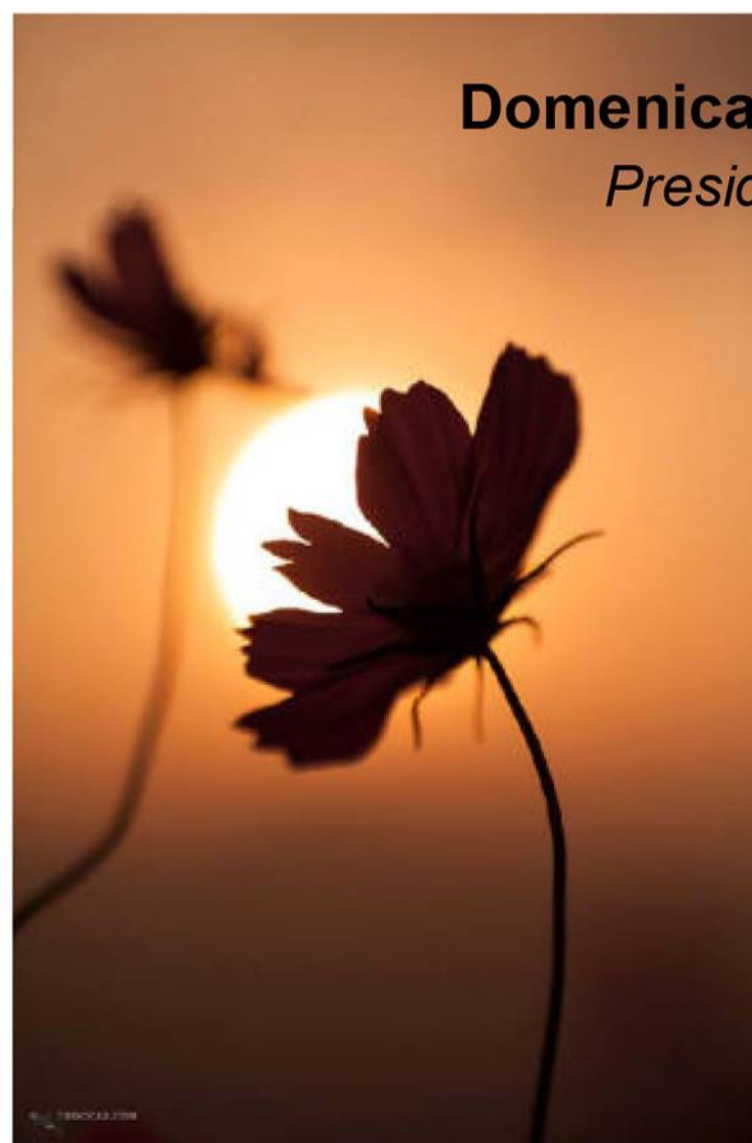
Per la UET non poter andare in montagna con i suoi soci e amici è certamente un problema, ma per senso civico non dobbiamo cedere allo sconforto ma piuttosto pensare a chi ha veramente grandi problemi come la perdita o l'incertezza del lavoro, ai tanti contagiati dal Coronavirus, a chi ha perso parenti ed amici a cusa di questo virus.

Auguriamoci che questo particolare momento si evolva rapidamente e possano tornare tempi migliori.

La speranza non si spegne mai!



Sezione di Torino



Domenica Biolatto

Presidente UET



SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 8 – Numero 83/2020
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 Sezione 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, Maria Antonietta Pinto,
Maria Teresa Bragatto, Pier Mario Migliore

Collaboratori esterni : Beppe Sabadini,
Chiara Peyrani, don Valerio d'Amico,
Maria Teresa Andruetto Pasquero,
Giulia Gino, Sergio Vigna, Marco Giaccone,
Giovanni Cordola, Gianluca Menichetti,
Cristina Natta Soleri, Veronica Lisino,
Fabrizio Rovella

Email : info@uetcaitorino.it

Sito Internet : www.uetcaitorino.it

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

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

Sommario Novembre 2020

Editoriale – Riflessioni della Presidente

La speranza non si spegne mai 02

Sul cappello un bel fior - La rubrica dell'Escursionismo Estivo

Le Rocche del Roero

Nel mezzo della terra di mezzo 05

Fu vera gloria? 11

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

La ragazza che non aveva paura 14

Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis

E salta for so pare 20

Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare

La Sagra del Tajarin 25

C'era una volta - Ricordi del nostro passato

C'era una volta un gioco 28

la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna

Tree Time al MUSE di Trento

Arte e scienza per una nuova alleanza con la natura 33

Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli

Un anello nella valle di Rochemolles

*Dal rifugio Scarfiotti alla Cresta e alla Punta S.Michele
rientrando per il Passage de Courousset e il col d'Etiache* 35

Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino

Emigranti !

La Bürsch

La parte alta della Valle del Cervo,

in lingua Walser (parte VI) 39

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

**La carenza di vitamina D peggiora le funzioni
cognitive** 48

Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici

Strizzacervello 52

Prossimi passi - Calendario delle attività UET

Per Ognissanti mantello e guanti 59

Reportage – Ai confini del mondo

Un trekking nel Sahara 61

Color seppia - Cartoline dal nostro passato

Moja di San Giacomo 64

Ricordando – Le persone a cui abbiamo voluto bene

Ciao Luigi, Buon Viaggio! 66

L'ultimo saluto ad un Amico 67



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

info@uetcaitorino.com



Sul cappello un bel fior
la rubrica dell'Escursionismo estivo

Le Rocche del Roero

Nel mezzo della terra di mezzo

Dal perdurare all'inasprimento: la pandemia non dà tregua e il vento del "lockdown" ha ricominciato a soffiare.

In questo contesto, seppur a malincuore, si è deciso di continuare la sospensione delle attività; ultima annullata: l'uscita del 25 ottobre nel Roero.

Visto che l'interesse verso questa escursione da parte dei soci (e non) è stato evidente, per sopperire almeno parzialmente al "non camminato", proviamo a compiere con l'ausilio della penna due passi in questi luoghi, con la promessa che con il ritorno alla "normalità" andremo a visitarli.

Non solo Alpi.

L'interesse dell'escursionista deve spaziare a tutto campo e grazie all'area geografica in cui abitiamo, non abbiamo difficoltà ad appagare la voglia di conoscere luoghi vicini, ma molto diversi tra loro.

Il Roero è uno di questi; senza perderci in numeri inerenti superfici, abitanti, coordinate o

itinerari, vediamo come collocare questa porzione di Piemonte nella nostra cartina mentale.

Area prevalentemente collinare che si incunea tra il Monferrato e le Langhe, situata sulla sinistra idrografica del Tanaro. Di qua o di là dal Tanaro? Iniziamo da questo dilemma.

Ovviamente non è una disquisizione geo-idro-naturalistica, ma affonda le radici nella tradizione locale. Una canzone popolare racconta che gli Ostrogoti, nelle loro scorrerie in terra italica, si dovettero fermare davanti al Tanaro in piena, lasciando incolume le terre oltre il fiume e insediandosi nei luoghi da cui erano arrivati.

Il racconto non precisa se l'invasione proveniva da est o da ovest e di conseguenza non definisce il territorio rimasto incolume. Per noi "stranieri" risulta essere un argomento di "lana caprina", ma per un Roerino o un

Monteu Roero e le sue colline





Cappero in fiore su antiche mura

Langarolo, la valenza della disputa assume connotazioni goliardiche. A completare l'innato senso di appartenenza che soggiorna all'ombra dei campanili, ricordo che per i Langaroli sono definiti "al di là del Tanaro", anche tutti quelli che abitano nella pianura visibile dai loro poggi collinari.

Da queste poche righe potete desumere che il Roero non è Langa e nel contempo non è Monferrato, anche se in questo secondo accostamento storia e natura hanno fatto

percorsi comuni.

Il toponimo a indicazione di zona è abbastanza recente e lo si fa derivare dal nome della casata astigiana che, a partire dal medioevo e per diversi secoli, ha dominato su questo territorio. Fin verso la metà del secolo scorso l'appellativo Roero lo si trovava solo come complemento al nome di alcuni paesi della zona, ma tutto questo non toglie che il comprensorio abbia veri e propri connotati distintivi che lo caratterizzano. Un' ulteriore

affermazione alla sua unicità è arrivata nel 2014 quando il paesaggio vitivinicolo di Langhe, Roero e Monferrato è stato riconosciuto patrimonio UNESCO.

Tre tipologie zonali caratterizzano questa terra "di mezzo": l'altopiano, la collina, le rocche.

Per meglio comprendere le tre aree immaginiamo di sorvolare queste terre, in modo da scorgere in un unico sguardo la mutevolezza dei suoi paesaggi; ne risulterà un contesto che nel corso dei secoli è stato elaborato dall'uomo senza comunque snaturarlo: quanta similitudine con il lavoro dell'alpigiano!

Arrivando dal torinese (da nord) si entra nel Roero per la sua zona pianeggiante; siamo su quella porzione territoriale denominata Pianalto da parte dei roerini e astigiani, infatti per loro si sale sul torinese, mentre per noi, che già siamo in alto, scendiamo nelle valli del Roero e dell'Astigiano. Se non lo avete mai notato, ricordatevi di questa considerazione la prima volta che per autostrada da Torino andate verso Piacenza: dopo la barriera di Villanova d'Asti si scende.

E ancora: Montà d'Alba. Arrivando a questo comune dai nostri paesi abbiamo l'impressione di non aver variato il contesto altimetrico, ma per gli albesi ci si arriva al culmine di una salita: Montà (sinonimo di salita).

L'origine paterna di mia moglie è proprio di questa "sommità" e la famiglia lavorava nel comparto vitivinicolo. Ricordo di aver visto la casa degli avi; grande e di concezione moderna per l'epoca, strutturata con luoghi di raccolta e lavorazione delle uve. Con la morte del bisnonno (anni 20 del secolo scorso) proprio all'interno di un tino per le esalazioni sprigionate dai processi di fermentazione del vino, la famiglia emigrò nella cintura torinese, cambiando completamente l'impostazione lavorativa dei suoi componenti.

Questa pianura, che in realtà è un insieme di modeste ondulazioni, è caratterizzata dal color rossastro del suo terreno (ferrettizzato) e dagli stagni (peschiere) ubicati nei pressi dei cascinali dove vengono allevate le tipiche tinche. Un tempo il paesaggio agricolo era variegato, oggi predominano colture estensive (grano, soia, girasole ecc.) e nocciolo, mentre

il vitigno è fortemente ridimensionato.

Al termine del pianoro ci "tuffiamo" in valli contornate da colline e passando di altura in altura possiamo arrivare all'alveo del Tanaro, che da Alba scende verso Asti: ovviamente sempre al di qua delle acque.

Guarene e Govone con le loro pregevoli residenze Sabaude sono i simboli di questa area del Roero; qui le vigne e i noccioli caratterizzano il territorio e anche questa terra è arrivata alla ribalta per i suoi vini. Proprio in questa stagione è bello ammirare l'arcobaleno di colori che caratterizzano la varietà dei vitigni.

Il giallo delle foglie denota il vigneto a uva bianca, che per la quasi totalità è formata dall'Arneis: il re dei vini del Roero. Grazie alla selezione e alla capacità degli enologi, questo vitigno che era "biricchino" (in piemontese Arneis) è diventato (a mio avviso) il miglior bianco da desco del Piemonte.

Bianco roerese è anche il Favorita; grappoli storicamente destinati al consumo come uva da tavola, oggi trasformati in vino, meno importante dell'Arneis, ma pur sempre rappresentativo degli aromi di questa terra.

Le foglie rossastre sono quelle del Barbera; classica bottiglia del vecchio Piemonte, un tempo vino ricco di tannino, oggi ingentilito, si è riappropriato di spazi di mercato. Terminiamo la carrellata con le verdi foglie del Nebbiolo; vitigno da cui derivano i vini d'eccellenza piemontesi, con uve a maturazione tardiva, che vengono raccolte quando arrivano le nebbie autunnali: di qui l'etimologia del nome.

Roero non solo vino e nocciole ma, sempre restando nel comparto enogastronomico, riportiamo un altro vanto di questo territorio. Nel 1886 a Guarene inizia la storia "moderna" della razza bovina Piemontese.

Per un mutamento genetico spontaneo, nasce un vitello maschio con natiche e cosce di esuberante consistenza muscolosa: era il capostipite degli attuali "Piemontesi della coscia". Grazie alla caparbietà e alla lungimiranza degli allevatori della nostra terra, oggi questa razza è universalmente ritenuta una delle migliori produttrici di carne, in particolare per i suoi aspetti qualitativi: magra, gustosa e con tasso di colesterolo limitato.



Conchiglie fossili tra le Rocche

Ora nel nostro volo, torniamo indietro “in mezzo alla terra di mezzo”: le Rocche.

Dall’alto si profila sotto i nostri occhi una frattura nel paesaggio, che da Pocapaglia a Cisterna attraversa il Roero. Un susseguirsi di precipizi, pareti, guglie, pittoreschi calanchi, un fenomeno di erosione in continuo movimento, che aumenta il fascino e la suggestione di questo paesaggio. Il fenomeno erosivo su questo ambiente è continuo e pinnacoli e fianchi di pareti cambiano aspetto nel corso della personale memoria umana. Qui sorgono i più pittoreschi siti abitativi della zona: i borghi di sommità con torri e castelli.

Causa di tutto questo? L’immancabile Tanaro. In breve: circa 250.000 anni fa il nostro fiume affluiva nel Po nella zona di Carignano, ma a seguito dell’erosione compiuta da un corso d’acqua, che a quei tempi seguiva l’attuale letto del Tanaro, il percorso fu drasticamente cambiato (cattura del Tanaro), creando l’orografia che oggi vediamo. Questo stravolgimento si è ripercosso anche sugli affluenti, che nella zona del Roero, grazie a terreni di natura sabbiosa, hanno creato lo

spettacolare ambiente delle Rocche.

Pur non essendo in prossimità del mare, questo luogo ci fa assaporare la sua atmosfera. Le conchiglie fossili ben presenti sulle pareti delle rocche e tra i filari dei vitigni e noccioletti sono a palpabile testimonianza dell’antico mare padano. Ginetre, capperi, opunzie (mini fichi d’India) e altra flora xerofila, imprimono scampoli di mediterraneo. Il coloratissimo Gruccione che nidifica in queste pareti sabbiose e sverna in Nord Africa accentua ulteriormente queste correlazioni. Prima di uscire da queste forre vorrei condividere con voi due scampoli di umanità: un racconto che sconfinava nella leggenda e un tragico epilogo.

Per queste vicende andiamo nella parte sud del Roero, tra le rocche di Pocapaglia. Anche se non ho trovato riscontri nella letteratura, il nome del paese mi sembra un chiaro indicatore di una situazione. Per le antiche varietà di grano, avere poca paglia equivaleva ad avere anche poca granella e il tutto quindi

poteva solamente tradursi in “mancanza di pane”.

In un anno non ben definito del medioevo, in questo paese viveva una donna forestiera, di nome Micillina, moglie di un abitante del luogo non accettata dalla comunità. Le dicerie non edificanti sul suo conto aumentavano e raggiunsero il culmine con l'attribuzione della morte del marito. Accusata di stregoneria fu sottoposta ad un processo da parte di un tribunale ecclesiastico e condannata al rogo purificatore. Da un poggio da cui ben si vede il paese e il suo castello, la masca (strega) Micillina terminava la sua vita terrena ed entrava nella memoria collettiva.

Correvano gli anni trenta del secolo scorso, quando Settimo Grasso, un gigante dalla barba nera e lo sguardo penetrante, dopo varie peripezie e alcuni anni di seminario, decise di ritirarsi a vita contemplativa in questi luoghi bellissimi ma inospitali. Si insediò in grotte ricavate nelle pareti delle rocche, si vestì con un lungo saio

e da questa sua vita ascetica riuscì a costruirsi la reputazione di guaritore. L'eremita per il circondario era diventato un punto di riferimento, si sposò, ebbe dei figli e grazie alla sua fama conobbe anche un minimo di agiatezza. Tutto questo provocò invidia; erano

passati secoli ma anche lui come la masca Micillina era un diverso.

Arrivarono gli anni della guerra civile e lui in questa posizione isolata si attirò le dicerie di spia e doppio giocista tra i contendenti. Un brutto giorno “arrivarono armati” e dopo varie angherie lo uccisero con la moglie e dei figli non si seppe più nulla. A questa nefandezza la fine conflitto non dette giustizia e ancor oggi sull'accaduto in zona si preferisce “sorvolare”. Scampoli di ricordi inerenti l'Eremita sono ora consegnati all'immortalità nelle righe dei libri dello scrittore giornalista Giovanni Arpino (L'ombra delle colline e Storie dell'Italia minore), che tanto amò questa terra (sua da parte di madre) e che espressamente chiese di essere seppellito nel cimitero di Brà.

Molte cose importanti abbiamo tralasciato, ma si fa sera e dobbiamo risalire i sabbiosi calanchi per ritornare sull'altopiano. Il sole scende dietro la corona alpina esaltando un profilo di Viso inusuale per noi torinesi.

Un caloroso grazie agli amici del CAI di Alba e in particolare a “Pierino il Roerino” (al secolo Piero Marocco) per aver ampliato la nostra conoscenza su questo territorio.

Pier Mario Migliore



Veduta sulle Rocche

Fu vera gloria?

Non so, se per gli effetti del corona o dell'influenza o dell'indolenza oppure a causa di una difficile mescolanza di tutto ciò, sta di fatto che quest'anno la nostra festa sociale si è rivelata un mezzo "disastro".

Beh, forse disastro è una parola grossa, ma sicuramente non si sono registrati i numeri delle passate edizioni quando, in un colpo solo, eravamo riusciti a riempire sia le camerate sia, il giorno seguente, la sala pranzo.

Voglio magicamente tornare indietro nel tempo quando in un certo giorno ci siamo trovati, a Travers a Mont per provare il percorso inizialmente progettato come passeggiata pre-festa.

In quattro: Domenica, Luisella, Luciano ed io siamo partiti in una fresca mattina imboccando il sentiero che conduce al rifugio Gravio con le più serie intenzioni di sbrigare questa faccenduola in quattro e quattrotto.

Peccato che trovare il sentiero giusto sia già stato un affare di stato. Infatti, solo dopo aver ravanato a lungo intestardendoci in una intricata traccia che percorre il fianco della cascata, siamo riusciti ad imboccare il giusto sentiero, in verità non troppo ben indicato.

Ovviamente questo si è da subito dimostrato pronto ha complicarci la vita alternando tratti ben visibili in semi-piano ad altri un pochino più seri.

Alpe Mustione, lago Rosso pian delle Cavalle sono le località che lentamente ci lasciamo alle spalle.

Ora la traccia punta decisamente verso le porte del Villano con pendenza impegnativa ed è con un bel sospiro di sollievo che arriviamo all'incrocio decisivo: colle Aciano.

Tappa, ossigeno, panorama stupendo, viveri, muscoli che tornano a respirare.

OK partiamo.

Ci dirigiamo verso nord e dopo un lungo tratto più o meno pianeggiante appare il sospirato colle.

Tutto a posto? Ovviamente no. Inizia ora la ricerca della traccia che dovrebbe permetterci di scendere al rifugio Toesca.

Quella che apparentemente potrebbe essere

quella giusta si rivela ben presto sbarrata da tronchi e fili anti evasione del bestiame.

A malincuore e per grazia ricevuta riusciamo a trovare la giusta via per scendere alla Balmetta e di qui alla macchina. E' passata l'intera giornata, sono passati 1550 metri di dislivello siamo stanchi e perfettamente consapevoli che un simile percorso non è proponibile come amichevole passeggiata.

Siccome sono peggio dei muli, lasciato passare il giusto tempo risalgo al rifugio e qui, parlando con il gestore ricevo il giusto consiglio: salire sì al colle ma dal sentiero che si diparte a monte della Balmetta in pratica cioè quello fatto in discesa la volta scorsa.

Tornando a casa mi accorgo con un certo fastidio, che la partenza del sentiero è difficilmente individuabile e dunque non mi rimane che mettermi pazientemente alla costruzione di una serie di ometti che risolvono il problema.

E finalmente giunge il giorno fatidico: 17 ottobre.

Peccato che strada facendo su 19 iscritti ci ritroviamo, causa i motivi precedentemente scritti, con 10 turisti per caso, due dei quali solo per rinuncia di altri.

Per fortuna, vedendo lo sviluppo dei fatti, ho organizzato le cose in modo che i partecipanti al pranzo domenicale facciano personalmente le dovute prenotazioni.

Dunque: ore 8,40 tutti presenti. Ci prepariamo velocemente e raggiungiamo insieme il bivio: lato sinistro colle Aciano; sempre dritto rifugio Toesca.

Giuseppe, Valter, Claudio, Alberto, Mariagrazia, Domenica, Adriana, io ci dirigiamo con il piglio deciso degli antichi cavalieri a sinistra mentre Piero e Vincenzo con pacata saggezza proseguono dritti.

Il sentiero è bello, ben segnato e ci permette gradevolmente di arrivare al colle Aciano dove un piacevole sole ci consente una ragionevole sosta.

Si scende! Il percorso fino a pochi giorni prima sbarrato, è ora completamente libero e piano piano raggiungiamo l'alpe di mezzo e poi... ecco tra gli alberi, come in un gigantesco puzzle il rifugio. Ancora poco, i declivi finali ci accolgono tra gli strilli, i guaiti, le risate delle persone e degli animali che circondano, quasi



assedandolo, il rifugio.

Birra, è ovvio, via gli scarponi, camere, ristoro, respiro di sollievo.

Ringrazio mentalmente Domenica che la settimana prima avendo esplorato, al contrario, un lungo tratto del percorso, ci ha permesso di completare il tutto in massima sicurezza e tranquillità.

Cena sontuosa. Antipasto, primo, secondo con contorno, formaggi, dolce, caffè e digestivo... un caldo tepore avvolge commensali e camerone le chiacchiere si affievoliscono, è ora di andare a dormire. Notte tragica! Sono le 3,30 quando ritorno nella sala, accendo una luce e mi accingo alla lettura. Il silenzio è assoluto, rotto solo dagli scricchiolii proveniente dal piano superiore.

Le 5, le 6, le 7.

Spuntano due ragazzi che dovranno partire presto per una ascensione alpinistica. Le 7,30 con calma olimpica ecco arrivare tutta la banda.

Colazione, tanto per cambiare, abbondante. Il tempo passa. Valter e Claudio escono per una breve escursione.

Altri si allontanano per esplorare i dintorni compreso il rio prospiciente. Io invece decido di scendere verso il basso con la speranza di incontrare quelli che dovrebbero pranzare con noi.

Difatti a gruppetti incrocio tutti, compresi Mauro e Maria Teresa direi leggermente fuori tempo.

E' tardi, le tabelle son già tutte saltate. Messa!

Domenica, sempre lei, ha scovato un sacerdote di colore che ha accettato di salire quassù giusto il tempo di celebrare la funzione.

Personaggio interessante. Ha saputo offrire una interpretazione personale ed eclatante della messa coinvolgendo i presenti con calore e trascinandoli alla partecipazione.

Si va a pranzo, sono le 12,15! Marco sollecita, ha altre prenotazioni da rispettare. Raccolgo gli ultimi soldi, pubblicizzo con Domenica le nostre future attività.

Usciamo al sole. Si chiacchiera, si canta ci si confronta sul futuro. A gruppi sciolti si scende.

Raggiungo in discesa Mauro e Maria Teresa mentre vengo superato agevolmente da frotte di giovani che hanno un terzo della mia età e la metà dei miei chili.

Mostriamo a Maria Teresa i laghetti che si trovano nelle vicinanze del paradiso delle rane che vengono ben presto immortalati.

Macchina, saluti tutti a casa.

Risultato finale? Ai posteri l'ardua sentenza. E' stato un disastro come scritto in apertura potrebbero far pensare ad un successo.

Eppure sotto sotto, una parte di me non è contenta, sento che manca qualcosa.

E sento che manca qualcuno.

Magari sono io che sono cambiato.

Magari sono io che incomincio a vedere il bicchiere mezzo vuoto.

Chissà.

Franco Griffone

Il rifugio Toesca riconosciuto come una "Eccellenza Italiana"!



Le nostre aperture:

*dal 30 Maggio 2020 al 02 Novembre 2020
dal 07 Novembre 2020 al 08 Novembre 2020
dal 14 Novembre 2020 al 15 Novembre 2020
dal 21 Novembre 2020 al 22 Novembre 2020
dal 28 Novembre 2020 al 29 Novembre 2020*

dal 05 Dicembre 2020 al 08 Dicembre 2020

dal 12 Dicembre 2020 al 13 Dicembre 2020

dal 19 Dicembre 2020 al 06 Gennaio 2021



Vi aspettiamo!!!

La ragazza che non aveva paura

Parlavano di fantasmi, quella sera, all'osteria di Auronzo.

Spettri che si levavano dai sepolcri per compiere vendette o chiedere suffragi, processioni di morli, che percorrevano i sentieri dei monti, rischiarandosi il cammino con la fiammella che spizzava dal dito medio della loro mano, preti che nottetempo celebravano messa in cappelle deserte, e sotto i paramenti c'era soltanto aria.

<<Anni addietro, passando vicino al camposanto, ho visto con i miei occhi delle palle di fuoco che ballavano su e giù: e, non mi vergogno a dirlo, me la sono data a gambe. Con tutto che non ho conti in sospeso con nessuno, né vivo né morto>>, disse un



Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

anziano avventore.

<<Io avrei fatto lo stesso>>, dichiarò un altro.

<<Andiamo, che uomini siete?>>, intervenne la ragazza che li stava servendo.

<<Non ho paura io e ne avete voi?>>

<<Ma che ne sai tu? Meno male che nessuno ti chiede di dare una prova del tuo coraggio>>, la zitti l'oste. <<Ti ho mai mandata, dopo che il sole è andato giù, a prender acqua alla fontana del bosco? No, perché la strada passa vicino al camposanto,



figliola.>>

<<Volete che ci vada ora?>>, ribatté lei con aria di sfida.

<<Porta piuttosto altro vino>>, tagliò corto il padrone.

Ma gli altri protestarono.

<<Lascia che vada. Vogliamo vedere di che cosa è capace.>>

Lei prese il secchio e partì.

Camminava di buon passo, e in breve raggiunse il cimitero.

Il cancello era insolitamente aperto e, seduto su un masso addossato al muretto, se ne stava immobile un uomo.

Il suo volto era in ombra, ma, come la luna sbucò tra le nubi, la ragazza distinse chiaramente il berretto rosso che portava sul capo.

<<Guarda un po': lo stalliere! Vuole farmi paura, ma non ci casco>>, pensò. E ad alta voce, afferrando il copricapo, mentre gli passava accanto, dichiarò ridendo: <<Questo te lo rendo, quando torno a casa>>.

Ma, appena aprì la porta, mostrando trionfante il secchio colmo d'acqua, e se lo vide davanti, con quel berretto fiammante che non si levava mai di testa, il riso le si ghiacciò sulle labbra.

Gli applausi degli avventori le scrollarono però subito di dosso il senso di inquietudine che l'aveva invasa ad un tratto: e la serata finì allegramente.

Quando la locanda si svuotò, la giovinetta salì in camera, portando con sé il berretto dello sconosciuto che sedeva davanti al cimitero.

<<Prima o poi verrà a cercarlo>>, si disse, mettendosi a letto.

Scoccava mezzanotte, quando sentì bussare, ed una voce fioca supplicò attraverso la porta: <<Rendimi il mio berretto! Rendimi il mio berretto!>>.

Andò ad aprire, tenendolo in mano; ma sul pianerottolo non c'era nessuno.

Allora con rabbia lo gettò dalla finestra. Ma, prima che la richiudesse, l'incomodo copricapo era tornato dentro.

Il fatto si ripeté le notti successive: finché la ragazza, che non ne aveva parlato con nessuno, si decise a confidarsi coi curati.

<<Che hai fatto, figliola!>>, la rimproverò. <<I

trapassati vanno lasciati in pace.>>

<<Ditemi come posso rimediare, vi prego!>>

<<Manca poco al Giorno dei Morti: quando farà buio, andremo in processione al camposanto, e tu restituirai quello che hai tolto.>>

C'era tutto il paese, quella sera, e anche qualcuno dei villaggi vicini: con ceri accesi, croci, turiboli, rosari ed immagini sacre.

Era venuto anche il vescovo, assieme a un folto gruppo di fraterini; e il chierichetto che gli stava al fianco reggeva un secchio d'acqua benedetta.

Il corteo si avviò salmodiando al cimitero. Sul masso vicino al cancello si intravedeva nell'oscurità la sagoma dello spettro, seduto immobile, come quella sera.

<<Eccolo>>, bisbigliò la ragazza.

<<Fatti avanti>>, esortò il prelado, prendendo l'aspersorio in mano.

Appena la giovane posò il berretto sulla testa del fantasma, la terra tremò e si aprì a inghiottirlo, con un assordante boato.

Nello stesso istante la ragazza cadde esanime al suolo.

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».

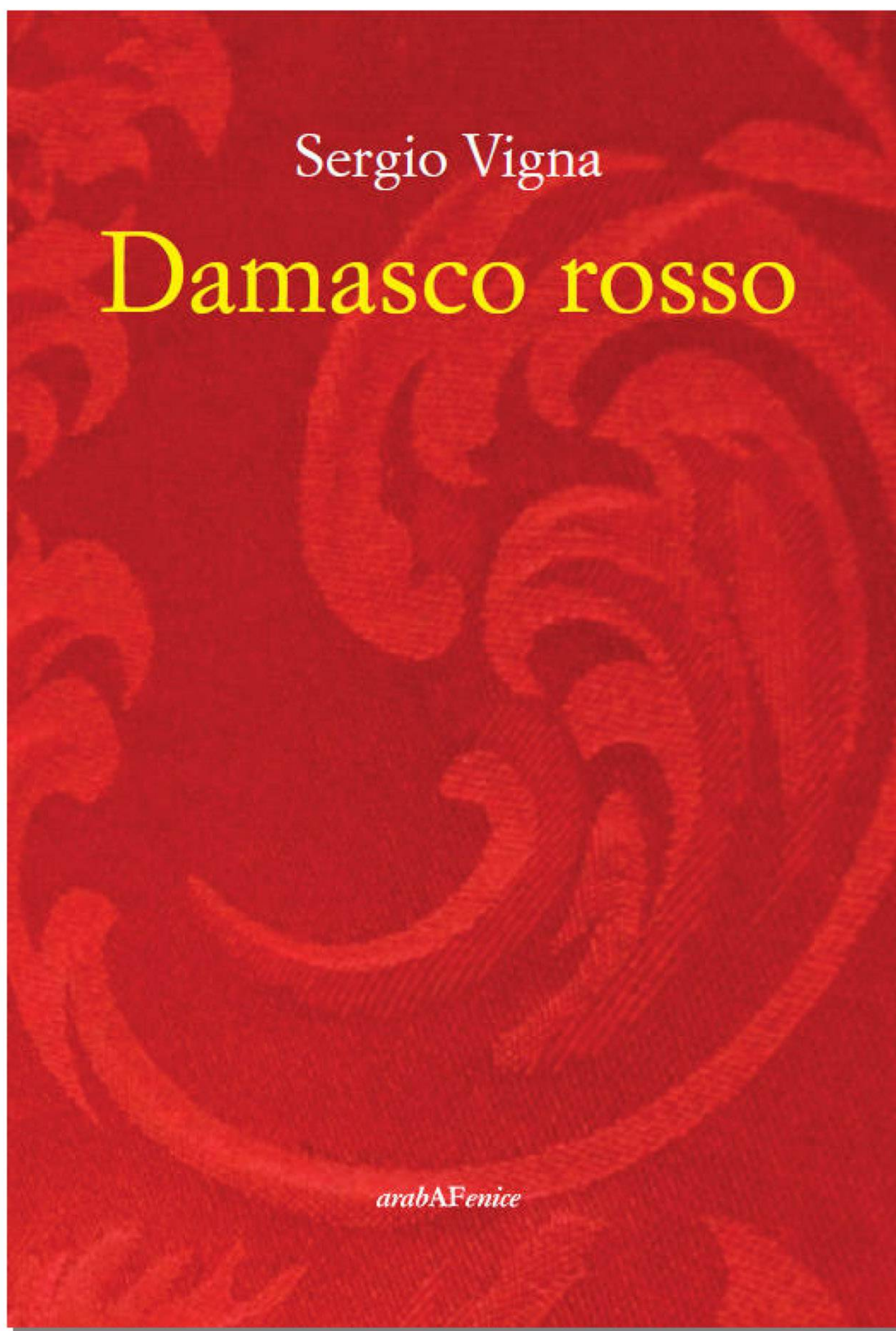
«Cosa vuoi che sia una ramanzina, un'altra medaglia da appendere al petto e smerdare quegli stronzi che ci credono dei bambini paurosi» soggiunse Salvatore.

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.



E salta for so pare

*E sàlta for so pare
forte come 'n leon
el g'hà ciapà la tosa
e 'l g'hà cavà 'l cocon.*

*Par che inveze d'andar
a la benedizion
l'èi nada a Porta Genova
a balar coi marangon.*

*Ah, l'è bel! Ah, l'è bon!
Ah, l'è san come 'n coral
viva la machineta
del giazo artificial.*

Canzone diffusa nell'Italia settentrionale e nota con i titoli "E salta fór sò pare" e "Porta Genova".

Il preciso riferimento nel testo al quartiere milanese di Porta Genova, fa collocare l'origine del canto in area lombarda.

Nel testo il padre punisce la figlia perché scopre che è andata a ballare anziché alla benedizione.

Il canto si conclude con un elogio alla prestanza del ragazzo, bello e forte come il corallo o, in altre versioni, come la pianta del corniolo, frutice montano di legno durissimo.

Gli ultimi due versi concludono in modo inverosimile, esaltando la macchina del ghiaccio (o gas) artificiale.

Porta Genova

Porta Genova è un quartiere di Milano a sud-ovest del Duomo.

Il quartiere prende il nome dall'omonima porta realizzata attorno al 1870 nel tracciato delle mura spagnole nell'attuale piazzale Cantore dove ancora oggi sono presenti i caselli daziari ottocenteschi.

Parte della più ampia zona dei Navigli, il quartiere di Porta Genova è idealmente delimitato dal quadrilatero formato da Via Solari via Bergognone, il Naviglio Grande e la Darsena con centro costitutivo in piazzale Stazione Genova.

Particolare è il ponte pedonale di sovrappasso dei binari, in ferro riverniciato di verde,



conosciuto come la Scaletta. Collega con via Tortona e funziona da cintura di unione delle due metà del quartiere, separate dai binari della stazione.

Noto anche come Ponte degli Artisti compare in una celebre scena del film *Ratatouille* di Maurizio Nichetti del 1979. Caratteristico è il "vicolo dei lavandai", dove si sono conservate le pietre adoperate in passato dalle lavandaie della zona per la lavatura dei panni, rigorosamente a pagamento, in un canaletto che attingeva acqua dal naviglio.

Le donne giravano per le case del quartiere raccogliendo e riportando la biancheria da lavare, ciascuna lavandaia aveva la propria pietra da lavaggio su cui strofinava il panno bagnato.

La zona dei Navigli, e con essa Porta Genova, è notevolmente mutata negli ultimi decenni. I vecchi opifici e laboratori sono stati progressivamente sostituiti da attività commerciali, perlopiù negozi di moda e locali notturni.

Le caratteristiche "case di ringhiera" sono state in gran parte ammodernate, così aumentandone notevolmente il valore. Spesso le strette vie sono intasate da una grande quantità di automobili in transito o parcheggiate.

I bacini della Darsena e del Naviglio Grandese sono aree di cantiere da alcuni anni. In definitiva, la zona è divenuta una delle più alla moda e produttive di reddito della città, ma a costo della sua snaturazione e perdita di fascino.

I marangoni

La derivazione è legata all'attività del falegname, in molti dialetti detto "marangon". Dal latino *mergere* entrare in acqua, i primi falegnami entravano in acqua per riparare grosse barche e navi.

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

https://www.youtube.com/watch?v=i_gQ_mumu3w



Piazzale Stazione Genova

La machineta del giazo artificial.

Ogni macchina che produce ghiaccio ha al suo interno una sorte di gas refrigerante, che mediante un compressore viene spinto lungo dei tubi di rame.

Quando la macchina è in funzione, il compressore aumenta la pressione del gas refrigerante che quindi influenza la temperatura.

Mentre il gas attraversa i tubi sempre più stretti, il refrigerante perde calore e si condensa, inizia ad evaporare e si trasforma in gas.

Quando questo accade, il processo crea energia sotto forma di calore nei tubi di rame e questo fa evaporare l'acqua che si deposita negli stampi per il ghiaccio.

Stampi, dove l'acqua viene ghiacciata per dare forma al cubetto di ghiaccio.

Dopo la formazione dei cubetti di ghiaccio, il sensore dell'evaporatore attiva una valvola che indica al compressore di smettere di forzare il gas riscaldato nel condensatore e lo dirige verso una valvola di bypass.

Dalla valvola di bypass il gas caldo passa attraverso l'evaporatore senza raffreddarsi e questo processo permette di riscaldare



*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.*

velocemente lo stampo del ghiaccio per fare cadere il cubetto all'interno del contenitore dove è pronto ad essere utilizzato.

Una volta che un cubetto di ghiaccio è pronto, ma queste attrezzature ne producono più di uno per volta, il processo ha di nuovo inizio.

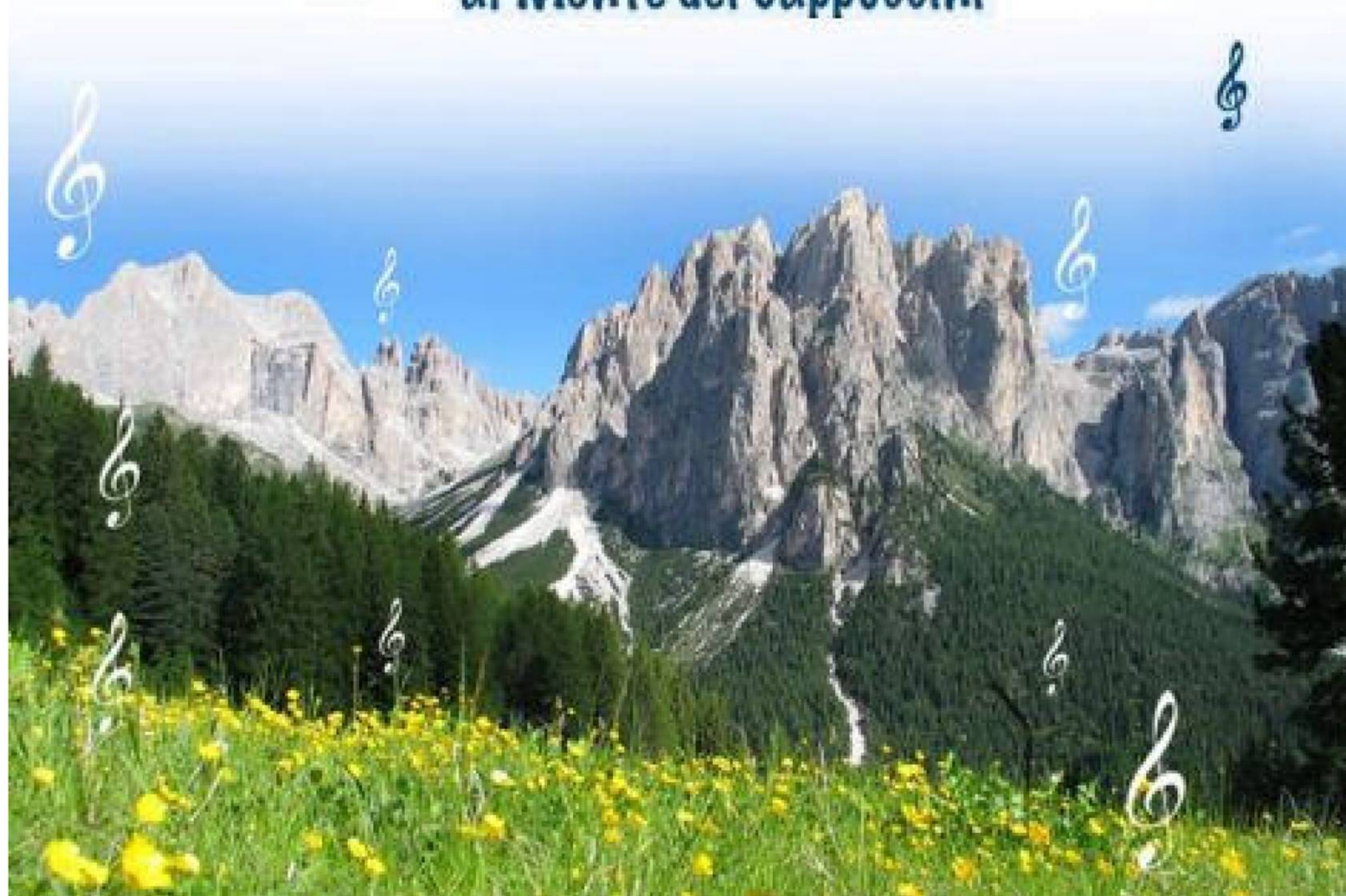
Valter Incerpi



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 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'ìcona della montagna piemontese



l'ultimo romanzo di Roberto Mantovani...

Un viaggio nel cuore della montagna, tra le valli cuneesi e quelle del settore alpino più meridionale della provincia di Torino.

Una tavolozza di storie, di ricordi e di incontri. Scampoli di esperienze e di vite vissute, più che frammenti di escursioni e di alpinismo. un piccolo coro di voci alpine la cui sonorità è stata per troppo tempo smorzata dal piccolo orizzonte della realtà contadina e che oggi, suo malgrado, deve fare i conti con il silenzio delle borgate abbandonate, dei boschi incolti e dei pascoli abbandonati all'incuria e al logorio del tempo.

Una doppia manciata di racconti che cercano di non lasciarsi intrappolare dalle sirene della nostalgia e che, pur senza rinunciare a riflettere sul passato, non dimenticano il presente e, soprattutto, si interrogano sul futuro.

Perché, anche se non è facile da immaginare, in quest'angolo delle Alpi l'avvenire non è affatto scontato: nel crogiolo delle valli che circondano il monviso, un po' ovunque - e non da oggi - si accendono segnali di speranza e di rinnovamento che lasciano intravedere promesse di un futuro migliore.

ROBERTO MANTOVANI FORSE LASSÙ È MEGLIO

**CRONACHE DA
UN MONDO SOSPEO**



La Sagra del Tajarin

Bene bene bene... questo mese la rubrica il Mestolo d'oro vi propone la "Sagra del Tajarin"!

Facili da preparare e sfiziosi da far saltare in padella con il sughetto che preferite, io mi permetto di proporveli con una speciale salsa inventata per la propria osteria dal mio compianto maestro Luciano Bergesio, e con un magnifico ragù ai fegatini di pollo pervenutaci dalla tradizione contadina Albese.

Solo una raccomandazione: fate tanti tajarin e invitate tanti amici (se poi invitate anche me...) altrimenti che razza di "Sagra del Tajarin" è?

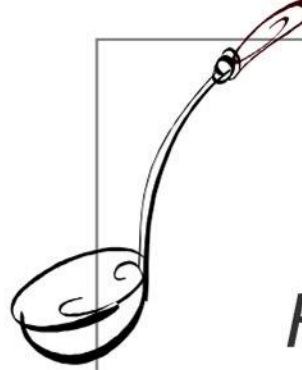
Tajarin all'uovo

INGREDIENTI (Dosi per 4 persone)

- 400 g farina di grano 00
- 16 tuorli d'uovo medio (biologico o almeno allevato a terra, perché legano meglio)
- Sale
- Pepe

PREPARAZIONE

Mettere la farina a fontana sulla spianatoia e aggiungere tutti i tuorli al centro, poi farli



Il mestolo d'oro Ricette della tradizione popolare

inglobare nella farina, sbattendo con una forchetta.

Impastare con le mani finché ottenete un impasto abbastanza grossolano poi raschiate bene la spianatoia per togliere i residui di questo primo impasto e lavatevi bene anche le mani per non portare nella successiva lavorazione residui duri di impasto che ne ridurrebbero l'elasticità.

Continuare a impastare lavorando sempre la pasta dalla stessa parte per 15 minuti, poi avvolgete la palla di pasta in una pellicola e fatela riposare per almeno 40 minuti.

Dopo aver pulito benissimo la spianatoia, infarinatela e mettete la palla di pasta al centro.

Incominciate a spianare con movimenti dal centro verso l'alto e dal centro verso i lati, poi giratela di un quarto di giro e ricominciate come prima (capovolgetela diverse volte, aiutandovi se serve con il mattarello, in modo da lavorarla bene su entrambe le facce).

Spianate la pasta fino allo spessore di 1 millimetro.

Lasciate asciugare bene la sfoglia (almeno 20 minuti) poi avvolgetela sul mattarello per



Tajarin all'uovo

ricavare un rotolo che va tagliato (come per fare delle fette) con una larghezza di un millimetro e mezzo.

Svolgete e distendete bene i tajarin così tagliati e fateli asciugare cospargendoli con farina di semola.

NOTA IMPORTANTE

Per fare bene i tajarin si devono usare, secondo la vera ricetta albese (a me l'ha insegnato un cuoco di Neive), 40 tuorli d'uovo per kg di farina.

Le uova non devono essere di allevamento industriale, perché il tuorlo, oltre che meno saporito, ha anche minor capacità legante per la pasta.

Tajarin alla crema

INGREDIENTI (Dosi per 4 persone)

- 400 g tajarin preparati secondo la ricetta precedente
- ½ melanzana media
- 1 cipolla
- ½ porro
- ½ peperone
- 15 gocce di Tabasco

- 40 g di grana padano grattugiato
- 20 g di pecorino romano non stagionatissimo
- ½ bicchiere di panna fresca
- Due prese di noce moscata
- Un pizzico di sale grosso
- Pepe nero macinato
- Olio extravergine di oliva

COTTURA DEI TAJARIN

I tajarin vanno sempre cotti in acqua bollente per tre o quattro minuti, mescolandoli continuamente perché non si leghino tra di loro.

PREPARAZIONE DEL CONDIMENTO

Tagliare a pezzetti tutte le verdure e metterle a friggere insieme a fuoco basso con abbondante olio extravergine per almeno 40 minuti, facendo attenzione che non brucino.

Versare tutto il fritto, compreso l'olio, nella tazza del MINIPIMER, aggiungere il sale e il tabasco e frullare a crema.

Mettere la crema nel tegame dove poi condirete i tajarin, aggiungere la panna, la noce moscata, il pecorino grattugiato e metà del grana grattugiato.



Tajarin alla crema



Tajarin al ragù di fegatini di pollo

Far andare a fuoco basso mescolando in continuazione per 3 minuti, poi aggiungere i tajarin e far andare ancora due minuti sempre mescolando.

Servire con una spolverata di pepe nero e di grana grattugiato

Tajarin al ragù di fegatini di pollo *(antica ricetta piemontese)*

INGREDIENTI (Dosi per 4 persone)

- 400 g tajarin preparati secondo la ricetta precedente
- Fegatini di pollo g 200
- Panna fresca o UHT g 80
- Olio extra vergine di oliva n. 6 cucchiari
- Spicchio d'aglio pelato n. 1
- Salvia in foglie n. 7 foglie
- Vino bianco ml 100
- Brandy o Cognac n. 1 cucchiario
- Grana grattugiato grossolano g 30
- Pepe nero
- Sale

COTTURA DEI TAJARIN

I tajarin vanno sempre cotti in acqua bollente per tre o quattro minuti, mescolandoli continuamente perché non si leghino tra di loro.

PREPARAZIONE DEL CONDIMENTO

Lavate in acqua corrente, asciugate e sminuzzate piccolissimi i fegatini di pollo.

Lavate e asciugate le foglie di salvia.

COTTURA

Mettere nella padella l'olio, i fegatini, l'aglio e la salvia e far rosolare a fuoco basso per otto minuti, mescolando con il cucchiario di legno.

Togliere l'aglio, aggiungere il vino bianco e il cognac e far sfumare.

Aggiustare di sale e di pepe nero macinato, aggiungere in ultimo la panna e cuocere ancora mescolando per tre minuti.

Aggiungere i tajarin e mescolare bene cuocendo ancora per due minuti su fuoco basso.

Impiattare aggiungendo una spolverata di grana grattugiato e una macinata di pepe nero.

Mauro Zanotto

C'era una volta un gioco

La mostra "così giocavano i nostri nonni" tenutasi nelle splendide sale arredate del Castello di Pralormo (TO) nei mesi di settembre ed ottobre, offre una panoramica interessante dei giocattoli che hanno divertito ben quattro generazioni della famiglia Beraudo di Pralormo, dalla metà dell'Ottocento al 1950 circa, quando ancora era il periodo d'oro del giocattolo europeo e dell'editoria per ragazzi del vecchio Continente.

I giochi all'aria aperta

Di seguito, alcune foto dell'esposizione esterna di giochi nell'antica serra francese del Castello: passatempi semplici basati sulla destrezza, sull'agilità e sulla coordinazione dei movimenti.

Alcuni sono i giochi di oggi ma realizzati con materiali diversi.



Ecco un esempio di bicicletta che in un'ottica di "riuso" si poteva trasformare in triciclo e viceversa.

Un tempo le ruote erano ricoperte di corda e il telaio era in legno.

Inoltre i bambini si cimentavano anche con il monopattino, introdotto all'inizio del Novecento dagli Stati Uniti ed anch'esso realizzato in legno.



C'era una volta Ricordi del nostro passato



Altri giochi fatti in legno erano la trottola, provvista di un lungo cordino spesso e di cui oggi esistono molte versioni in plastica con annesso lanciatore, e gli aerei di tutte le dimensioni ovviamente privi di telecomando.

I piccoli del castello si dilettevano anche a croquet di cui tutti rammentiamo la partita giocata da Alice nel Paese delle Meraviglie di Lewis Carroll.



Questo sport fece parte dei Giochi olimpici nel 1900. Dal Croquet derivano il biliardo ed il golf. Il Croquet viene giocato con quattro palle, su un campo contenente sei archetti ed un picchetto centrale, detto peg. Nella foto il set completo con le palline e le mazze.

Scopo del gioco è quello di segnare dei punti facendo passare una palla colpita da una mazza sotto delle porte per due volte (prima nel giro di andata, poi in quello di ritorno) seguendo un ben determinato percorso, al termine del quale si deve colpire il peg.

La partita viene vinta da chi per primo conclude il percorso con entrambe le palle a disposizione, oppure da chi segna il maggior numero di punti in un tempo concordato. Può essere giocato in maniera individuale o a squadre.

Nelle famiglie benestanti si praticavano anche sport come il tennis, il ping pong ed il volano.

Ecco un esempio di volano con racchetta di legno e palla realizzata non di plastica come i volani odierni ma con tappo di sughero e piumaggi di uccelli.

Sull'origine dello stesso volano esiste un'ipotesi ragionevole: l'abbondanza di penne provenienti dai volatili usati come cibo avrebbe portato all'elaborazione di metodi di stoccaggio (infilzare le penne in sugheri o in gomitolini di lana) e di lì alla scoperta del nuovo gioco.



Introdotta recentemente alle Olimpiadi, il volano o badminton è uno degli sport più diffusi al mondo (terzo sport più praticato) ed è uno tra i più veloci sport di racchetta.

Anche Shakespeare vi fa riferimento nelle sue opere teatrali e l'artista parigino Jean Chardin lo ha raffigurato nel dipinto *La jeune fille au volant*.

Praticato in Europa già dal Medioevo, fu presumibilmente portato in Inghilterra nel XIX

secolo da alcuni ufficiali inglesi dall'India e successivamente ribattezzato col nome di Badminton dall'omonima località del Gloucestershire in cui era solito praticarlo il duca di Beaufort nel suo castello, nel quale furono codificate le prime regole di questo gioco (shuttlecock and battledore).

Si ritiene che abbia però radici molto antiche, asiatiche, dal gioco cinese "ti jian zi".

Nella serra del Castello si può ammirare anche un Tennis Partner del 1930 per allenarsi al gioco da soli.



È di manifattura inglese con la scatola che riporta la frase "utilizzato dal principe di Galles"!

Passatempi molto comuni al tempo erano il cerchio e le bocce. Il primo, già praticato dai Greci e dai Romani, consisteva nell'agganciare un cerchio costituito da un tondino di ferro circolare o da un cerchione di bicicletta e nel farlo correre con l'aiuto di una bacchetta, un'asta di metallo appositamente modellata a forma di U.

Il gioco delle bocce era simile a quello praticato attualmente con la peculiarità che come bocce si usavano dei sassi rotondi.

Ai bimbi della famiglia Beraudo non mancavano le macchinine a pedali ed addirittura la riproduzione “funzionante” di un vecchio tram di legno.



I giochi al chiuso

Sempre all'interno del castello di Pralormo che vanta ben 700 anni di storia continua la rassegna dei giochi “al chiuso” della famiglia Beraudo di Pralormo.

Purtroppo, non essendo consentito fotografare le stanze e gli arredi antichi del castello in cui la mostra aveva sede, vi proponiamo una visita in una galleria immaginaria alla scoperta dei giocattoli che, dalla metà dell'Ottocento e fino agli anni precedenti la II Guerra Mondiale, divertirono lo zio dell'attuale proprietario e finanche i nostri nonni.

Come è oggi e come è stato per noi e per i nostri nonni, i giochi avevano diversi scopi:

Giochi ad imitazione dei mestieri dei grandi

Questi giochi avevano lo scopo di ispirare la vocazione del bambino o della bambina, per il suo futuro nella gestione della casa ed anche nel lavoro, nello sport, nelle arti. Erano la rappresentazione, in una scala adatta a loro, della realtà che li circondava.

Ogni sala del castello aveva i suoi giochi in formato ridotto:

- la stireria aveva il piccolo ferro da stiro, l'armadio delle bambole con tanto di corredo e la macchina da cucire e i cestini da lavoro delle bambine, cui veniva

insegnata fin da piccolissime l'arte del cucito;

- lo studio conteneva una piccola scrivania da diplomatico affiancata allo scrittoio del Ministro;
- infine, nella cucina del Castello accanto agli attrezzi dei cuochi di casa, campeggiavano una cucina in scala ridotta, piccoli potagé in rame, la miniatura in legno di uno dei primissimi frigoriferi ed un modellino di drogheria con cassettoni apribili et etichette indicanti i vari alimenti.

Nella sala da pranzo e nell'office, dove la padrona di casa sceglieva le porcellane per i pranzi, l'occhio era attratto da un'incredibile collezione di minuscoli bicchieri di cristallo, piattini di porcellana e posate dal manico di avorio e servizi da caffè e da thè decorati a mano e con scene di ispirazione romantica e trionfi floreali.

Risalgono all'inizio del Novecento quando ogni volta che veniva prodotta una nuova collezione di ceramiche ne veniva anche realizzata la miniatura per i più piccoli di casa.

La porcellana era stata portata in Europa dai primi intraprendenti mercanti europei al ritorno dalle terre lontane della Cina insieme a sete pregiate e spezie.

La fabbrica di Meissen in Sassonia entra in attività nel 1710 e poi dopo di essa le fabbriche europee, tra le quali quella Viennese, quella del veneziano Francesco Vezi, quelle Toscane, la fabbrica borbonica di Capodimonte, nel 1743 la Real Fabbrica Ferdinanda in Spagna e la manifattura francese di Sèvres.

Da quel momento una grande produzione di zuppiere, vassoi, piatti di varie dimensioni, antipastiere, teiere, servizi da caffè, pannelli decorativi per pareti e da ultimo, ma non meno importante, la fabbricazione di miniature.

Oltre a ciò, case e mobili in miniatura: i bimbi del Castello vantavano le miniature di una locanda, di un negozio di fiori, di una aula scolastica.

Al padre dell'attuale proprietario fu donata anche una palestra in miniatura, di fattura viennese.

È davvero commovente la lettera che accompagnava tale regalo in cui l'adulto

spiega al bambino che, come il cavallino di legno da lui ricevuto a suo tempo in dono fu dispirazione per una folgorante carriera sportiva culminata nelle Olimpiadi del 1924, così si augurava che la palestra potesse essere di vocazione per il piccolo destinatario per eccellere negli sport.

Giochi di stimolo alla fantasia

Giochi che ricreavano un mondo immaginario: il kit del piccolo prestigiatore, il teatrino delle marionette e la lanterna magica.

Giochi di società

Nel grande salone si potevano ammirare i giochi dell'oca, il gioco del "15" di legno, il primo "Monopoli", il domino e tanti altri giochi da tavolo come le tombole antiche con schede molto colorate e decorate.

Costruzioni

Incredibili e dettagliatissime costruzioni, sia di legno che in veri e propri mattoni, uno dei primi Meccano (del 1912), il N° 6 con i pezzi ancora nichelati. Solo nel 1926, infatti, venticinquesimo anniversario del brevetto, il suo inventore Hornby introdusse il Meccano a colori.

Il Meccano è il nome di un set per la costruzione di modellini, costituito originariamente da barrette metalliche perforate, viti, dadi e bulloni che permette la costruzione di modellini funzionanti e di apparecchi meccanici. Gli unici attrezzi necessari per montare e smontare i modellini erano chiavi e cacciavite. Nel corso degli anni successivi, il prodotto è stato più volte riprogettato. Attualmente è in commercio una versione di Meccano basata su componentistica di plastica, destinata a bambini in età prescolare.

Il Meccano nel corso del Novecento ebbe così tanto successo che tra il 1916 e il 1963 venne pure pubblicata la rivista Meccano Magazine (fonte Wikipedia).

Strumenti di apprendimento

Pallottolieri ed abbecedari ma anche un'interessante sezione di libri per l'infanzia, in francese, tedesco ed inglese, perché molte

volte a scegliere i libri per i piccoli delle famiglie ricche erano le bambinaie di nazionalità straniera.

Le edizioni ottocentesche delle pubblicazioni per bambini erano di grande formato, illustrate da grandi artisti con un tratto delicatissimo, anche se privi di colore, mentre negli anni 30 del Novecento, diventano in voga semplici strisce piegate che raccontavano storie con disegni semplici e poche righe di filastrocca.

Infatti, nel novecento nascono i giornalini e negli anni trenta vengono pubblicate le prime collane rivolte ai lettori più piccoli.

Bambole e trenini

Bambole di porcellana bisquit, una casa di bambole ed uno chalet di Biancaneve già siglato Disney.

Tra tutte spiccava la bambola "Elena" accompagnata da un corredo degno di una principessa, così chiamata in onore della Regina Elena che la donò nel 1911 alla figlia della marchesa Incisa della Rocchetta, sua dama di corte.

Nel grande salone una bella esposizione di trenini. I più antichi erano ad orologeria ed erano molto curati persino negli interni e nel dettaglio dei materiali trasportati dai vagoni.

In particolare per gli appassionati di modellismo era esposta una collezione di modelli di treni in scala HO della Hornby e della Marklin, tra cui il più antico a orologeria del 1897 e altri più moderni degli anni 30.

Bagatelle e calcio balilla

Immane già allora un calcio-balilla.

Infine un bagatelle, precursore del moderno flipper, consistente in un piano di gioco in sul quale i giocatori spingevano delle biglie da mandare con una piccola stecca in delle buche evitando degli ostacoli, rappresentati da numerosi chiodi piantati sulla tavola stessa.

La versione esposta era già dotata di un pistone a molla, che faceva sì che le biglie venissero lanciate sul piano di gioco non più manualmente, bensì meccanicamente.

Il Bagatelle fu un gioco di biglie popolare in Francia durante il regno di Luigi XIV.

Il gioco prese il nome dallo Château de



Bagatelle, che era la piccola residenza del Duca Filippo, fratello minore del Re e grande appassionato di giochi e scommesse.

Intorno al 1830 giochi di Bagatelle di dimensione paragonabile a quella di un moderno tavolo da biliardo, si diffusero in tutta Europa e negli Stati Uniti come mezzo di intrattenimento in alberghi, taverne, e stazioni di rifornimento per diligenze.

Fu proprio in questo periodo che i fabbricanti iniziarono a produrre anche versioni del Bagatelle in miniatura, commercializzate come gioco da tavolo per bambini.

La manifattura dei giochi dei nonni

Di questi giocattoli colpisce l'origine artigianale, l'attenzione al dettaglio, l'uso di materiali che oggi sarebbero definiti "green", come il legno, la fantasia dei progettisti, le soluzioni semplici ma meccanicamente molto avanzate, i colori raffinati e la robustezza.

Monica Cordola

www.cordola.it



la Vedetta Alpina
la rubrica del
Museo Nazionale della Montagna

TRENTINO

TreeTime

Arte e scienza
per una nuova alleanza con la natura

Mostra temporanea da un progetto di



Inaugurazione: 30 ottobre, ore 17:30

31.10.2020 – 30.05.2021

MUSE - Museo delle Scienze
Trento

MUSE

Con il patrocinio di



ICOM

ANMS



Media partner



Main sponsor



Special sponsor



Si ringrazia



MUSE - Museo delle Scienze, Corso del Lavoro e della Scienza 3, 38122 Trento

www.muse.it



Tree Time al MUSE di Trento

Arte e scienza per una nuova alleanza con la natura

Il Museo Nazionale della Montagna ha appena inaugurato al MUSE – Museo delle Scienze di Trento la mostra *Tree Time. Arte e scienza per una nuova alleanza con la natura*, un ampio progetto espositivo dedicato alla relazione tra l'essere umano e l'albero, che sarà visitabile negli spazi del museo trentino fino al 31 maggio 2021.

Il progetto *Tree Time* nasce al Museomontagna nel 2019 grazie all'idea dei due curatori Daniela Berta, direttore del museo, e Andrea Lerda.

Al MUSE è oggi possibile vivere un nuovo viaggio multisensoriale con le opere di 20 artisti nazionali e internazionali e una selezione di documenti dalle collezioni del Museomontagna, della Biblioteca Nazionale del Club Alpino Italiano, dell'Archivio Architetto Cesare Lombardi, della Fondazione Ermenegildo Zegna e dall'Archivio del 900 del Mart - Museo di Arte Moderna e Contemporanea di Trento e Rovereto, grazie ai quali il tema di boschi e foreste prende vita in una narrazione di impianto artistico e storico-scientifico.

Un'esperienza unica per comprendere e riconfigurare la nostra relazione con gli ecosistemi vegetali e naturali. Una riflessione che parte dal passato e giunge fino al presente, per immaginare un futuro sostenibile.

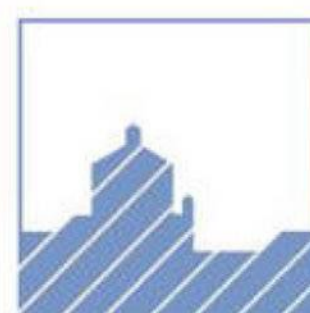
La mostra, articolata attraverso cinque macro capitoli tematici, si sviluppa all'interno di due aree espositive del MUSE ed è supportata da una narrazione di impianto storico-scientifico a cura di Matteo Garbelotto, direttore presso il Forest Pathology and Mycology Lab di Berkeley e Adjunct Professor presso l'Environmental Science, Policy and Management Department dell'Università della California.

In mostra, le opere di Gabriela Albergaria, Emanuela Ascari, Joseph Beuys, Simone Berti, Ursula Biemann e Paulo Tavares, Walter Bonatti, Gabriella Ciancimino, Aron Demetz, Hannes Egger, Sam Falls, Helen Mayer Harrison & Newton Harrison, Jiri Havel, Cesare Leonardi e Franca Stagi, Cecylia Malik, Federico Ortica, Sunmin Park, Steve Peters, Giusy Pirrotta, Craig Richards, Vittorio Sella, Giorgia Severi, Formafantasma, Mali Weil, Museo Wunderkammer.



AREA ESPOSITIVA

COLLEZIONE PERMANENTE
MOSTRE TEMPORANEE



MUSEO NAZIONALE
DELLA MONTAGNA
CAI-TORINO

Un anello nella valle di Rochemolles

Dal rifugio Scarfiotti alla Cresta e alla Punta S. Michele rientrando per il Passage de Courousset e il col d'Etiache



Marco Polo
Esplorando... per Monti e Valli

- Località di partenza: Grange du Fond (Rifugio Scarfiotti) mt. 2150
- Dislivello complessivo: mt. 1110
- Tempo complessivo: 7 ore c.ca
- Difficoltà: EE
- Riferimenti: Carta dei sentieri e dei rifugi 1:25.000 n° 104 Bardonecchia – Monte Thabor – Sauze D'Oulx IGC.

A Bardonecchia in alta valle Susa le valli alpine s'aprono a ventaglio. Quella più a destra è l'incantevole valle di Rochemolles con l'interminabile, polverosa strada che superato l'abitato raggiunge da prima le Grange du Fond, dove sorge il rifugio Scarfiotti, poi il colle Sommeiller dove un tempo veniva praticato lo sci estivo su un ghiacciaio che ora non esiste più.

Una corona di vette ardite e spettacolari coronano la valle oggi contrassegnata dal lago derivante dalla sbarramento sul rio di valle.

Meta di questa escursione è la cresta (Pierre Minieu) e la Punta S. Michele che si raggiungono dai ruderi dell'alpe d'Etiache con un lunghissimo traverso che porta la traccia sin sotto l'imponente bastionata rocciosa del

Pierre Menue (Aiguille de Scolette) da dove si sale alla cresta S. Michele che tutta si percorre sino alla cima che porta questo nome.

Il rientro a valle si fa per il ripidissimo Passage di Courousset percorrendo gli instabili sfasciumi e le pietraie che portano al colle d'Etiache da quale si scende su comodo sentiero alle Grange du Fond dove sorge il rifugio Scarfiotti.

Per il solo Passaggio di Courousset questa escursione è riservata ad escursionisti aventi una certa esperienza: tutto l'itinerario non è segnato, né segnalato e giunti alla grande conca sottostante il Pierre Menue non esiste più alcuna traccia pur non presentando la cresta S. Michele alcuna difficoltà.

Dalla cresta e dalla Punta S. Michele vista impareggiabile sull'intero vallone di Rochemolles, sulle cime che coronano la valle spingendosi lo sguardo sino al non lontano lago del Moncenisio.

Giunti a Bardonecchia, il alta valle Susa, si prosegue per Rochemolles. Superato l'abitato si rimane sulla polverosa strada per il rifugio Scarfiotti ed il colle del Sommeiller rasentando



Questa è la vetta della Punta S. Michele



Passage di Courousset 1

per via il lago di Rochemolles derivante dallo sbarramento sul rio di valle.

Lungamente proseguendo si giunge infine all'incantevole pianoro presso le Grange du Fond dove a margine sorge il rifugio Scarfiotti. Qui giunti non è difficile trovare dove parcheggiare.

Attraversato il rio si prende il sentiero 727 per l'alpe ed il colle d'Etiache che subito affronta ripido uno spoglio pendio rasentando per via una cospicua sorgente.

Più su si sale a svolte sino al lungo traverso che porta la traccia presso un grosso pannello informativo, che già si nota da fondovalle, che anticipa di poco delle indicazioni e poi i ruderi dell'alpe d'Etiache.

Lasciata la traccia che prosegue per il colle d'Etiache, per il quale si passerà tornando, trascurata quella che percorre il Sentiero Geologico, occorre ora individuare il sentiero per la cresta e la Punta S. Michele.

Al pannello informativo conviene portarsi per un tratto verso monte cercando di individuare la traccia per questa cima, cosa di per sé difficile per via delle numerose scie lasciate dal passaggio del bestiame.

Il riferimento, che permette di non sbagliare, è un modesto risalto roccioso che si nota dal

pannello informativo di poco il alto sulla sinistra.

La traccia in questione gli passa appena sopra ed ora è contrassegnata da un grosso ometto.

Per più di un'ora si camminerà compiendo il sentiero un assai piacevole ma interminabile traverso pianeggiante sotto le superiori cime che si toccheranno nel proseguo dell'itinerario.

Superato il vallone Souchera, affrontato un saltino che può essere evitato sorpassandolo di sopra, lungamente proseguendo il sentiero di porta progressivamente verso l'esteso vallone sottostante il Pierre Menue dove ora la traccia prende a salire.

Il punto in cui si piega verso destra, perché ora la traccia sparisce tra le erbe dei pascoli, è nuovamente adesso contrassegnato da un grosso ometto.

Facendo il percorso in senso inverso, qui giunti non bisogna lasciarsi tentare dallo scendere a valle, col rischio di trovarsi in seri guai avendo il fondo dei pendii precipitanti.

Costeggiato un rio discendente da placche rocciose scoscese, superati più sopra due ravvicinati rigagnoli, il secondo derivante da una sorgente a cui conviene attingere non

trovando nel proseguo più acqua, la traccia appena individuabile tra le erbe, si porta sulla sinistra cominciando a salire un esteso pendio erboso con una lunga serie di svolte e traversi che mitigano l'ascesa.

Avente certamente un'origine militare data la vicinanza con il confine, mai cessando di salire si porta in progressione alla grande conca erbosa detritica sottostante l'imponente parete sud del Pierre Menue dove ora alcuni ometti segnano la via.

Qui giunti conviene piegare a destra risalendo un pendio contrassegnato da pietre rotte, detriti e sfasciumi che salendo si fa via via più ripido avendo già in vista la prima cima da raggiungere.

Tenendosi preferibilmente verso destra salendo, si guadagna più sopra una detritica spalletta dove inizia il piano inclinato sul crinale che lungamente percorso porta in vetta alla cima ovest del Pierre Minieu mt. 3242 e poi per facili balze rocciose alla cima est mt. 3254.

Proseguendo sulla cresta S. Michele si superano dei modesti rilievi intermedi e rimanendo sempre sul versante francese in falsopiano si raggiunge la Punta S. Michele mt. 3252.

Da questa vetta vista impareggiabile sulle cime spingendosi lo sguardo per uno squarcio sino al lago del Moncenisio, mentre all'orizzonte primeggiano le nevi del Bianco.

4 ore c.ca dalle Grange du Fond

La cresta nord discendente da questa montagna presenta delle fessurazioni: la seconda è il Passage di Courousset che occorre affrontare per tornare.

Facilmente si scendono i detriti dove un tempo esisteva un piccolo ghiacciaio sino all'intaglio in questione orlato di una cornice di neve anche a stagione inoltrata.

Questo è l'unico passaggio che permette di scendere a valle e pertanto occorre affrontarlo con giudizio e prudenza.

Lentamente ci si abbassa sugli sfasciumi che contraddistinguono la parte alta per poi percorrere le estese pietraie sottostanti che liberamente senza una via obbligata si discendono avendo già in vista l'ampia sella del col d'Etache.

Raggiunto più avanti il punto dove transita il sentiero salente dal vallone d'Etache che porta in vetta al Gros Peyron, tutto lo si discende per l'evidente e segnata traccia che porta ai ruderi dell'alpe e poi al pannello esplicativo dove questo lungo anello si chiude.

Non resta che proseguire sul sentiero 727 che di sotto raggiunge il grande pianoro delle Grange du Fond dove sorge il rifugio Scarfiotti.

3 ore c.ca dalla Punta S. Michele

Beppe Sabadini

Beppe e Gabriele in vetta

*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!*





Terre Alte
Riflessioni sull'ambiente alpino

La Bürsch
La parte alta della Valle del Cervo,
in lingua Walser

Emigranti !

Abramo, Pietro e Umberto , Mosca Hermanos,
di ritorno dalla Bolivia nel 1921

Erano alti, magri, con le spalle larghe. Portavano scarpe bicolori, completi gessati, cappelli di feltro.

Sempre eleganti, quando ci incontravano era commovente l'affetto con cui salutavano mia Mamma. Natura riservata e schiva, lei quasi cercava di sottrarsi, ma veniva prima lambita, poi accerchiata e infine sopraffatta dalla piena di sentimento che traboccava da quei due distinti signori anziani. Si informavano su tutti noi, bambine, marito e familiari viventi; poi si parlava, con identica vicinanza, dei parenti che non erano più tra noi.

Solo Abramo parlava, con gli occhi azzurri ridenti e questa voce incredibile, particolarissima, in cui toni alti si fondevano con bassi profondi: un po' nasale, cantilenante, con un indefinibile accento straniero. Recentemente l'ho riascoltata nella registrazione di un'intervista di molti anni fa, che mi ha fatto sentire suo figlio Costantino: una grande emozione.

Il fratello Umberto lo guardava e annuiva, come se gli avesse conferito una procura speciale alle pubbliche relazioni; solo talvolta si portava al viso un grande fazzoletto bianco, molto bello, con le iniziali ricamate. Prima di lasciarci, i cugini indicavano a Mamma il profilo delle montagne in cui loro riconoscevano la "bella addormentata": il viso, il collo, il petto, la pancia e le gambe...

...alla Festa di San Rocco alle Desate dopo la Messa si tiene l'Incanto, per devolvere alla chiesetta una piccola somma per i lavori di manutenzione che si faranno nell'anno che verrà; oggetti modesti di uso domestico che i Valit seduti in cerchio sul piazzale fingevano di contendersi.

Abramo riusciva a trasformare questa piccola asta benefica in uno spettacolo di varietà tenuto da un grande artista. Era incredibile l'allegria con cui questo signore non più giovane e certamente autorevole, che aveva avuto un successo imprenditoriale straordinario, riusciva a descrivere un cestino di funghi appena raccolti, parlando nella lingua della Bürsch con qualche vocabolo straniero, e la fantasia con cui lo trasformava in qualcos'altro, molto particolare o anche un po' 'proibito', tra la sorpresa e le risate dei presenti... Stessa sorte per una toma o una bottiglia di vino, tenuti in alto nella sua lunga

mano, che raccontava minuziosamente, con questo discorso cantilenante e le inflessioni spagnole, serio ma ammiccando, lasciando sottintendere doppi sensi che allora non comprendevo ma capivo gustosissimi dai commenti... Chi si ricordava ormai più che ci si stava contendendo una toma? Ma la gente si era così tanto divertita che la comprava a un prezzo, anche quello, molto distante dal suo valore reale.

E' stato lì che ho capito le potenzialità del linguaggio. Grazie a mio cugino Abramo ho capito, da bambina, che un oggetto può essere descritto anche sotto un'altro aspetto, che la realtà può essere percepita in un modo diverso o da una diversa angolazione, pur rimanendo la stessa, quasi con un gioco di prestigio.

E ho voluto provarci anch'io.

Poi ho fatto l'Avvocato.

I fratelli Pietro, Costantino ed Edoardo Mosca Pedrò nel 1870 in Arequipa, cittadina del Perù, si fanno fare una bella fotografia nello studio "L. Richardson". La posa è studiata ma dinamica: due sono seduti ai lati, frontalmente, e il terzo in secondo piano fra loro, di spalle ma con il busto ruotato, guarda in macchina. Il suo braccio appoggiato sullo schienale della sedia si insinua in avanti in mezzo ai fratelli, conferendo movimento al ritratto.

Tutt'e tre hanno la barba, ma tagliata in foggia diversa; le giacche, invece, i panciotti, le cravatte e forse anche i calzoni sono identici.

Sembrano giacche nuove e molto belle, di panno spesso e caldo, con il vezzo elegante del colletto di velluto; se le sono portate da casa, cucite dalla mamma o dalla zia. Anche se sono solo scalpellini – *pica pere* – un vestito nero da cerimonia è necessario per firmare il contratto di lavoro che ti terrà lontano da casa un anno o più. Anche le scarpe sembrano uguali ma di fattura più grossolana e forse già un po' usurate.

Persino la posa delle mani, le quattro che si vedono, è identica: la destra chiusa a pugno a metà coscia, la sinistra morbida e aperta alla congiunzione dell'anca.

Sembrano uomini fatti ma il più grande, Pietro, ha ventitré anni, Costantino venti e il più



*I fratelli Pietro, Costantino ed Edoardo
Mosca Pedro '
Arequipa li 14 aprile 1870*

giovane, Edoardo, diciotto. Il primo a sinistra ha un'espressione seria e buona, quello in mezzo ha lo sguardo serio e risoluto, l'ultimo a destra serio e spaventato.

L'ultimo a destra, Edoardo, era il mio bisnonno, a diciotto anni dall'altra parte del mondo. Il fratellino più piccolo, Angelo, non c'è nella fotografia: probabilmente è rimasto a casa perché ha solo sedici anni; precauzione

vana, morirà tre anni dopo a Richmond, Virginia.

Spediscono la fotografia allo zio Lorenzo, fratello del papà, che sul retro annota: "Memoria al nostro zio e zia che li fanno ai suoi nipoti Pietro e Costantino e Edoardo - Arequipa li 14 Aprile 1870 Lorenzo \$\$\$ Mosca". Lo zio Lorenzo aveva proprietà redditizie, ma una sola figlia femmina affetta

da scoliosi, Maria"ancin".

Forse questa è la prima volta che attraversano l'oceano per andare a cercare lavoro e forse gli zii hanno contribuito alle spese per un viaggio così lungo: bisogna arrivare fino al mare, a Genova, in treno; poi con il piroscafo a vapore la traversata dell'Oceano Atlantico dura un mese, seguendo una delle solite rotte che prevedono brevi scali per fare rifornimento di viveri e combustibile nei porti di Marsiglia, Barcellona, Tenerife, Santa Lucia e Trinidad; poi in Venezuela nel porto di La Guaira e finalmente l'attracco a Colón, Panama. In quel tempo si attraversa l'istmo in treno e poi di nuovo per mare sull'altro Oceano, il Pacifico, con il nuovo bastimento giù verso Guayaquil, Callao, Valparaiso; arrivati a terra si prosegue con treno, diligenza e poi a dorso di mulo.

Possiamo solo immaginare cosa fossero quei viaggi, noi che a diciotto anni terminavamo il Liceo e freschi di patente raggiungevamo Torino in macchina per frequentare l'Università, comodamente installati in un appartamento in centro.

Quarant'anni dopo questa fotografia il figlio di Costantino, Abramo, racconta così il suo viaggio: "A giugno del 1911 con il piroscafo Principe Umberto son salpato per Buenos Aires. Senza sapere la lingua, naturalmente. Dopo venticinque giorni di navigazione mi fermai a Buenos Aires e presi il Central Northe Argentino. Dopo Rosario, Tucumàn, Jujuy arrivai a La Viacha, al confine con la Bolivia. Il giorno dopo, con una giornata di diligenza, arrivai a Tupiza, la prima cittadina boliviana: lì non si parlava più che spagnolo e indio. Era subentrata poi una piena del fiume; sono stato obbligato a proseguire il viaggio a dorso di mulo. Sei giorni di dorso di mulo: mi usciva il sangue! A Uyuni trovai mio fratello Umberto che mi stava aspettando. Dopo una notte di ferrovia, sulla linea Antofagasta-LaPaz, arrivammo a Oruro. Lì c'erano i miei fratelli che costruivano una gran caserma del Governo Boliviano."- *Abramo Mosca Pedrò, intervistato da Noemi Parolari a Biella, l'11 gennaio 1983* -

Ad Arequipa invece i nostri edificano le torri della Cattedrale, danneggiate da un terremoto nel 1868 e ricostruite negli anni seguenti, e le grandi arcate degli edifici che delimitano gli

altri due lati della maestosa Plaza de Armas. Arequipa è conosciuta come "La Ciudad Blanca" dal colore della pietra Sillar, una pietra vulcanica con la quale sono stati costruiti tutti gli edifici principali del suo centro storico che, nel 2000, è stato dichiarato patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO. I fratelli Mosca Pedrò hanno conosciuto quelle pietre.

Forse prima erano stati a lavorare in Francia. Dopo in Egitto lavorarono alla realizzazione del Canale di Suez; poi in Guatemala, dove hanno scoperto la prima cava di marmo bianco, in Equador e poi in Costa Rica, e ancora in Perù, dove hanno partecipato alla costruzione della ferrovia che da Arequipa va a Puño, presso il lago Titicaca. Nel 1878 in Bolivia si aggiudicano l'assegnazione di un appalto per la costruzione di un ponte con Eusebio (Rosazza?) Prin.

A Rosazza avevano frequentato le Regie Scuole, primarie e poi tecnico-professionali molto formative e all'avanguardia, e dalle generazioni che li avevano preceduti avevano acquisito familiarità con le cave di sienite della Valle. Erano qualificati scalpellini ed esperti costruttori, dotati di un impegno calvinista per il buon risultato del lavoro, in cui erano democratici: non conta tanto il ruolo che si ricopre, quanto se il compito assegnato è svolto con competenza.

Il loro *know how* era richiesto in tutti i paesi in via di sviluppo dove si costruivano grandi opere pubbliche in pietra: ponti, dighe, ferrovie. La dirigenza era valligiana, ma la manodopera locale: assumevano centinaia di *indios* a cui insegnavano a spaccare pietre e a costruire. La rete di conoscenze familiari della Bürsch li metteva in contatto con i parenti che lavoravano nei cantieri di mezzo mondo: quando tornavano a casa, dopo un anno o due, si ritrovavano con i parenti e si organizzavano per ripartire dove c'era richiesta.

Guadagnavano bene, ma le condizioni di lavoro erano durissime: "Si andava a cercare il posto che c'era l'acqua. La filtravamo e poi bisognava farla bollire, per poterla bere. Allora incominciavamo lì, con un carro trainato da muli, tiravamo su la nostra tenda. Fino a trenta gradi sotto zero, abbiamo avuto. Dormivamo con quattordici coperte, non ne potevamo mettere di più, perché non

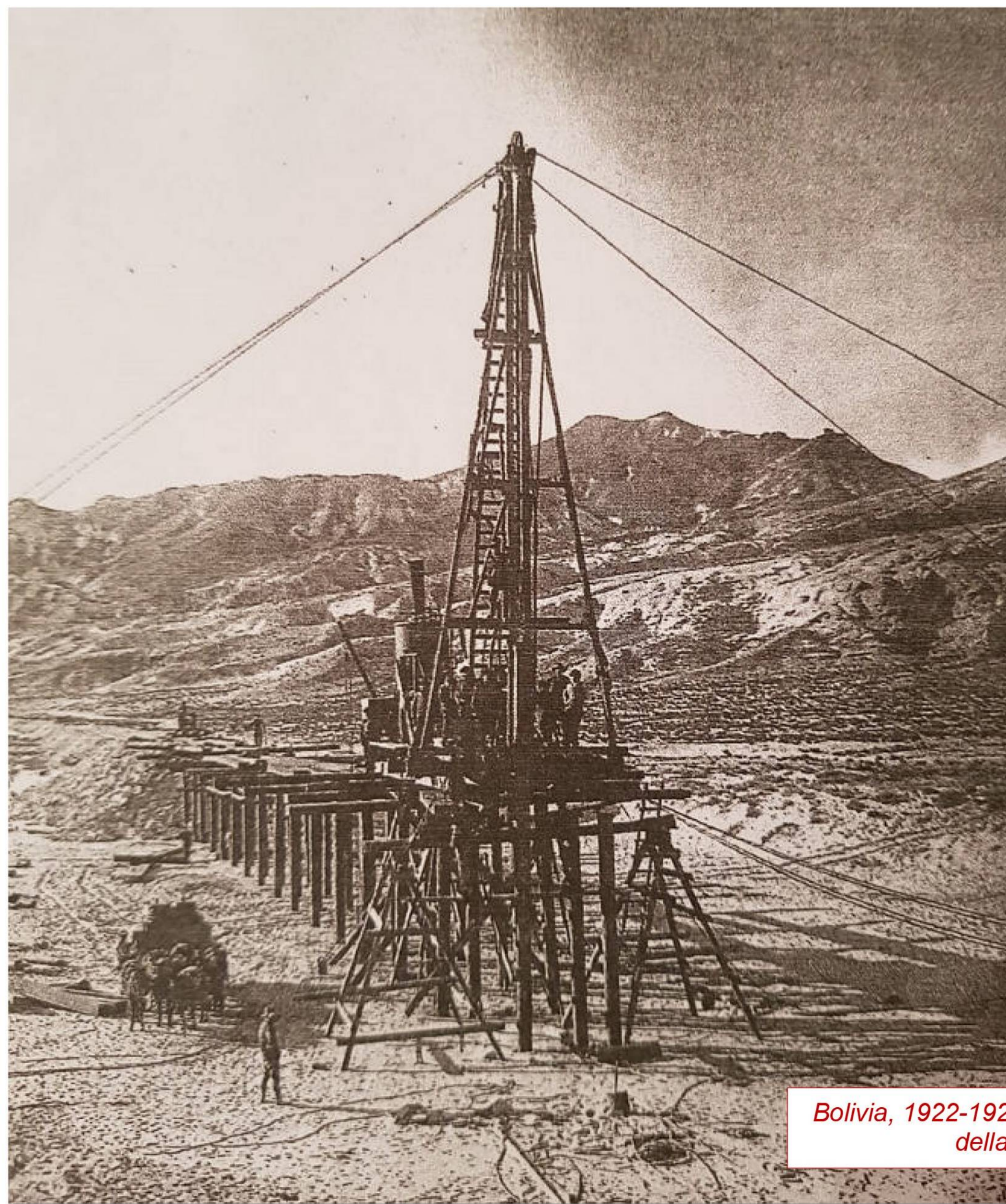
potevamo respirare! E poi, in certe parti, c'erano delle capanne degli *indios*. Insetti che venivano giù nel letto, robe dell'altro mondo! Se non siamo morti è un miracolo! Perché là bisognava guardarsi dalle polmoniti e dal tifo. Vivevamo così finché c'era il lavoro.”-Abramo Mosca Pedrò, intervistato da Noemi Parolari a Biella, l'11 gennaio 1983 -

Dopo qualche anno avevano risparmiato abbastanza per potersi sposare e costruire una nuova casa: Costantino si sposa con Anna nel 1880, Edoardo dieci anni dopo con una ragazza molto più giovane, alta e bella, Pia; nasce un figlio circa ogni due anni, o più a seconda dei rimpatri. Ma partire, bisogna

partire, perché a Rosazza non c'è niente, c'è solo della pietra: “Allora eravamo obbligati; era d'obbligo l'emigrazione.”

Il 18 luglio 1892 Costantino arriva a Ellis Island e viene registrato al THE AMERICAN IMMIGRANT WALL OF HONOR *to officially certify that the Costantino Mosca Family came to the United States of America from Rosazza, Italy, joining those courageous men and women who came to this country in search of personal freedom, economic opportunity and a better future for their families.*

Quando possono partono insieme, fratelli e cugini; quando non riescono si scrivono. Il 18



Bolivia, 1922-1924, Lavori di costruzione della ferrovia Atocha-Tupiza

gennaio 1898 Costantino scrive così al cugino: *“Oggi il bello giorno di San Pietro ti auguro di bere anche la mia parte di vino per me”*. Sta bene, e altrettanto si augura dei parenti, e fornisce preziose informazioni professionali: sono circa due anni che non è mai fermo in un posto, per cercare un buon ingaggio; anche adesso lì sono fermi perché non c'è lavoro *“quivi per ora noi non facciamo nulla e non possiamo ancora sapere quando andremo in lavoro, stante che siamo nella stagione invernale, però non è più America di una volta è pieno di miseria; e poi molto poco lavoro e molta gente e tutto questo è per la scarsità del lavoro in generale; speriamo che questa primavera che cambierà qualche cosa, però non si puote fidarsi di nulla in questa Merica, un giorno pare una cosa domani è tutto altro”*.

Poi chiede notizie del paese e in particolare della Società Operaia di Mutuo Soccorso e dei balzelli comunali: invia i suoi *“rispetti”* a tutti i familiari del cugino e infine alla sua famiglia, in particolare al suocero, funzionario al Comune di Piedicavallo; gli raccomanda tutti i suoi figli, Pietro e Umberto che studiano in collegio a San Giovanni, la figlia Regina e il più piccolo *“il mio Carino Abramo, che lo sono certo che te li guardi come fossero tuoi”*. Saluta il Fratello Edoardo, rimasto a Rosazza, e la cognata Pia, e gli chiede di mandargli dei giornali con la lettera di risposta, perché lì sono solo loro due (Costantino e Pietro?) e Giovan Pasefin, e l'unica consolazione è leggere qualche giornale di casa.

Questa lettera - spedita da Port-Deposit nel Maryland, grosso centro di estrazione del granito nel Nord dello stato al confine con la Pennsylvania – mi è stata mostrata in copia dal nipote Costantino Jr.

In un baule in soffitta ho trovato timbri dell'Impresa Mosca, sia in spagnolo che in inglese, e sulla buca delle lettere nella casa di Rosazza c'è scritto *“Briefe”*.

Torna alla Bürsch con la notizia che in Bolivia c'è richiesta di personale qualificato per la costruzione di grandi opere pubbliche: si organizzano in undici, nel giugno del 1900, quasi tutti parenti: i fratelli Costantino e Edoardo e il cugino Aquilino Mosca Pedrò, Luigi ed Eusebio Rosazza Prin, fratelli della Pia, Celestino e Basilio Mosca Riatel,

Giacomo e Luigi Valz Brenta, Giovanni Mosca Siez e Salvatore Rosazza Grolla. - da *Emigrazione di Rosazza nell'anno 1900, di Gianni Valz Blin*.

Arrivati a Panama quest'ultimo, che aveva solo 25 anni, si ammala di *“Febbre gialla”*, o *“Febbre delle Antille”*, e muore in pochi giorni, il 12 luglio, malgrado la giovane età e l'affettuosa assistenza dei compagni. I dieci superstiti si imbarcano sul piroscafo britannico *“Chile”*, registrato al porto di Liverpool, diretti a Callao, il porto di Lima. Dopo una breve sosta a Santiago de Guayaquil, in Ecuador, arrivano al largo di Callao ma non vengono autorizzati ad attraccare perché provengono da un porto infetto e a bordo si è ormai diffusa l'epidemia. Il piroscafo è obbligato a riprendere il largo e a dirigersi a Valparaíso, migliaia di miglia più a Sud.

Edoardo scrive alla giovane moglie che sta ancora bene, ma che è meglio che non lo aspetti, perché sul bastimento i suoi compagni muoiono e lui non può scendere. Il 15 luglio muore Eusebio Rosazza Prin, cognato di Edoardo, e Luigi Valz Brenta, tutti e due sui quarant'anni. Il 16 luglio muore Celestino Mosca Riatel, ragazzo di 25 anni; il 17 Giacomo Valz Brenta, che ha un anno di più. Il 22 luglio, infine, muore Edoardo, a quarantotto anni, tra le braccia di suo fratello.

Vengono tutti infilati in un sacco di iuta, gli viene gettata in faccia della calce viva e sono buttati in acqua, sepolti nell'Oceano Pacifico. Più di un secolo dopo mia cugina Jole mi racconterà che a suo nonno Costantino per anni sono venuti terribili incubi ripensando al fratello *“mort ant l'eua”*.

Pia, la moglie, ha trent'anni e due bambine piccole; il medaglione col ritratto del marito al collo, il fazzoletto nero sui capelli: in lutto ha vissuto tutto il resto della sua vita. Non ha problemi economici, anche se forse dei guadagni del marito non è rimasto molto.

La sua madrina è zia Raimonda, facoltosa vedova senza figli e *“unica erede”* di un Valit che costruiva a Briançon; la sostiene in vita e le lascia un cospicuo patrimonio poi, comprensivo di mobili e arredi (che oggi in parte adornano il mio salotto). In famiglia si diceva che in tre vivessero decorosamente senza intaccare il patrimonio e senza nemmeno spendere tutti gli interessi, una



*La zia Raimonda Rosazza Prin e il
consorte Ferdinando Prario - prima metà
del 1800*

parte dei quali tornava a incrementare il capitale: probabilmente a quel tempo le rendite finanziarie erano molto più interessanti, e d'altro canto a Rosazza, quando si possedeva il necessario per vivere, era molto difficile spendere...

La scomparsa di Edoardo, in circostanze così tragiche e così lontano da casa, senza un corpo da seppellire e una tomba su cui piangere, ha lasciato una ferita profonda nella

mia famiglia. Non se ne parlava mai, ma la severità eccessiva, il rigore con cui sono state allevate le figlie, quasi si dovesse far loro da madre e da padre, il carattere riservato e scontroso denunciavano il dolore per la perdita di un marito amato e goduto, tra partenze e arrivi, non più che una manciata di anni.

Dopo queste tragedie i cinque sopravvissuti riescono ad arrivare a Lima e, non so come,

Costantino raggiunge la Bolivia e ci rimane per una decina d'anni. La sua abilità professionale, la dedizione al lavoro e la correttezza lo premiano: in pochi anni si inserisce nella realtà boliviana, facendosi apprezzare sia dalla manovalanza *india* che dalle autorità istituzionali. Insegna agli *indios* a lavorare la pietra con lo scalpello, e li assume a centinaia nei suoi cantieri. La sua Impresa ottiene nel tempo grandi commesse e comincia un periodo caratterizzato da un'intensa attività nelle costruzioni, dall'inserimento nei settori più elevati della società e da cospicui guadagni. Si fa raggiungere dai parenti valligiani e poi anche dai suoi due primi figli maschi, Pietro e Umberto. Nel giugno del 1911 arriva anche il fratello più giovane, chiamato a sostituire il Papà che torna finalmente a casa alla Bürsch a più di sessant'anni. Quando Abramo arriva a Oruro trova i suoi fratelli che stanno costruendo una grande caserma per il Governo boliviano; finita quella si trasferiscono a La Paz, la capitale, e lì costruiscono altre grandi caserme e l'Ospedale Militare. Poi una serie di altre costruzioni particolari nei diversi quartieri della città: in quel periodo si aggiudicano tutti gli appalti per l'edilizia del Ministero della Guerra. Negli intervalli si dedicano alle ferrovie: *“Abbiamo fatto diversi lavori con la Bolivian Railway Company. Con la Wellen Contracting Corporation di New York abbiamo fatto diverse sezioni della ferrovia Uyuni-Tupiza, di cinquecentodieci chilometri, per diversi anni. Abbiamo fatto l'Hangar su nell'alto di La Paz, a 4010 metri. Ho fatto anche diverse opere d'arte nella ferrovia che partiva da Machacamarca, per il fatto che eravamo amici con il re dello stagno, Simon Patino.”* Sono arrivati al vertice del successo imprenditoriale e delle relazioni sociali. *“Noi avevamo porta aperta... Difatti dopo un mese e mezzo che io ero arrivato, mio fratello Pietro ha detto: ce l'hai il vestito nero? (Sì! Perché mio Papà mi aveva detto: provvediti un vestito nero, perché dovrai andare alle cerimonie). Bene! Devi venire in udienza dal Presidente.”*

Ma sono molto affezionati anche agli *indios*, che li seguono per centinaia di chilometri per venire sempre a lavorare con loro. Gli insegnano a costruire e questi, che non

avevano mai visto prima né la pala né il piccone, in poco tempo diventano più bravi dei Valit: *“Dopo quindici giorni risultavano i migliori operai; però quando andavano al finale del loro contratto - due, tre mesi -dovevamo guardare, perché ci portavano via tutti i picchi e le pale e le ruote e le carriole!”* In certi periodi tra lavoratori e loro famiglie avevano fino a ottocento persone a cui provvedere nei cantieri.

Un giorno Abramo si sposta da La Paz a cavallo sull'altipiano per raggiungere un accampamento lungo la ferrovia dove lavoravano, e vede un'*india* seduta per terra vicino a un asino:

“Tata, papà, devo avere un bambino!” “E adesso io...” “Non importa, sta' solo qui...”

Lei gli spiega cosa deve fare. Nasce un bel maschietto; lui taglia e disinfetta col fuoco di un fiammifero, poi le dà un sorso di cognac e la rimette in sella con il suo bambino. Dentro di sé pensa: *“La fuga in Egitto, perché io ero il padre putativo!”*

Nei quindici anni in cui è rimasto in Bolivia, fino al 1925, lavorando sempre insieme ai fratelli e cognati, ha vissuto molte esperienze, anche tragiche, e terribili incidenti sul lavoro, come quando è saltata in aria la polveriera della Compagnia. Nell'esplosione che ha ferito lui e il cavallo a cento metri di distanza, mentre andava a ispezionare la ferrovia, sono morti tutti gli operai dell'accampamento numero 71, di quarantadue persone Abramo è l'unico superstite.

“Ho fatto anche il Console, in un certo momento, perché non c'era il Console. Mentre ero a La Paz, lo rimpiazzavo. Se mi sentivo italiano, piemontese o biellese? Rosazzese! Rosazzese più di tutto, oltre che italiano, perché per l'Italia si sarebbe fatto chissà che cosa! Il patriottismo si conosce all'estero, non in patria. Là c'era il patriottismo di italiano, ma sentirsi era di Rosazza. Solo si sognava di poter arrivare! L'unica cosa che chiedevamo al Signore era di portare le ossa a Rosazza, nella tomba di famiglia a Rosazza. L'unica cosa che si chiamava.”

“Ero molto affascinato dai racconti di mio Nonno, che aveva viaggiato tanto, visto posti diversi e vissuto a lungo in paesi lontani, America, Argentina, Bolivia... una persona

molto carismatica, riconosciuto da tutti, molto attivo nella vita sociale del Paese e della Parrocchia, sempre disposto ad aiutare concretamente in prima persona e a dispensare saggi consigli e vecchi detti popolari ... con noi bambini bastava un solo sguardo. Sin da piccoli ci portava a funghi, in Valle, ci insegnava a riconoscere quelli commestibili e a non rivelare mai il posto dove li avevamo trovati. Forse ho preso un po' il suo modo di pensare: dal 2001 mi sono trasferito negli USA, dove vivo e lavoro. Fare

nuove esperienze all'estero, osservando e assimilando altre culture, tradizioni, mentalità ti apre la mente e ti dà la possibilità di arricchire il tuo bagaglio culturale “ mi confida mio cugino Chicco, che somiglia a suo Nonno come una goccia d'acqua e fa il manager d'azienda a Charlotte, North Carolina.

Maria Teresa B.B.



La bella e giovane Pia con il marito Edoardo Mosca Pedro' nel 1891

La carenza di vitamina D peggiora le funzioni cognitive

Uno studio dell'Associazione Brain&Malnutrition, in collaborazione con l'Osservatorio Grana Padano, ha rilevato che la carenza di vitamina D nei pazienti con malattia di Parkinson peggiora le funzioni cognitive

Gli over 65 nel nostro Paese sono quasi 14 milioni, di cui 7 milioni hanno più di 75 anni e sono più a rischio di malattie neurodegenerative, decadimento cognitivo e infezioni, come ha dimostrato la recente pandemia Covid19, dove lo stato nutrizionale ha certamente avuto un ruolo importante.

Per questo i ricercatori dell'Associazione Brain and Malnutrition (B&M) hanno voluto indagare sulle abitudini alimentari e lo stile di vita di un gruppo d'anziani affetti da Parkinson, verificare il livello di nutrizione e in particolare di vitamina D, di cui molteplici studi hanno messo in evidenza il ruolo centrale in molte funzioni dell'organismo.

B&M, in collaborazione con l'Osservatorio Grana Padano (OGP) ha valutato i livelli di vitamina D (sierici D-25OH) in 500 pazienti età media 70 anni, 68 % maschi e 32% femmine, provenienti da tutte le regioni d'Italia affetti da malattia di Parkinson e un piccolo gruppo controllo (100 pazienti) selezionati tra gli accompagnatori.

Sono stati raccolti i dati anagrafici e demografici e rilevati i dati antropometrici (peso, altezza, l'indice di massa corporea BMI).

È stato utilizzato un questionario sulle abitudini alimentari Food Frequency FFQ tramite il software online dell'Osservatorio Grana Padano (vedi scheda di seguito).

Il FFQ semi-quantitativo di 66 elementi utilizza le tabelle di composizione alimentare italiana per stimare l'assunzione giornaliera di calorie, macronutrienti, micronutrienti e fluidi.

Pazienti e operatori sanitari sono stati intervistati da dietologi.

È stato inoltre chiesto al paziente il tempo medio trascorso a settimana all'aperto, con esposizione diretta alla luce solare, essendo



Il medico risponde Le domande e le risposte sulla nostra salute

l'esposizione al sole il modo migliore per produrre la vitamina D endogena.

È stato riscontrato uno stato di carenza (25 (OH) D <20 ng/ml) nel 65,6% dei pazienti, mentre il 26,6% ha trovato livelli insufficienti (20-30 ng/mL).

I pazienti carenti di vitamina D sono correlati da una malattia più grave, sintomi clinici peggiori e maggiore compromissione delle funzioni cognitive globali.

“Possiamo più facilmente sostenere che i bassi livelli di vitamina D hanno un impatto negativo sulle caratteristiche cliniche della malattia di Parkinson – ha commentato la Dott.ssa Michela Barichella Presidente di B&M Association e membro del Comitato scientifico OGP - saranno necessari ulteriori studi interventistici per valutare i potenziali benefici sulla progressione della malattia del miglioramento dello stato cognitivo, possiamo però affermare che la vitamina D è un fattore determinante non solo per l'apparato muscolo scheletrico, ma anche per le malattie neurodegenerative e per la riduzione delle infezioni”.

Infatti, è riconosciuto a livello internazionale un ruolo importante alla vitamina D: in molteplici situazioni la vitamina D ha dimostrato di essere qualcosa di più di una semplice vitamina liposolubile che si accumula nell'organismo.

La sua particolare struttura e le sue capacità la rendono una sostanza essenziale, un ormone a tutti gli effetti.

Diversi studi epidemiologici e sperimentali suggeriscono una correlazione tra ridotto apporto di vitamina D maggior suscettibilità nei confronti delle infezioni, una maggiore predisposizione alle malattie autoimmuni e a quelle neurodegenerative come l'Alzheimer ed il Parkinson.

Proprio per questo motivo in previsione dell'arrivo delle stagioni meno soleggiate gli esperti dell'Osservatorio hanno stilato i

L'avvertimento del tuo corpo: 13 segnali che ti serve vitamina D immediatamente



consigli specifici, in particolare per gli anziani, per affrontare meglio l'inverno e migliorare le proprie difese immunitarie.

I consigli degli esperti dell'osservatorio Grana Padano per prevenire il deficit di vitamina D

Controllare il livello della vitamina D (25-OH) nel sangue e, in caso di carenza, provvedere alla prescrizione medica per una corretta integrazione, soprattutto nel periodo invernale, o, comunque, se non si ha un'esposizione al sole costante.

Fare una passeggiata tutti i giorni al sole affinché la vitamina D si attivi. Esporsi alla luce solare, non filtrata da vetri, con la maggior superficie del corpo possibile, per un periodo variabile in base al proprio fototipo, circa 10-15 minuti al giorno in estate e 20-30 minuti in inverno, tra le 11 e le 15 quando i raggi UV sono più attivi.

Consumare due porzioni di latticini al giorno, come latte o yogurt, anche parzialmente scremati, a colazione o a merenda e aggiungere un cucchiaino di formaggio grattugiato sui primi piatti o sulla verdura cotta.

Chi non tollera il lattosio, può utilizzare latte delattosato e Grana Padano DOP perché privo di lattosio.

Due volte alla settimana consumare il formaggio stagionato, per esempio, due porzioni (50g) di Grana Padano DOP o fresco, in sostituzione del secondo piatto o 2 uova.

Mangiare ogni settimana 3 porzioni di pesce,

variando le qualità, i pesci più grassi come salmone, sgombro, alici, tonno, trota, anguilla, etc., sono più ricchi di vitamina D.

Consumare due o tre uova a settimana, sode o cotte in padella antiaderente (anche strapazzate o in frittata) una volta a settimana un primo di pasta all'uovo.

Per migliorarne l'assorbimento, essendo una vitamina liposolubile, è bene condire le pietanze con un cucchiaino di olio extravergine d'oliva a crudo.

Si può utilizzare con moderazione il burro crudo che apporta buone quantità di vitamina D.

Limitare il consumo di caffeina che potrebbe ridurre l'assorbimento di vitamina D.

Mantenere un BMI compreso tra 18,5 e 24,9, per evitare che la vitamina D venga sequestrata dalla massa grassa dell'organismo.

L'Osservatorio Grana Padano nasce nel 2004 grazie ad un progetto del Consorzio di Tutela del Formaggio Grana Padano.

Dall'inizio del 2005 sta "fotografando" gli stili alimentari della popolazione italiana con appositi questionari somministrati agli assistiti di Medici di medicina generale e Pediatri di libera scelta, ai quali nel 2007 si sono aggiunti Dietisti e altri Medici Specialisti che hanno incluso i questionari nelle loro ricerche.

Dal 2015 un'equipe di Dietisti residenti in tutte le regioni d'Italia affianca i medici del territorio offrendo nei loro ambulatori il servizio di anamnesi alimentare e sugli stili di vita, utilizzando il nuovo software online, a

disposizione gratuita di tutti gli operatori sanitari. I dati raccolti con le anamnesi, oltre che informare l'assistito, sono elaborati per dare informazioni di carattere osservazionale-epidemiologico che periodicamente sono diffusi alla società civile.

Obiettivi

Educare l'intervistato ad una corretta alimentazione e suggerire uno stile di vita quale prevenzione primaria, secondo quanto identificato dal programma "Guadagnare Salute" del Ministero della Salute.

Ottenere una stima qualitativa dell'assunzione di nutrienti e delle abitudini quali fumo e attività fisica.

Fornire al medico un pratico strumento operativo per eseguire l'anamnesi nutrizionale, paragonare i dati raccolti con i LARN e indicare al paziente gli alimenti da ridurre o aumentare per equilibrare l'apporto di nutrienti.

Identificare i principali errori nutrizionali e di stile di vita degli italiani e diffondere la cultura della good practice.

Metodologia

Ogni medico, pediatra, dietista e operatore sanitario, effettua l'anamnesi in un'area riservata online dove risiede il software. L'anamnesi è somministrata solo a soggetti che non soffrono d'importanti patologie ed è effettuata come una ricerca osservazionale (il medico intervista il suo assistito, o il genitore nel caso di minori) l'intervista è guidata da un questionario elettronico che raccoglie: età, sesso, peso e altezza per calcolare il BMI, la circonferenza addominale, lo svolgimento di attività fisica, il tempo trascorso in attività sedentarie (guardare la TV, utilizzare il PC, fare giochi elettronici) e l'abitudine al fumo.

La parte alimentare valuta la frequenza di assunzione settimanale o mensile dei più importanti e diffusi alimenti consumati in Italia, i dati dichiarati vengono elaborati dal software che calcola il contenuto in macronutrienti e micronutrienti e di conseguenza quanti se ne sono assunti con la dieta abituale.

Il software elabora e somma i nutrienti assunti e li paragona al fabbisogno giornaliero di ogni individuo, distinto per età e sesso, per

valutarne lo scostamento rispetto ai valori LARN.

Le eccedenze e deficienze di nutrienti significative vengono evidenziate per correggere l'errore nutrizionale emerso dall'anamnesi.

Gli scostamenti dei nutrienti vengono poi riclassificati in cibi da assumere più o meno frequentemente.

Oltre a ciò il software permette, solo al medico, di suggerire comportamenti personalizzati in base al quadro clinico del soggetto e produce un documento che può essere consegnato agli intervistati.

Comitato scientifico OGP

Prof.ssa Michela Barichella: Medico specializzato in scienza dell'alimentazione, Direttore U.O.S. Dietetica e nutrizione clinica CTO Gaetano Pini, Milano. Prof.ssa a.c. Università degli Studi di Milano. Presidente di Brain and Malnutrition Association.

Prof. Claudio Maffei: Medico Pediatra, esperto di nutrizione e obesità infantile, Docente di metabolismo e nutrizione in età evolutiva dell'Università di Verona, Direttore della U.O.C. di pediatria ad indirizzo diabetologico e malattie del metabolismo nutrizione clinica e obesità dell'Ospedale Borgo Roma, Verona.

Prof. Sergio Coccheri: Medico specializzato in cardiologia e angiologia, Ordinario di Malattie cardiovascolari dell'Università di Bologna.

Prof. Davide Festi: Medico specializzato in gastroenterologia. Ordinario di Gastroenterologi e Coordinatore del Corso di laurea in Medicina e Chirurgia, dell'Università di Bologna.

Dott. Lorenzo Ventura: Medico specializzato in medicina interna, esperto in malattie metaboliche dello scheletro e reumatologia.

Dott.ssa Erica Cassani: Medico specializzato in scienza dell'alimentazione, presso U.O. Centro Parkinson e Struttura semplice di Dietetica e Nutrizione Clinica.

Prof. Alessandro Lubisco: statistico, Docente di scienze statistiche dell'Università di Bologna.

Mariella Belloni



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

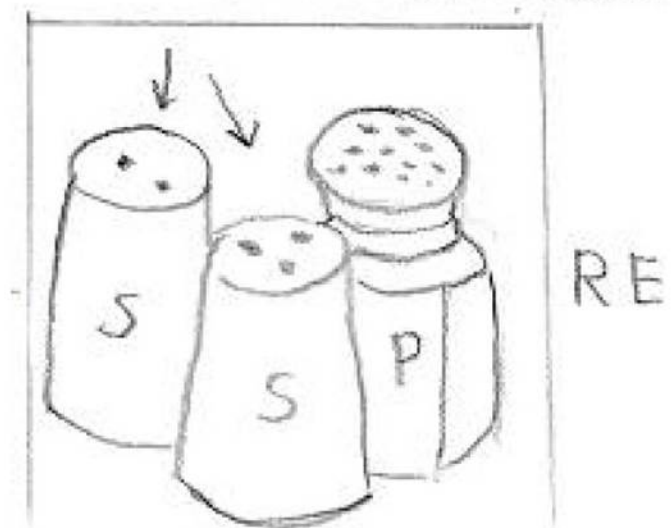
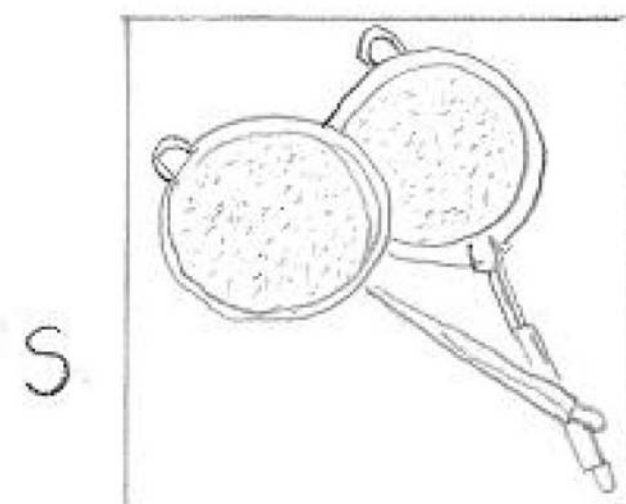
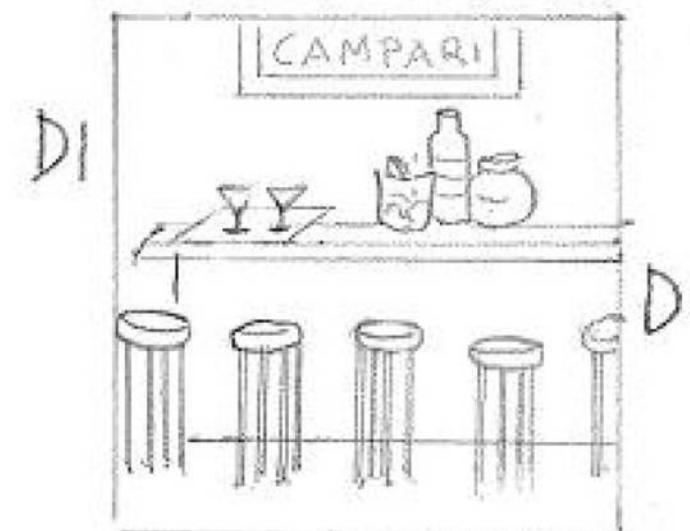
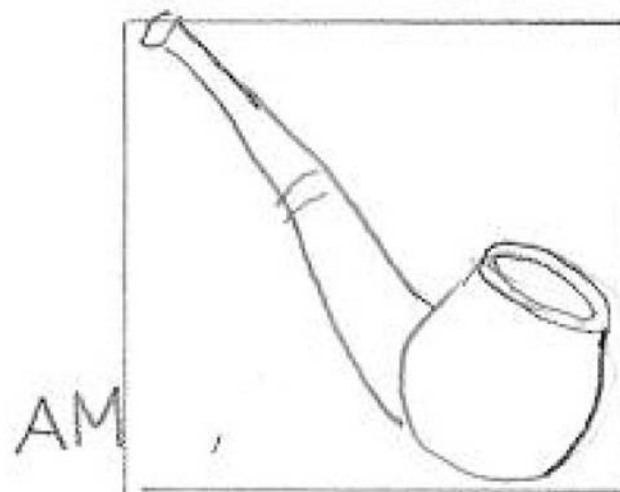
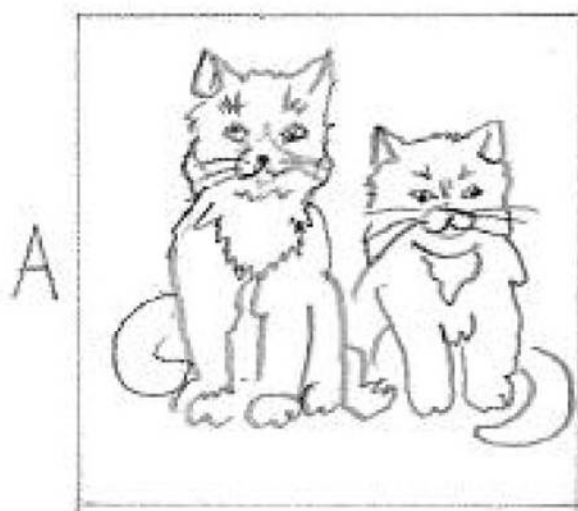
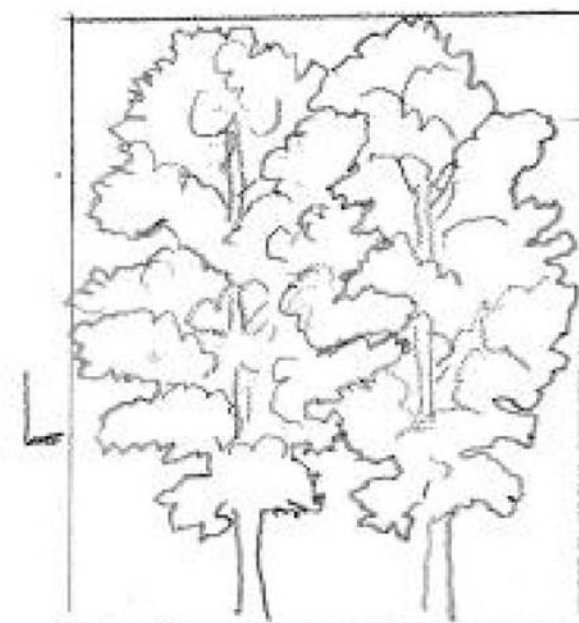
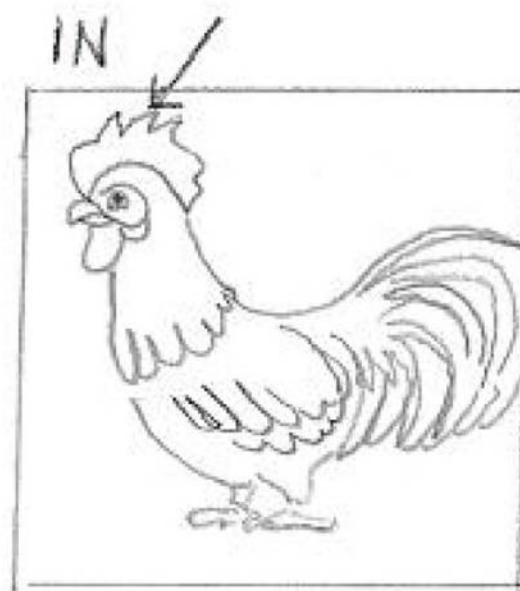
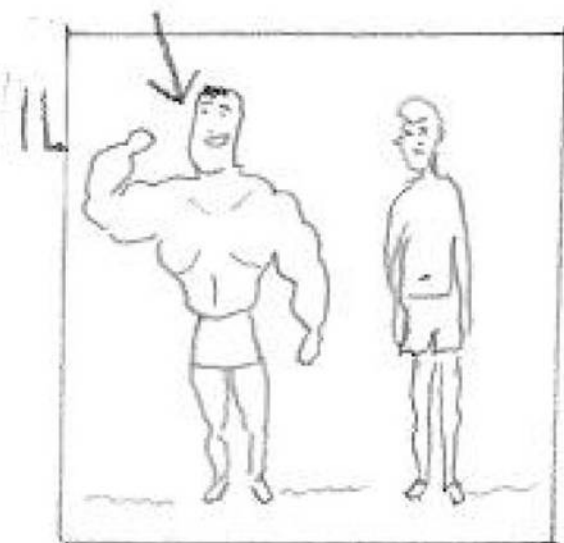
(Ornella Isnardi)

REBUS IN SCATOLA DI MONTAGGIO

Ricomporre i 4 rebus smembrati in base alle definizioni.

1a frase 2 5 2 4, 2a frase 6 2 6



















3a frase 5 7, 4a frase 4 7



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

IL CRUCIVERBA del mese

(prodotto da www.crucienigmi.it)

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

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



ORIZZONTALI:

2. Provoca dolorose emicranie
9. Una suddivisione territoriale interna di una città
11. Porzioni di debito
13. La pertica per saltare
14. Persone dotate di buon senso e assennatezza
16. In mezzo al ristorante
17. Annullare un atto ufficiale
19. Generale bizantino che sconfisse i Goti
22. Tavernieri
23. Frenarsi, contenersi
25. Capricci da poeti
26. Grandi recipienti a doghe
28. Sette le musicali
29. La qualità del leader
31. Calca il palcoscenico
33. Il nome del signor de' tali
34. Esempio in breve
36. Le imbrattano i pittori
37. Frutti allungati
38. Mangiucchiato dai tarli
40. Il nome dell'attrice Day
41. Periodo storico memorabile
42. I fiorellini per la Giornata della donna.

VERTICALI:

1. Interpretare in modo sbagliato
2. Sgraffignata, rubata
3. Istituto Nazionale delle Assicurazioni
4. Coda di rondine
5. Preoccupare, impensierire
6. Cappelli con tesa rialzata a formare tre punte
7. In fondo alla linea
8. Smorti, cadaverici
10. Sono doppie nell'infisso
12. Sgarbi, soprusi
14. Bisogno d'acqua
15. Nelle nuvole
17. Le issano a bordo i pescatori
18. Essere presente allo svolgimento di uno spettacolo
20. Bruciato dal fuoco
21. Di ampiezza molto limitata
24. L'Irlanda con Dublino
27. Indubbio, manifesto
29. Staccati dai rami
30. Si promettono coi monti
32. Bevanda ambrata
35. Signore per Trilussa
37. Dispositivo elettronico per bancomat (sigla)
39. In mezzo ai bersagli
40. La fine del mondo.

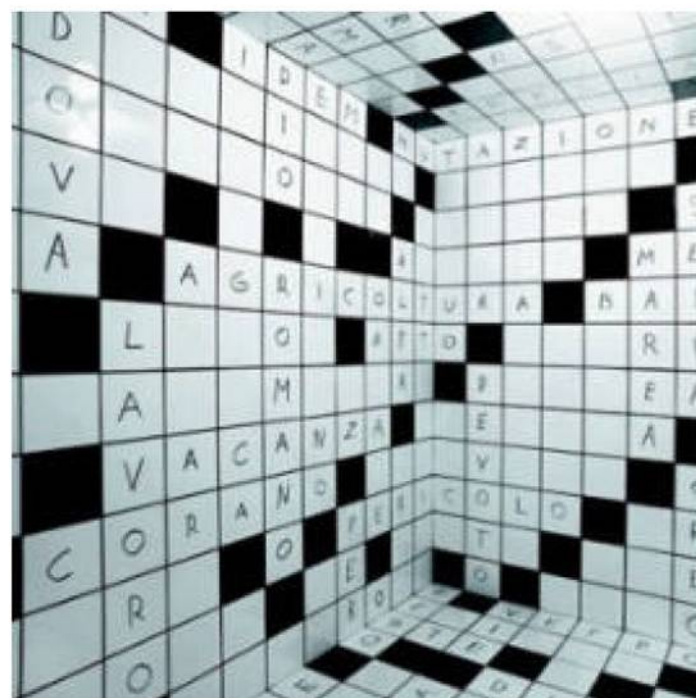


CRUCIVERBA

(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								46			

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

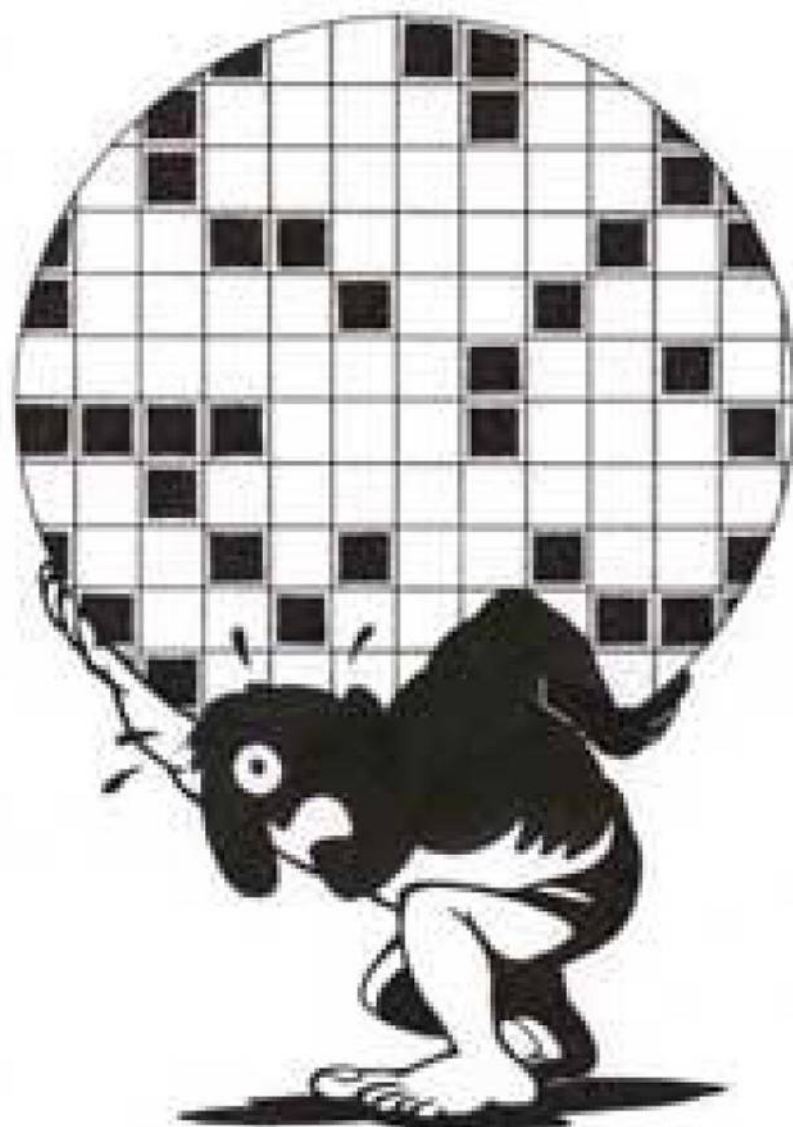


ORIZZONTALI:

- 1 Pratica il rito per espellere
- 9 La prima di sette
- 11 Piccolo teatro coperto dell'antca
Grecia
- 12 Film del 1979 diretto da Rdley Scott
- 14 Il Pompeo Magno avversario di
Giulio Cesare
- 18 Si protende dalla terraferma
- 19 Elettrotreno in breve
- 20 Assistente vocale di Apple
- 21 Un continente
- 23 Ce ne sono di suggestive o
fantasiose
- 25 Costellazione vicina al sistema
solare
- 29 Sono simili agli orci
- 30 Può essere verde, nero, bianco
- 31 Al centro della carica
- 32 Contrario, eccessivo, scandaloso
- 36 Navigò sull'arca
- 38 Articolo romano
- 39 Principale fiume della Calabria
- 40 Repubblica affacciata sul Golfo
Persico
- 42 Sfocia nel Danubio dopo 295 km
- 44 Enna
- 45 Può essere fatto a mano libera,
essere segreto
- 46 La Repubblica d'Irlanda

VERTICALI:

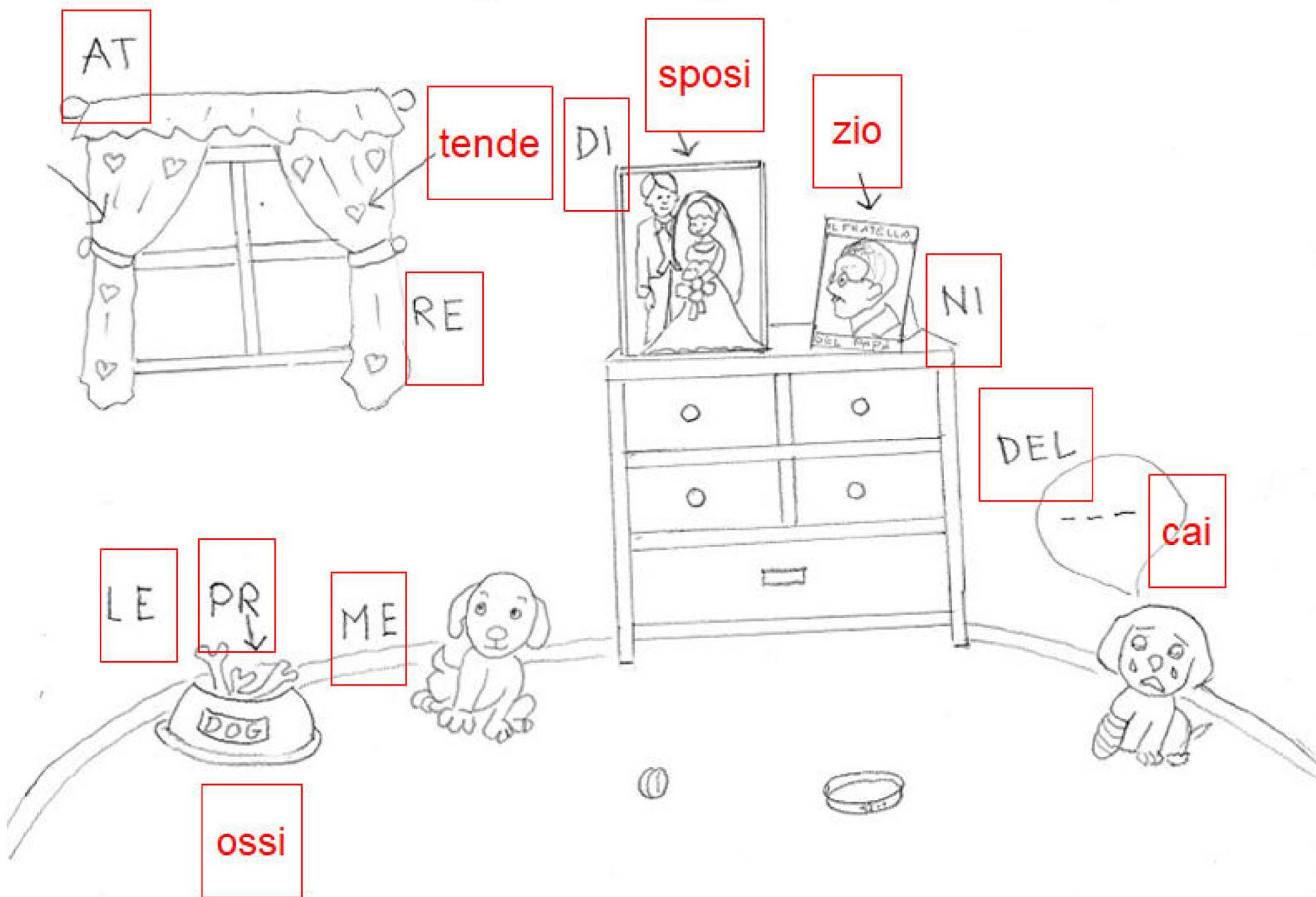
- 2 Individua i sommergibili
- 3 Fiume che sfocia nel Mar Baltico
- 4 Colpevole
- 5 Como
- 6 Accorse sulle barricate
- 7 Affluente del Po della Provincia di
Parma
- 8 Estremità di uno schieramento
- 9 Ci sono quelli da latte
- 10 Parcelle che si pagano
- 13 Nome di donna
- 16 C'è quello affezionato
- 18 Epoca geologica
- 20 Risuonano nei duelli
- 21 La spazzano le contadine
- 22 Un diplomato in breve
- 23 Filamento di un micelio di un fungo
- 24 C'è quella del biliardo
- 26 Appartiene all'arcipelago delle Isole
Eolie
- 27 Vi si depongono le schede
- 28 Titolo nobiliare delle zone di lingua
tedesca
- 33 Se lo senti vai ad aprile
- 34 Precede la esse
- 35 Una tedesca
- 41 Nord-Est
- 43 L'alba del sole








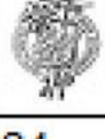





































Le soluzioni dei giochi del mese di OTTOBRE

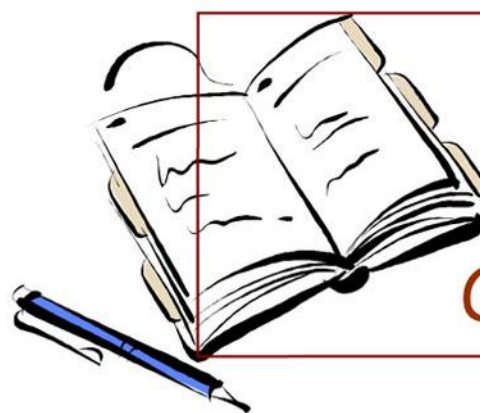
Soluzione : 9, 2, 8, 12, 3, 3

AT tende RE LE PR ossi ME DI sposi zio NI DEL cai
Attendere le prossime disposizioni del CAI.



1	A	F	F	I	S	S	A		S	T	A	R			
11	C	A	I	O		12	C	R	O	T	A	L	O		
14	E	V	O		15	C	A	R	O		16	R	E	S	
17	T	A		18	P	A	P	A		19	D		20	A	O
	O		21	M	A	P	O		22	B	I	S		N	
	24	P	U	S	I	L	L	A	N	I	M	E			
27	D	E	T	E	R	I	O	R	A	T	O				
R		28	O	R	E		29	F	A	R	O		30	S	
31	I	32	C		O		33	M	O	R	O		34	L	O
35	T	R	E		36	C	O	T	E		37	P	U	S	
39	T	E	N	E	N	T	E		40	T	E	M	I		
42	I	N	I	A		43	I	N	C	U	R	I	A		

1	P		2	A	C	H	A	B		6	G	E	N	S	
10	E	11	L	I	A		12	D	E	13	M	A	R	I	A
14	R	I	O		15	T		16	S	A	I	O		C	
17	A	T		18	A	R	A	T	I		20	T	E	R	
	22	23	F	E	D	E	L	I	S	S	I	M	O		
25	A		26	R	O	Z	Z	A		27	E	C	O		
28	Q	28	U	E	T	Z	A	L	30	C	O	A	T	31	L
32	U	N	I	T	A	R	I	A			33	I	E		
34	I	D		35	A	N	E		38	37	M	A	L	V	A
39	L	I	E	T	O		41	S	E	R	I	O			
42	E	L	C	O		43	C	E	R	E	S		44	D	
45	A	I	O		46	D	I	N	A	M	I	C	O		



Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

Per Ognissanti mantello e guanti

Il mese di Novembre è l'undicesimo mese dell'anno secondo il calendario gregoriano ed il terzo ed ultimo mese dell'autunno nell'emisfero boreale, della primavera nell'emisfero australe, conta di 30 giorni e si colloca nella seconda metà di un anno civile. Novembre deriva dal latino novem, "nove", perché era il nono mese del calendario romano, che iniziava con il mese di marzo. Infatti fino al 470 a.C. era seguito da Maglio, mese di caccia imperiale, tradizione adottata dall'impero Romano d'Oriente secondo la cultura longobarda.

Sin dal tempo dagli antichi egizi, Novembre è consacrato al culto dei morti, usanza ripresa dalla religione cattolica in due ricorrenze: Ognissanti che il primo del mese ricorda tutti i santi, martiri e beati del Paradiso, in particolare quelli che non trovano spazio nel calendario; la Commemorazione dei Defunti che cade il 2 novembre.

Una tradizione simile è anche ripresa nella festività anglosassone di Halloween che si richiama a un'antichissima festa celtica pagana.

In natura poi, il mese di Novembre è il tempo della semina, favorita dalle abbondanti piogge, ma anche tempo di raccolta delle olive.

Il fenomeno astronomico di maggior fascino di questo mese, sono le Leonidi, uno dei più importanti sciami meteorici che si verifica ogni anno verso il 17 novembre. Sono chiamate così perché sembrano provenire da un punto compreso nella costellazione del Leone.

Ed a Novembre, COVIS permettendo, quali saranno le "gite tra amici" che la UET si sente di consigliarvi?

- Per Domenica 8 Novembre, la visita guidata all' Area Archeologica del Roccerè principale sito archeologico rupestre del Piemonte accompagnati dalle Guide Naturalistiche della Regione Piemonte, sito con una posizione che risulterà estremamente panoramica sulle montagne circostanti.
- Per Domenica 22 Novembre, l'escursione nei boschi della Collina Paraj Auta – da Ivrea a Pavone, con la visita guidata alla Chiesa del convento di San Bernardino del 1400 che si trova all'interno del complesso industriale Olivetti.





A presto rivervi Amici UETini in una di queste due gite, per l'appunto, "tra amici".

Mauro Zanotto

Direttore Editoriale de "l'Escursionista"



ANDRÀ TUTTO BENE



Un trekking nel Sahara

La parola trekking, che significa escursionismo, ci fa subito pensare alla gita in giornata, direzione un rifugio con relativa polenta, oppure un po' piu' su verso magari un bivacco, o magari la meta e' una bellezza che ci offre la natura come un lago o una cascata.

Nel Sahara no, ci vogliono non meno di 3 giorni anche per il piu' piccolo dei trekking, e questo perche' parliamo di un vero e proprio continente all'interno dell'Africa grande 9.000.000 di chilometri quadrati

Non troveremo ne' rifugi, ne' bivacchi e quindi ci affideremo ai dromedari che porteranno la maggior parte dei nostri bagagli.

Noi viaggeremo solo con un piccolo zaino, contenente da bere, qualche barretta energetica, macchina fotografica e poco altro, mentre tutto il resto dei bagagli sara' caricato



Reportage Ai "confini" del mondo

sui due lati della gobba.

Nei trekking piu' lunghi una speciale tasca laterale ci permettera' di prendere e posare abbastanza comodamente, ulteriore equipaggiamento, vedi crema solare, crema per le labbra, bandana, cappellino oppure gli occhiali da sole.

In realta' ci sono trekking, dove il camminamento e' molto simile alle nostre mualattiere o a sentieri impervi e quindi si fara' uso di asini che porteranno i nostri bagagli come anche scorte di acqua, bombole di gas

*le famose pareti di
Tezuiagh Patrin fotografate
dal Rifugio dell'Assekrem a
quota 2786
in Algeria*





Carovane di Tuareg nel deserto della Libia

e tende. Un po' quello che succede con gli Yak in Himalaya.

Questo perche' il dromedario sarebbe troppo grande e massiccio ed il carico finirebbe immancabilmente per cadere e rovinarsi strisciando contro le pareti rocciose.

Infatti a differenza dell'immaginario occidentale, solo una piccola parte del Sahara e' composto da sabbia o dune, per il resto pietraie o vere e proprie montagne, stile Dolomiti del Sahara, dove non si contano le vie di arrampicata, raggiungendo spesse volte i 3000 con punte oltre i 4000, vedi Algeria, Marocco e Ciad.

Sembra incredibile, ma spesso e volentieri il problema piu' grande e' quello della legna per scaldarsi e fare da mangiare, infatti per il gusto dei nostri piatti e' molto meglio non cucinare sul gas, basti pensare alla nostra pizza cotta nei forni a legna e poi il famoso pane cotto sotto la sabbia che ha proprio

bisogno della brace che lo cuocia dai due lati. Quando si sa gia' che non sara' possibile trovare legna a sufficienza si parte con delle fascine di legno di acacia, la miglior legna, seguita dalla tamerice e dalla palma.

L'acqua sembra incredibile ma la si trova abbastanza spesso, vuoi sotto forma di pozzi, di sorgenti, di laghi di acqua piovana, e perche' no, in qualche accampamento di nomadi.

Nel deserto l'acqua e' di tutti, non la si rifiuta mai, a nessuno.

Recita uno dei piu' vecchi detti tra i tuareg, gli Uomini Blu, Aman Iman, l'acqua e' vita.

Ci si sveglia abbastanza presto la mattina e ci si mette in marcia, il piu' delle volte si scoprono incisioni e pitture rupestri, che

fanno del Sahara il piu' grande museo a cielo aperto del mondo.

Spesso si trovano reperti del Neolitico, come antiche macine che servivano a macinare sementi, punte di freccia, asce e pietre bifacciali, che sono state il primo utensile usato dall'uomo.

A pranzo ci si ferma, cercando un luogo ombrato per il solito te' nel deserto ed un'insalata e dieci minuti di riposo, la Gheila, per poi ripartire e camminare fino ad un'ora prima del tramonto per poter fare campo con la luce e piazzare le tende, in un posto adatto e possibilmente riparato dal vento.

Vento che soprattutto in primavera e' piu' forte e per piu' giorni: la leggenda dice che sia per cancellare le tracce delle gazzelle che partoriscono in quel periodo e quindi i cuccioli sarebbero esposti ai pericoli dei predatori, vedi sciacalli, ghepardi e purtroppo l'uomo.

Durante il trekking, delle volte ci si separa

dagli animali, che hanno un loro camminamento, piu' lungo ma piu' facile, mentre il gruppo guidato sempre da una guida locale, si sposta su sentieri piu' ripidi o anche su e giu' dalle dune, cosa che i dromedari non gradiscono e quindi seguono i Gassi, i canali che come letti di fiumi si trovano tra un cordone di dune ed un altro.

E finalmente arriva il momento tipico della giornata, il tramonto, con dei colori che il piu' delle volte sembra quasi che il cielo stia per esplodere, per poi esplodere davvero ma questa volta in una volta di stelle, con quasi sempre la Via Lattea che la fa da Padrona e decine di stelle cadenti.

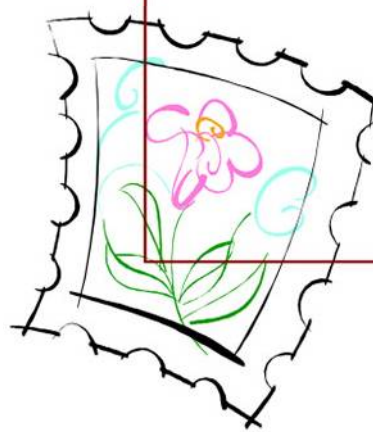
Mentre il fuoco con l'immancabile teiera sopra e sotto il pane a cuocere, unisce e scalda i cuori di tutto il gruppo.

Fabrizio Rovella

 Saharamonamour

www.saharamonamour.com





Color seppia Cartoline dal nostro passato



Moja di San Giacomo

Non ostante che questa gita seguisse la prima ad una sola settimana di distanza, il numero degli iscritti raggiunse quasi il centinaio e di essi, quindici intervennero al solo pranzo.

Alla partenza, dalla stazione di Torino, i gitanti guardavano con compiacenza il cielo limpido ed azzurro, che prometteva una magnifica giornata, ed in lontananza, le montagne già illuminate dal sole nascente, bianche per la neve di recente caduta.

Ma gli escursionisti non portano tale nome per nulla, e quella neve lontana invece che intimorire, esercitava una strana attrazione su tutti.

La giornata però non doveva esser così bella come la mattinata aveva promesso. Quando si giunse a Lanzo il cielo era un po' offuscato ma non riuscì ad intimorire alcuno, sicché parecchi della comitiva nel passare davanti al a "Torino", che al ritorno doveva rifocillarci, pensarono bene di fare un piccolo spuntino, poi avanti.

L'egregio signor Filippi alla testa per frenare i più ardenti, ed il signor Negro alla retroguardia perchè qualche pecorella non si smarrisse, ci

guidarono per intricati nonché sassosi sentieri. La più schietta allegria regnava nella comitiva allietata dalla presenza di una trentina di signore e signorine.

La via era fiancheggiata da prati ricoperti di viole, di primavera, di freddoline, tutte cose che in altri momenti ci avrebbero fatti fermare per raccoglierne qualche mazzolino; ma la neve in alto ci attirava più che i fiori.

Si giunse ad una prima borgata e ad una seconda di Monastero, ma senza arrestarci si proseguì finché si vide ad uno svolta quasi improvviso una chiesa, tra Chiaves che appariva fra la neve, e tosto qualche macchina fotografica entrò in gioco per fissare indelebilmente lo splendido spettacolo.

Erano le 10.30 e qualcuno che cominciava a sentire appetito reclamò una fermata per un piccolo spuntino e attaccando discorso con gli abitanti del luogo si venne a sapere che nella notte era caduta molta neve, il che rendeva un po' più difficile la strada fino a Moja di S Giacomo.

I meno accesi preferirono allora fermarsi, sicché la comitiva si divise in due, 33 uomini e 3 signore decisero coraggiosamente di proseguire, mentre gli altri si fermarono a Chiaves.

Così dunque 36 persone calpestando la neve, che in certi punti aveva l'altezza di oltre un



metro, raggiunsero la cima verso le 13 e si accamparono presso le Grangie di S. Giacomo dove furono aperti i sacchi e dato fondo alle provviste, poi, approfittando di qualche fascina rinvenuta, si accese un po' di fuoco.

Ma il tempo stringeva e poiché nessuno voleva rinunciare al pranzo che si stava preparando in basso, bisognò risolversi per il ritorno.

Seguendo sulla neve le tracce lasciate nella salita si ritornò dapprima a Chiaves e seguendo quindi in parte i *turniquets* della carrozzabile di S. Ignazio, in poco più di un'ora si giunse all'albergo "Torino" dove fu servito un buonissimo pranzo.

E inutile dire che tutti mangiarono con grande appetito poiché dopo la strada percorsa non poteva essere altrimenti, ma a dispetto della marcia, le conversazioni, i commenti alla gita, i frizzi e le facezie erano non meno animati dell'appetito.

E quando furono giunte le 20 bisognò sgranchire le gambe e dirigersi alla stazione, dove gli escursionisti si precipitarono a gruppi allegri più che mai e vivaci anche in ferrovia dove il chiasso continuò, anzi direi, si fece più

intenso, finché andò scemando man mano che Torino si avvicinava.

Forse il pensiero di poter riposare le stanche membra serviva da calmante, fatto sta che qui giunti, dopo entusiastici saluti, tutti cercarono di uscire e scappar via più in fretta ch'era possibile.

In complesso la gita non poteva riuscire più divertente e variata.

Si cominciò col sole e colle viole per finire nella neve, ma certamente il buon umore e l'allegria lasciarono nell'animo di ognuno il desiderio di poter nuovamente trovarsi per trascorrere un'altra giornata in così piacevole maniera ed in così buona compagnia.

Mario Vallini

Tratto da L'Escursionista n.3
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE
ESCURSIONISTI DI TORINO
del 9 aprile 1909



Ricordando
Le persone a cui abbiamo voluto bene



Ciao Luigi, Buon Viaggio!

SIAMO VENUTI
OGGI 23 OTTOBRE 2020
QUI A MANGO
PER DARTI L'ULTIMO SALUTO
ED AUGURARTI BUON VIAGGIO.

TE NE SEI ANDATO IN SILENZIO
IN PUNTA DI PIEDI
E FORSE IN QUESTO MOMENTO
STAI GIA' CAMMINANDO PER LE TUE
MONTAGNE
DOVE "TRA BOSCHI E VALLI D'OR,
TRA L'ASPRE RUPI ECHEGGIA UN
CANTICO D'AMOR".

QUELLE DI DOMINEDDIO,
NOI LO SPERIAMO, LO CREDIAMO
COSI'



*Caro Luigi, la UET con te ha perso un Amico!
E i tuoi amici te lo promettono: ogni qual volta
essi saliranno un monte, di lassù
pronunceranno, grideranno il tuo nome.
Così continuerai a vivere anche quaggiù, in
mezzo a noi.*

i tuoi UETini

etabeta

L'ultimo saluto ad un Amico

Questo è veramente un brutto momento sia per l'aumento delle infezioni da Covid-19 che ci impediscono di svolgere i nostri programmi sociali che per le notizie tristi che arrivano da voi Soci.

Il 21 Ottobre è mancato Luigi Sitia, che certamente molti ricordano specialmente chi è iscritto alla UET da più tempo.

E' una grossa perdita per il nostro gruppo; Luigi è stato Presidente UET dal 1982 al 1984 quando si è trasferito da Torino a Mango.

Per la distanza che lo separava da Torino non poteva frequentare le attività come avrebbe desiderato ma inizialmente compariva ancora spesso a dispetto delle distanze.

L'UET organizzò un'escursione sui sentieri del Partigiano Johnny, per dare a tanti la possibilità di incontrarlo.

Era comunque sempre vicino perché si informava sulle attività della UET e dei soci di sua conoscenza.

Andargli a fare visita era il regalo più gradito che si poteva farle e dopo un primo momento di chiacchierata, da buon montanaro, si doveva fare la merenda con il salame e il vino locali.

La vita per Luigi è stata abbastanza dura sia dal lato famiglia che dal lato lavorativo e ancora prima, durante la guerra ma sempre affrontata con i più superbi principi e grande sensibilità verso le persone.

Ha scritto alcuni libri su alcuni momenti della sua vita e sulla frequentazione della montagna.

Ha fatto parte del Gruppo Scrittori di Montagna.

Gradiva molto leggere la rivista L'Escursionista, alla quale per un certo periodo ha collaborato con dei suoi scritti poi, con il passare del tempo, si sentiva stanco e gli sembrava di dover lasciare, come si fa su un sentiero, il passo a nuovi e giovani scriventi, ma la sua penna non è mai andata in riposo.

Luigi ha continuato a trasmettere attraverso la sua penna bei e alti pensieri.

Con il trasferimento a Genova vicino alla figlia, per i problemi di salute della moglie Teresina,

era più difficile andare a fargli visita, allora telefonava per avere notizie della sua UET.

E' stato un esempio di correttezza e di buon senso, una persona intelligente, un signore in qualsiasi situazione.

Un esempio da imitare, come ha detto la figlia Donatella al cimitero, "noi figli cerchiamo di imitarlo e spero anche i nipoti".

Dobbiamo dire che Luigi è stato un vero conoscitore della montagna, dell'ambiente montano, dei pericoli e dei piaceri che si incontrano percorrendo un sentiero in montagna che affrontava con pacatezza e precisione, qualità che ha trasmessi a noi Uetini.

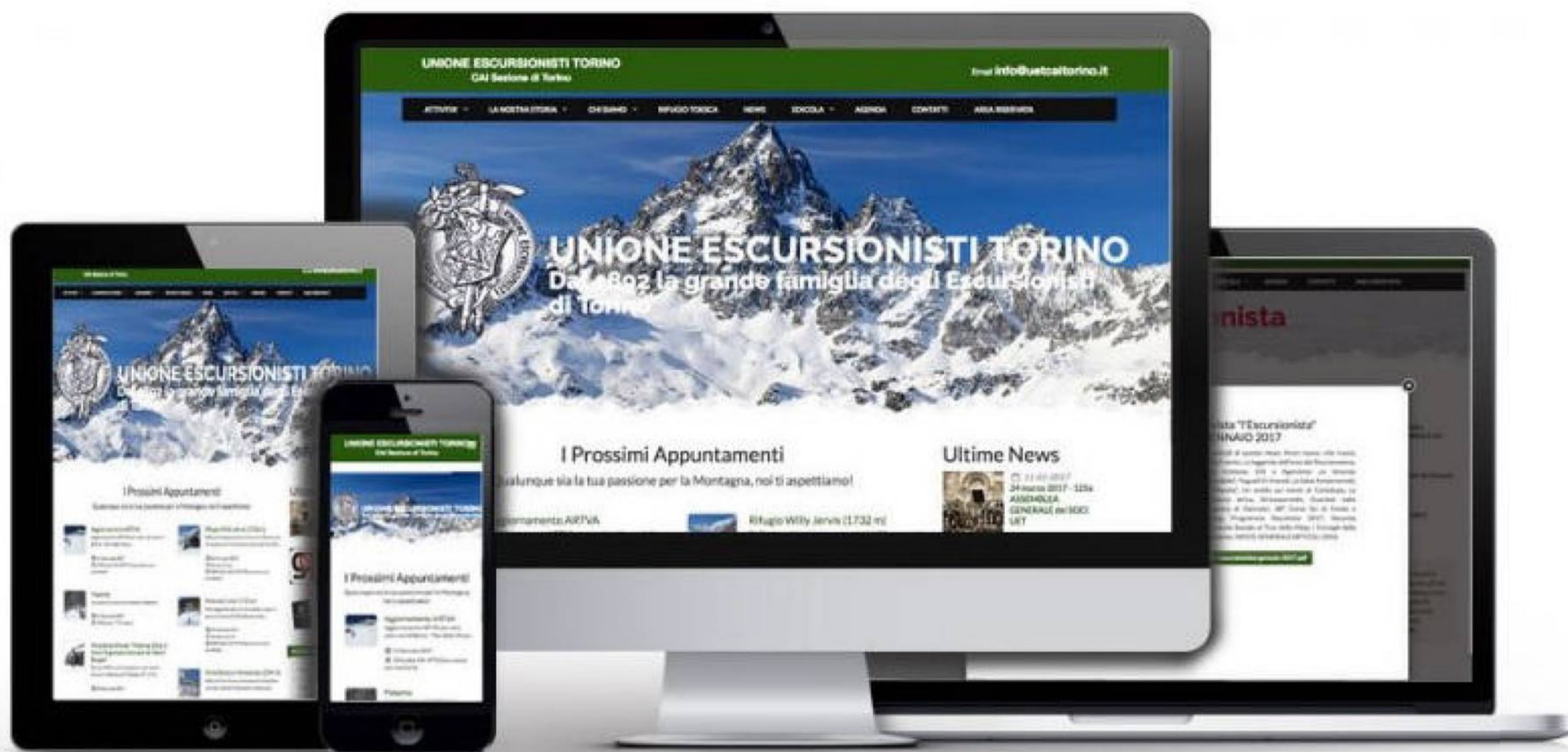
Ora caro Luigi, ti salutiamo con molto affetto, ti ringraziamo per essere stato con noi e ti auguriamo tante belle camminate per le tue nuove montagne.

Ciao Luigi da tutta la UET

Domenica Biolatto

Presidente UET





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

Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!

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

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

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

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

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

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

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

*Scrivici alla casella email
info@uetcaitorino.it*

seguici su



l'Escursionista
la rivista della Unione Escursionisti Torino

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

Novembre 2020

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