



# I'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Dicembre 2021

€ 0,00

## L'Antica Strada della Val Chisone

Tra storia, ambiente e cultura

### Prodigio a piè dell'Alpi

Romanzo di un miracolo al Santuario di Trana (parte XI)

### Manolo

Non andavo in montagna per morire, anzi!

### La casa rossa

In mostra al MuseoMontagna

### 5 Agosto 1900, Tormenta in montagna

Ricordi "color seppia" del nostro passato

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



SOTTO SEZIONI E GRUPPI



segui su



Anno 9 - Numero 95/2021

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





### *In bici o a piedi, per sentieri?*

Sulla rivista Montagne 360°, l'editoriale del Presidente Generale Vincenzo Torti, riporta le contrarietà suscitate da un suo precedente articolo a proposito del Cicloescursionismo, branca delle attività CAI che occupa un posto importante, per il numero dei praticanti, nel quadro della realtà montana del sodalizio.

Certamente non tutti i biker sono soci CAI e quindi non fanno o non seguono le regole CAI nel percorrere un sentiero montano.

Andando per sentieri sarà capitato anche ad altri escursionisti di incontrare ciclo escursionisti non così corretti ed educati che dopo essere arrivati improvvisamente e a velocità sostenuta, si lamentano per essere stati costretti a frenare: ma non si può usare un campanello come un tempo tutte le bici erano provviste oppure chiedere la strada a voce alta prima di esserci vicino?

Ma spesso questi sono gli stessi che in pianura viaggiano appaiati con il rischio di essere urtati dalle auto, non rispettano i semafori e viaggiano sui marciapiedi rischiando di investire i pedoni.

Naturalmente tutti devono poter usufruire dei sentieri, per il momento i sentieri specifici per ogni branca di attività CAI sono ancora pochi, ed occorre solo un po' di pazienza ed educazione da parte di tutti.

In questi ultimi tempi, forse a causa Covid19, molti cittadini si sono improvvisati montanari senza sapere come affrontare un sentiero in montagna ed in alcune zone si è trovate una moltitudine di persone che ha creato disturbo agli abitanti e animali domestici e selvatici.

Io penso che la bici, se non usata correttamente, può rovinare il selciato del sentiero perché smuove pietre specialmente frenando, inoltre non capisco l'uso della bici elettrica o a pedalata assistita in montagna perché chi non ha la preparazione fisica per pedalare su sentiero è meglio che non si avventuri su questi percorsi al fine di evitare problemi a se stesso o ad altri fruitori di quel sentiero.

Capisco invece l'uso di questo mezzo in pianura o in città per persone con problemi di salute, ma sempre il ciclismo deve essere praticato al naturale.

I sentieri sono talmente tanti, vi è spazio per tutti, basta scegliere il percorso giusto, magari non troppo conosciuto, ed essere



Sezione di Torino



rispettosi della natura e del prossimo.

Con questo mio scritto non voglio dare risposte a nessuno, ho preso lo spunto dall'editoriale di Montagne 360, per esprimere un mio parere a proposito del ciclo escursionismo.

Colgo l'occasione per porgere tanti Auguri di Buone Feste di fine Anno e per un 2022 sereno, a tutti i Soci UET e CAI e relative famiglie.

Buon Natale e Buon Anno Nuovo a tutti.

**Domenica Biolatto**

*Presidente UET*



Sezione di Torino





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

## Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 9 – Numero 95/2021  
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, Beppe Previti, Emilio Cardellino, Luigi Sitia, Aldo Fogale, Luigi Leardi, Maria Teresa Bragatto, Pier Mario Migliore, Vittorio Mortara, Gianluigi Pasqualetto

Collaboratori esterni : Beppe Sabadini, Chiara Peyrani, Nicoletta Sveva Pipitone, Maria Teresa Andruetto Pasquero, Giulia Gino, Sergio Vigna, Marco Giaccone, Giovanni Cordola, Gianluca Menichetti, Cristina Natta Soleri, Veronica Lisino, Fabrizio Rovella, Michela Fassina, Antonio Bertero, Annamaria Gremmo, Gruppo Compagni di cordata

Email : [info@uetcaitorino.it](mailto:info@uetcaitorino.it)

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

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

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

## Sommario Dicembre 2021

Editoriale – Riflessioni della Presidente	
<b>In bici o a piedi, per sentieri?</b>	<b>02</b>
Sul cappello un bel fior - La rubrica dell'Escursionismo Estivo	
<b>L'antica strada della Val Chisone</b>	<b>05</b>
<b>Storia della Val Chisone</b>	<b>08</b>
Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare	
<b>Prodigio a Piè dell'Alpi (parte XI)</b>	<b>14</b>
<b>Quell'epilogo mai scritto</b>	<b>18</b>
Il cantastorie Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi	
<b>Il terzo e ultimo racconto del Lupo e della Volpe</b>	<b>22</b>
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis	
<b>Jingle Bells</b>	<b>28</b>
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare	
<b>Il grande "Pranzo delle Feste"</b>	<b>33</b>
C'era una volta - Ricordi del nostro passato	
<b>Meglio ieri o meglio oggi?</b>	<b>37</b>
la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna	
<b>La casa rossa</b>	<b>39</b>
Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli	
<b>Un anello per la cappella della Cotelivier da Amazas</b>	<b>43</b>
Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino	
<b>Manolo – Non andavo in montagna per morire, anzi...</b>	<b>47</b>
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute	
<b>Cure naturali efficaci contro la stitichezza</b>	<b>52</b>
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici	
<b>Strizzacervello</b>	<b>61</b>
Prossimi passi - Calendario delle attività UET	
<b>Dicembre nevoso, anno fruttuoso</b>	<b>63</b>
Reportage – Ai confini del mondo	
<b>Mongolia, contrasti</b>	<b>65</b>
Color seppia - Cartoline dal nostro passato	
<b>5 Agosto 1900, Tormenta in montagna</b>	<b>68</b>



Per comunicare con la redazione della rivista  
scrivici una email alla casella:  
**[info@uetcaitorino.com](mailto:info@uetcaitorino.com)**

## L'antica strada della Val Chisone

Colori accesi, aria frizzantina, sole intenso, voglia di stare insieme, camminata autunnale tra i 700 e 800 metri poco più: sono le note sulle quali ci siamo mossi domenica 7 novembre lungo l'antica strada reale della Val Chisone.

Chissà come doveva essere la vita in valle durante i secoli passati...

Già, le amiche Valeria ed Elena delle Biblioteche civiche di Torino, con le quali l'Unione collabora ormai da diversi anni, ci hanno regalato un piacevole opuscolo redatto per l'appunto.

Tant'è che la piacevole lettura fatta la sera precedente, mi ha permesso di intercalare la camminata con il richiamo di fatti storici, curiosità, toponimi della valle, caratteristiche morfologiche, dedotte dallo scrittore pinerolese Gian Vittorio Avondo, al quale l'opuscolo si rifa.

Così il piacevole itinerario ci ha permesso di attraversare boschi di castagni, robinie, ciliegi e faggi e si sono alternate zone boschive a zone più aperte e panoramiche sulle morbide anse del Chisone.



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

Forte però è stato il richiamo della nostra attenzione a un letto di fiume che in certe circostanze può diventare pericoloso in quanto alluvionale, tenuto conto della morfologia rocciosa delle montagne sovrastanti, un territorio dunque fragile che oggi ci ha deliziato, ma che in determinate condizioni climatiche può trasformarsi e diventare franoso e pericoloso.

Lungo questo sentiero balcone dalla Chiesa sommitale di Castel del Bosco di Roure abbiamo attraversato le assolate borgate di Combal, Serre, Lageard, Jartoussiere poste sul lato orografico sinistro e poi i freddi villaggi di Gataudia, Passoir, Selvaggio sul lato orografico destro, sul lato inverso della montagna.

Abbiamo scoperto una Val Chisone diversa rispetto a come la si conosce solitamente per





gli sport invernali, abbiamo conosciuto un itinerario che esisteva già nell'epoca romana: fu seguita da Cesare per accedere dalla Gallia Citeriore alla Gallia Ulteriore, e alla fine del '600 il re Luigi XIV, il Re Sole, la allargò modificandola per agevolare il transito delle truppe e dei rifornimenti.

Da questo regio intervento deriverà il nome di "Strada reale", utilizzata sino alla realizzazione della Via Napoleonica, cosiddetta Strada Nazionale n. 110, che ancor oggi attraversa la Val Chisone, la Val di Susa e collega Pinerolo a Briançon.

Un particolare storico interessante e ben recuperato è il Bec Dauphin, "Petra Picata", punto panoramico speciale dell'antica strada, rudere di un muraglione che domina dall'alto

della parete rocciosa la statale. Il Bec rappresenta i resti del Forte di San Giovanni Evangelista, eretto nel 1597 dai Duchi di Savoia, opera difensiva nell'ambito della guerra franco-savoiarda.

La guerra ebbe termine nel 1601 e il Trattato di Lione che definiva le regole per la pace impose la distruzione della struttura. Tra il 1200 e 1300 i possedimenti del Delfinato si ampliarono fino alle soglie di Perosa, sino al Bec Dauphin, limite di confine tra il Delfinato e la Savoia.

Assolutamente interessanti i pannelli esplicativi, che sottolineano come, con il ritorno della Valle al Duca di Savoia e poi con il trattato di Utrecht del 1713, la strada reale venne migliorata e divenne strada reale di



Savoia o di Piemonte.

Terra di conquista, luogo di passaggio e di insediamento, la Valle fu sino al '700 divisa in due settori appartenenti a due diverse nazioni. Ancora oggi se si vive profondamente la valle si può sentire nell'aria un modo diverso di vedere e vivere le cose: l'alta valle, la Val Pragelato secondo la storia, francofona e la bassa valle Chisone, secondo la storia val Dubiasca, poi Val Pinerasca, poi Val Perosa, savoiaro-piemontese e valdese, per i suoi templi ancora presenti e per le tradizioni radicate nel territorio.

Tra il 16 e 17 febbraio di ogni anno in tutti i villaggi della bassa valle, ove risiedono valdesi, si accendono grossi e luminosi falò, si canta e si veglia per ricordare le numerose persecuzioni che subirono nei secoli e dal 1848 per la piena libertà di culto ottenuta dai protestanti piemontesi.

La giornata di ieri, credo così ben riuscita, a dire dai partecipanti, per me non è stato solo il rimembrare storico di una Valle, ma la piena condivisione di un'esperienza di accompagnamento che è stata motivo di ritrovo di accompagnatori "amici", che nella Unione si sono, credo, sempre specchiati e riconosciuti.

L'uscita di ieri ha rappresentato per me una

modalità di ritrovarci dopo un periodo di pandemia lungo, difficile, di isolamento. Prova di questo stare insieme, nonostante le regole rispettate rigorosamente in tutte le declinazioni della conduzione, a cominciare dal rispettare le distanze tra individui, l'utilizzo della mascherina ecc., è stata una reale solidarietà, una voglia interiore di ciascun accompagnatore e di ogni partecipante di scambiare sentimenti, osservazioni, idee per il futuro.

E' stato per me uno spunto di riflessione, di esperienza di vita, dimostrazione che se si vuole diventare resilienti si può. Farò tesoro di questa esperienza per la mia vita quotidiana.

La riuscita di questa giornata è avvenuta grazie alla squadra degli accompagnatori UET, che hanno collaborato insieme e che hanno reso questa gita un "bel ricordo".

**Laura Spagnolini**

*"...e dall'alto sempre giunge un nuovo richiamo."  
Irene Affentranger – Il tempo delle Pleiadi - 2002*

tratto da Gian Vittorio Avondo,

## Storia della val Chisone

Lunga ed incassata, scavata dai ghiacciai che discendevano fino alle porte di Pinerolo, la val Chisone fu già dalle età preistoriche luogo di passaggio e di insediamento. Gli scavi archeologici hanno riportato alla luce reperti che indicano l'esistenza, sulle montagne di Villaretto e di Usseaux, di ripari sotto roccia.

Nella stessa zona, ma anche attorno a Pramollo, S. Germano e Pra Catinat, sono tutt'ora osservabili innumerevoli monoliti che recano incisi simboli che rappresentavano, per i primi abitatori del bacino, are sacrificali o mappe primordiali.

Le prime notizie certe sulla val Chisone risalgono all'età romana. Fenestrelle era infatti l'ultimo limite di frontiera dei re segusini Donno, Cozio I e Cozio II i quali, in buoni rapporti con Cesare ed



*Lago Laus o della Muta 2270 m., Rifugio Sellaries, Roure Chisone  
(Foto Francofranco56 - da wikipedia)*

Ottaviano Augusto, erano riusciti a conservare il protettorato sul loro grande regno alpino che andava dalle valli del Monviso all'odierna Maurienne; Finis Terre Cottii era l'antica denominazione del villaggio, che è giunta a noi poco mutata.

L'età romana non è testimoniata nel bacino da altri reperti se non quelli toponomastici e da brevi spezzoni del tratturo che un tempo forse rappresentava la via imperiale di

avvicinamento alla Gallia. Come l'età imperiale, anche le successive invasioni longobarde, franche e saracene non lasciarono traccia documentale se non nella derivazione di toponimi quali Beth, Rif, Morel, Rocca Sarasina e così via.

Il primo atto ufficiale in cui si citano espressamente i vari villaggi della val Chisone risale al medioevo ed è l'atto di fondazione dell'abbazia di S. Maria di Pinerolo, 8 settembre 1064, in cui la contessa Adelaide di Susa dotava i monaci benedettini di una



*Punta Rognosa di Sestriere  
(Foto Francofranco56 - da wikipedia)*

serie di proprietà quali la metà dei villaggi di Porte, Malanaggio, Pramollo, Villaretto, Fenestrelle, Usseaux, Pragelato, il feudo di Lagnasco, presso Saluzzo e l'isola della Gallinara, sita al largo di Albenga (SV). Adelaide cedeva ai frati pinerolesi anche parte del possesso di Perosa e Pinasca, due grossi centri di fondovalle acquistati dal cenobio benedettino di S. Maria di Cavour.

Verso la fine dell'XI secolo Ghigo III, conte d'Albon, capostipite di una famiglia che risiedeva a Vienne, nel Delfinato, cominciò ad espandere i propri domini impossessandosi di parte della val Susa, fino a Chiomonte, e della val Chisone, stabilendo il confine con il Ducato dei Savoia nei pressi di Castel del Bosco di Roure. Il 25 novembre 1239, in seguito ad accordo tra Uberto Aurucio, maresciallo del Delfino, Amedeo e l'abate Alboino di S. Maria di Pinerolo, i possedimenti viennesi si ingrandirono ancora giungendo fino alle soglie di Perosa, in corrispondenza di





*L'Orsiera vista dal Pelvo*

*(Foto F. Ceragioli - da wikipedia)*

quella rocca oggi nota come Bec Dauphin, proprio perché limite estremo del Delfinato. Il tratto di val Chisone compreso tra Pinerolo e Perosa divenne dapprima la val Dubiasca, quindi val Pinerasca e infine val Perosa, mentre il settore che si estendeva tra Perosa e il colle di Sestriere assunse la denominazione di val Pragelato. Questo perdurò fino al 1713 quando, in seguito al Trattato di Utrecht, l'intero corso del Chisone venne definitivamente assegnato ai Savoia.

Gli anni che videro gli Albon impegnati nell'ampliamento dei limiti del loro feudo furono anche caratterizzati dall'insediarsi, nei piccoli centri di bassa e media valle, di numerose famiglie feudali che godevano di benefici ottenuti dai Savoia: i San Martino, i Gamba, gli Aurucio, i Portis. In conseguenza di un accordo del 1295 tra Tommaso V e Filippo di Savoia, quest'ultimo assunse il possesso delle valli Perosa e



## *Vallone del Grandubione* *(Foto Francofranco56 - da wikipedia)*

Germanasca o S. Martino, dando origine alla potente famiglia pinerolese dei Savoia-Acaja, che detenne fino al 1418 - quando il ramo si estinse - il principato del Piemonte. Sempre nel XIII secolo si verificò, lungo il corso del Chisone, un altro fatto di notevole portata: provenienti da oltralpe, infatti, numerosi seguaci di Valdo, mercante lionese che si era dato alla predicazione in posizione di rottura rispetto alla Chiesa di Roma, popolarono i centri del bacino.

Ansiosi di accrescere il numero dei loro sudditi per poter riscuotere una maggior quantità di decime e balzelli, gli Acaja e gli Albon in un primo momento accolsero di buon grado queste popolazioni ma, già nel '300, in seguito alle pressioni esercitate dalla Chiesa iniziarono a reprimere l'eresia e a perseguire i valdesi. Tra il '300 ed il '600, infatti, sui monti che circondano Pinerolo, ma soprattutto nelle valli del Pellice e del Chisone, si scatenò una vera e propria caccia all'eresia, condotta a fasi alterne dai Savoia, dagli Acaja, dagli Albon e, più tardi, dalla corona di Francia.

Quest'ultima, infatti, nella persona di Filippo II di Valois rilevò, nel 1349, l'intero feudo che era appartenuto agli Albon. Protagonista di questa transazione fu il delfino Umberto II che, rimasto senza eredi, aveva deciso di ritirarsi a vita privata.

Nel 1488, dunque, furono proprio i sovrani transalpini a scatenare, su richiesta della Chiesa romana, una feroce crociata contro i non cattolici. L'incarico fu affidato ad Ugo de la Palud il quale seminò il terrore in ogni villaggio dell'alto bacino.

Nonostante ciò i valdesi surclassavano per numero i cattolici e addirittura in certe parrocchie questi ultimi erano totalmente scomparsi. Nel 1418, intanto, dopo la morte di Ludovico d'Acaja, la val Perosa passò nelle mani di Amedeo VIII, che poté così unire il Piemonte alla Savoia. Nel XVI secolo le popolazioni di fede valdese aderirono alla Riforma protestante durante il Sinodo di Chanforan (Val Pellice), nel 1532. Le genti protestanti residenti lungo il corso del

Chisone, tuttavia, non appartenevano tutte a questa confessione; i valdesi, infatti, risiedevano solamente nel tratto compreso tra Pinerolo e Perosa, controllato dai Savoia.

In val Pragelato, dove il potere era esercitato dalla Francia, vi era stata una massiccia adesione alla confessione calvinista. Il 1630 è passato alle cronache come l'anno della grande pestilenza di manzoniana memoria. Alcuni villaggi, Pramollo e S. Germano, furono totalmente spopolati dalla malattia.

Nel marzo dello stesso anno, le truppe transalpine capeggiate da Richelieu aggredirono Pinerolo e, dopo un breve assedio durato 11 giorni, fecero cadere la città. Il conflitto traeva origine dal fatto che, tre anni prima, Carlo Emanuele I di Savoia aveva aiutato gli spagnoli nel tentativo di espugnare Mantova e Casale Monferrato cadute nelle mani dei Francesi. Richelieu valicò il Monginevro deciso a punire il duca sabauda per la sua incauta scelta degli alleati.

Oltre Pinerolo, città strategicamente assai importante perché posta a ridosso della frontiera con la Francia, il cardinale si impossessò di tutti i villaggi posti sulla riva sinistra del Chisone, lasciando ai Savoia ciò che era collocato sulla sponda destra del torrente e la val Germanasca. La situazione perdurò fino al 1696, quando Vittorio Amedeo II di Savoia stipulò con Luigi XIV, il Re Sole, un accordo che gli consentì di recuperare i territori perduti 66 anni prima. Nel frattempo, nel 1686 Luigi XIV aveva revocato l'Editto di Nantes, emanato nel 1589 da Enrico IV di Francia allo scopo di concedere la libertà di culto agli ugonotti.

Da questo momento, su tutto il territorio francese, e quindi anche in val Pragelato, i protestanti tornarono ad essere oggetto di persecuzione e le loro uniche possibilità di scampo furono l'abiura o la fuga verso quei paesi (Germania o Svizzera) governati da principi di fede non cattolica. Nel 1689, tuttavia, con Vittorio Amedeo II e Luigi XIV impegnati nella guerra della lega d'Augusta maturarono le condizioni perché molti valdesi potessero tornare a casa e infatti, nell'agosto di quell'anno, una nutrita schiera di protestanti, partendo dalle rive del lago Lemano, attraverso i colli della Savoia e delle valli Susa, Chisone, Germanasca e Pellice

fecero ritorno alle proprie case dando vita ad un episodio che sarà consegnato alla storia sotto il nome di Glorieuse rentrée.

Tra i religionari fuggiti, però, soltanto i valdesi della bassa val Perosa e delle valli Pellice e Germanasca, ovvero i residenti negli stati sabaudi, fecero ritorno a casa; gli abitanti della val Pragelato, ugonotti e sudditi del re di Francia, soggetti quindi a repressioni più feroci, emigrarono definitivamente. Il secolo XVIII si aprì nuovamente all'insegna della guerra e nella sua prima metà la val Chisone fu drammaticamente interessata dai due importanti conflitti di successione ai troni di Spagna e d'Austria.

Durante il primo (1701-1713) è da registrarsi l'assalto che nel 1708 le truppe di Vittorio Amedeo II diedero al forte francese del Mutin, costruito nei pressi di Fenestrelle. In quell'occasione i piemontesi, arroccati sul costone ove oggi sorge il Forte S. Carlo, riuscirono ad espugnare la piazza con pochissimo dispendio di uomini ed armamenti. Nel 1713, con la firma del trattato di Utrecht la val Pragelato venne riunita alla val Perosa, passando totalmente in mano ai Savoia, che in cambio cedettero alla Francia il Vicariato di Barcelonnette e l'intero corso dell'Ubaye. Durante la guerra di



*Pelvo. Versante sud (Foto F. Ceragioli - da wikipedia)*

successione austriaca (1742-1748) nell'alto pragelatese si combattè la famosa battaglia dell'Assietta (19 luglio 1747), dopo la quale i transalpini, che avevano vantato pretese di rioccupazione della val Pragelato, furono costretti ad abbandonare tutti i loro propositi.

La pace di Aquisgrana del 1748, che poneva termine al conflitto, vide accrescersi il prestigio del regno dei Savoia nell'intera Europa e, soprattutto, allontanò le ambizioni di riconquista dei territori avuti che i francesi avevano ripetutamente manifestato negli anni precedenti lo scontro.

Tra la fine del '700 e l'inizio dell' '800, durante l'epopea napoleonica, l'intero Piemonte passò in mano francese. Nel 1798 a Torino si insediò un governo repubblicano che sarebbe durato in carica soltanto fino al maggio del 1799, per cadere poi sotto i colpi delle schiere austro-russe che occuparono il Piemonte fino al 16 giugno del 1800. In quella data, con la fulminea vittoria riportata a Marengo, Napoleone decise di annettere definitivamente il regno sabauda alla Francia, emanando un decreto, fortunatamente rimasto parzialmente inapplicato, per il quale si sarebbero dovute abbattere le fortificazioni di Torino, Ivrea, Cuneo, Bard, Fenestrelle e Ceva.

Nello stesso periodo il generale Bonaparte, che nel frattempo si era autoincoronato imperatore, provvide a far costruire la Strada Nazionale n. 110 che, passando lungo la val Chisone e l'alta val Susa, collegava Pinerolo a Briançon.

Essa fu tracciata tra il 1812 ed il 1813 sul tracciato dell'antica Strada Reale, già in parte ricalcante la Strada romana seguita da Cesare per accedere alla Gallia Ulteriore. Caduto Napoleone, la Restaurazione operata a Vienna nel 1815 restituì definitivamente il Piemonte ai Savoia e quindi, dopo la conclusione della campagna risorgimentale, al neonato Regno d'Italia.

Nel 1848, frattanto, il sovrano Carlo Alberto aveva concesso, con l'atto di emancipazione firmato il 17 febbraio di quell'anno, piena libertà di culto ai protestanti piemontesi e proprio per questo motivo ancora oggi, nella notte tra il 16 ed il 17 febbraio in tutti i villaggi della bassa valle, ove ancora risiedono valdesi, si accendono grossi e luminosi falò attorno ai quali si canta e si veglia.

## Il Bec Dauphin

Sul Bec Dauphin sorgeva un'antica fortificazione: Perosa fu infatti per lunghi

periodi terra di confine e questo sperone roccioso venne sfruttato varie volte come punto di controllo della valle sottostante. Si hanno notizie della costruzione di una bastia a opera di Oberto e Pietro Auruc già nel 1240, ma la storia di Perosa Argentina fu particolarmente travagliata tra il sedicesimo e il diciottesimo secolo, quando fu una frontiera contesa tra Delfinato e Savoia.

Il duca si impadronì nel 1593 della fortezza di Exilles che controllava l'accesso alla valle di Oulx ma già nel 1595, dopo un'infelice campagna invernale, la struttura tornò in mani francesi. Il duca si avvalese in quegli anni dell'opera di due



*Bec Dauphin*

ingegneri militari di valore: l'umbro Ascanio Vitozzi, che aveva combattuto a Levanto, e il piemontese Ettore Negro di Sanfront, passato al suo servizio. Il primo sistemò il forte di San Giovanni Evangelista a Perosa, che aveva la funzione di difesa della vicina Pinerolo da attacchi provenienti dalla valle del Chisone, il secondo studiò alcuni progetti per il Demonte e Susa.

Il primo edificio ebbe però vita molto breve, e fu distrutto nel 1601 dopo il trattato di Lione che poneva fine alla guerra. Nel 1630 Perosa fu assediata per la seconda volta dal cardinale Richelieu, deciso a impadronirsi del Monferrato. In questo periodo fu costruita una ridotta sul risalto a opera delle truppe francesi occupanti. All'inizio del 1700 l'esercito francese realizzò altre fortificazioni in modo da avere il controllo sulle vie di comunicazione della valle. Nel 1713, con il trattato di Utrecht, il confine venne spostato al Monginevro e Perosa tornò in possesso dei Savoia, così che

Bec Dauphin perse la sua funzione di controllo.

Grazie a un progetto di recupero sono stati portati alla luce i resti dell'antica struttura a base quadrangolare. In basso possiamo vedere alcuni vani interrati, di cui uno fungeva da cisterna per l'acqua, mentre il muro che si affaccia sullo strapiombo lascia intendere che la fortificazione doveva essere su tre piani con feritoie. Si possono vedere lo stipite di una porta che portava a un balcone a sbalzo sullo sperone.

*tratto da E. Patria,*

## ***Cenni sui rapporti commerciali tra il Bec Dauphin e il Piemonte sec XIV, XVI***

Le vallate del Bec Dauphin sono politicamente e amministrativamente francesi (pur conservando integre le loro caratteristiche occitane) gravitavano commercialmente, per la loro posizione geografica, verso il Piemonte,.

Le fiere di Susa, di Avigliana, di Rivoli, di Pinerolo, di Saluzzo, erano frequentatissime dai "brianzonesi", come in Piemonte venivano chiamati gli abitanti del Bec Dauphin. Fin dal Medioevo, come viene ricordato in molte relazioni dei castellani dei secoli XVI e XV, il Piemonte era la meta dei montanari che, durante l'inverno, scendevano da quelle alte vallate, per pettinare canapa nei dintorni di Torino, spingendosi alcuni fino all'Alessandrino; così come, più verso il Piemonte che verso la Francia, per la povertà dei paesi delle nostre vallate, si riversava la corrente migratoria per i lavori stagionali: la vendemmia, la fienagione, la raccolta delle castagne.

I rapporti fra le due popolazioni di frontiera erano quindi continue e cordiali, come dimostrano i registri dei battesimi delle parrocchie della parte bassa delle alte vallate per constatare quanti siano stati i padrini, di paesi della parte piemontese delle vallate stesse, che hanno tenuto a battesimo i bimbi "brianzonesi". Anche i cartolari notarili ci parlano di continui rapporti fra le due popolazioni frontaliere: molte compravendite,

costituzioni di dote, contratti matrimoniali di abitanti dell'Alta Valle e notai di Salbertrand, Exilles e Chiomonte dei secoli XVI e XVII redigono atti a Gravere, Susa, Giaglione, dove scendono su richiesta di loro clienti piemontesi.

Tra le merci esportate in Piemonte una delle voci più attive era il sale. Questo indispensabile minerale, che in Piemonte mancava e nel Delfinato era razionato, per antico privilegio dalla "république des escartons", poteva essere acquistato in quantità illimitata in Provenza.

Esso dava quindi luogo a un florido commercio; i mulattieri alto-valsusini lo scambiavano a ottime condizioni sul mercato di Susa con prodotti piemontesi ricercati di là dalla cresta alpina, quali cordami, telerie e manufatti in ferro. Un altro prodotto che i "brianzonesi" vendevano a ottime condizioni in Piemonte, era l'olio di "marmoutie" (prunus brigantium) ricercato dalle ricche famiglie di Torino per l'illuminazione, poiché emanava un gradevole profumo di mandorla.

Che i rapporti commerciali fra il Bec Dauphin e il Piemonte fossero di importanza vitale per il Delfinato di qua dei Monti lo dimostra quanto avvenne nell'ultimo scorcio del secolo XVI. Quando gli escarton di Oulx e di Valcluson dopo la convenzione di Embrun, 11 agosto 1590, tornarono all'obbedienza del loro re, ponendo così fine alla guerra di religione, i rapporti commerciali tra le basse e le alte vallate dovettero interrompersi.

Le popolazioni altovalligiane per le quali tali rapporti erano indispensabili, giacché, specie nei mesi invernali, erano completamente isolate dal resto di Francia, cercarono, con il consenso del comando francese di accordarsi affinché i vitali scambi commerciali potessero continuare con le popolazioni del paese nemico.

Quanto tale necessità fosse reale lo attesta il fatto che il Lesdiguières concesse l'autorizzazione richiesta. L'accordo venne siglato a Torino dal rappresentante dell'escarton notaio Justet di Oulx: Il passaporto verrà mantenuto anche nel periodo nel quale parte dell'alta valle di Susa sarà occupata dalle truppe piemontesi (23 maggio 1593 - 21 gennaio 1595) e verrà

rilasciato, come appare dal conto del Comune di Salbertrand del 1594, dietro pagamento al tesoriere ducale di uno scudo del sole. Inoltre, poiché la castellania di Cesana e specialmente le comunità di Sauze, di Cesana e di Champlas du Col gravitavano commercialmente più su Pinerolo che su Susa, l'escarton inviò Claudio Poncet di Sauze di Cesana, accompagnato dal castellano di Cesana, a Pinerolo, onde addivenire a un accordo che permettesse il proseguimento degli scambi commerciali anche con la bassa val Chisone nonostante lo stato di guerra: che la possibilità di commerciare potesse continuare a sussistere, interessava naturalmente più gli abitanti dell'alta valle che le autorità piemontesi, perciò queste, nelle trattative, facevano resistenza per fare maggiormente pesare la concessione, che, però, alla Corte di Torino interessava fare sia per motivi di propaganda politica sia per scopi militari, essendo così più facile avere informazioni su quanto avveniva in quelle regioni alle quali Carlo Emanuele I aspirava..

Quello del 1591 fu certamente uno strano accordo internazionale, che i due esponenti degli stati sovrani contraenti (il duca di Savoia e il re di Francia, rappresentato dal suo luogotenente in Delfinato) ufficialmente ignorarono. Essi non si opposero all'accordo, non certamente per i benefici che ai sudditi avrebbero potuto derivare, ma perché esso dava a loro la possibilità di gettare uno sguardo in campo nemico.

Il Piemonte poté così fare una sottile propaganda politica dimostrandosi generoso verso una popolazione che abitava una regione alla cui sovranità aspirava per portare i propri confini al crinale alpino; la Francia, da parte sua, ebbe modo di ottenere con più facilità informazioni utili per la condotta della guerra, poco o nulla concedendo in questo campo al duca di Savoia, essendo, secondo l'accordo, i contatti commerciali limitati al periodo invernale, quando i passi alpini erano chiusi perché innevati e le stesse alte vallate praticamente inaccessibili.

L'accordo discusso e concluso a livello dei governatori piemontesi delle piazze di frontiera e degli escartons brianzonesi, era però stato intrapreso per iniziativa di un

comune frontaliero, quale era Exilles.



*Tramvia Pinerolo – Perosa*

**Elena Romanello**

*Città di Torino*

*Direzione Servizi culturali e amministrativi*

*Area Cultura*

*Servizio Biblioteche*

*Ufficio Studi locali*



**Biblioteche Civiche Torinesi**



## Prodigio a Piè dell'Alpi

*Trovati il Santuario di Maria Santissima della Stella sulle fini di Trana, sopra un monte a piè dell'Alpi, in posizione, che può dirsi amena e deliziosa, sulla strada provinciale, che da Pinerolo tende a Susa, e da Torino a Giaveno. Due montagne, una a notte, e l'altra a mezzogiorno lo difendono dai gelidi venti del Nord, e dagli estuanti meridionali. Una piccola e sufficiente elevazione di terreno ben imboschita, lo garantisce a ponente dalle malsane evaporazioni de' mareschi, e de' laghi di Avigliana. Pienamente aperto dalla parte del levante, mentre ne respira il dolce e salutare zeffiro, ne resta la vista dilettevole ed appagata nelle varie vedute in lontananza, e delle pianure co' suoi bei fabbricati, e della collina di Moncalieri, e persino di quelle di Monferrato, il cui complesso presenta all'occhio un orizzonte dilettevolissimo.*

Scritto iniziale del libretto del Santuario di Maria Santissima della Stella datato 1832

### CAPITOLO XV (b)

Appena i compagni di Giacomo si resero conto che il ragazzo non era per terra, tra le assi rotte, ma rannicchiato in alto, nella rientranza di una finestra, rimasero a bocca aperta e con lo sguardo impietrito rivolto all'insù.

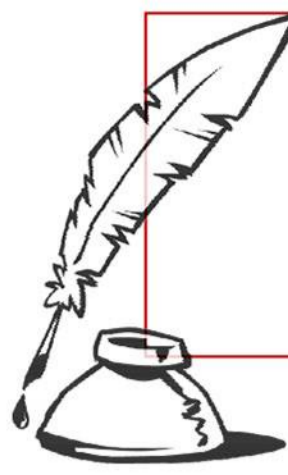
“Bòja fàuss!! - gridò Giovanni il muratore – ma come avrò fatto a finire là?”.

“Balengo!!(scemo!) – gli rispose una voce anonima – non ci è andato certo con le sue forze!! Non capisci che è stato miracolato?”.

“Fàte furb!(fatti furbo!) – rispose stizzito – ai miracoli non ci credo, probabilmente è riuscito ad aggrapparsi al cornicione della finestra; alla sua età anch'io ero agile come una scimmia!”.

“Impossibile! Non vedi quanto spazio c'è tra la finestra e le assi cadute? No caro Giovanni, questa volta è successo qualche cosa di inspiegabile, di straordinario e... miracoloso! Dammi retta! Arrenditi all'evidenza. Lo so che non puoi vedere i preti e le chiese, ma quello che ci è capitato oggi è così fantastico da esserne spaventati!”.

Mastro Gischio aveva parlato con voce ferma ma emozionata, frastornato da tanta evidenza



## Penna e calamaio Racconti per chi sa ascoltare

in un evento così sensazionale. Fu lui a dare ordini affinché qualcuno aiutasse il ragazzo a togliersi da quella scomoda posizione, e qualcun altro correre a chiamare il parroco e il dottore.

Un paio di loro si precipitò nel magazzino del Santuario a prendere la lunga scala da ciliegie, mentre altri continuavano a commentare e a rivolgersi domande.

“Riesci a scendere con le tue gambe oppure veniamo ad aiutarti?” gridò per farsi sentire Giovanni.

Giacomo non rispose, ma con la mano fece segno che sarebbe sceso da solo sui traballanti pioli di legno. Molte volte aveva usato scale come quella.

Tutti volevano sapere dalla sua voce cosa fosse realmente successo.

Per ironia della sorte in quel momento il rettore del Santuario era assente, solamente la vecchia perpetua Caterina era in chiesa intenta alla sostituzione delle candele.

La poveretta, abituata al silenzio del luogo, non sopportava tutta quella gente estranea attorno a lei. Ogni giorno bisticciava per qualche cosa: una volta per lo sporco che portavano dentro le stanze del reverendo; un'altra per le parolacce sentite, ma soprattutto si lamentava per l'eccessivo baccano che quotidianamente gli operai facevano.

Mastro Gischio cercava con pazienza di spiegarle l'impossibilità di eseguire lavori così importanti in silenzio, ma l'anziana donna non voleva sentire ragione. Fu così che, anche quel giorno, uscì scura in volto e con un mozzicone di candela in mano per inveire contro quel tonfo assordante.

“Adesso basta! Non avete nessun rispetto per il luogo dove vi trovate! Appena arriverà il prete gli dirò che così non si può andare avanti!... Anche la nostra scala avete preso! Non vi basta averci soffocato con tutti questi pali?”.

Contrariamente alle altre volte, nessuno dei presenti l'ascoltò e nessuno la mandò silenziosamente a quel paese, come capitava sempre.

L'anziana perpetua, proprio perché vecchia e un po' sorda, continuava a domandare ai presenti cosa fosse successo, anche se questi, un po' per l'emozione, un po' per l'antipatia, non le rispondevano. Fu mastro Antonio, che con la solita pazienza, le spiegò a grandi linee l'accaduto.

“Un miracolo! Non sarà forse il vino che tracannate in continuazione a farvi dire certe bestialità? Figuriamoci se proprio qui avvengono i miracoli!”.

“E se non avvengono in un Santuario dedicato alla Madonna, mi sai dire, vecchia rompiscatole, dove dovrebbero avvenire? Almen ancheuj stopa sta boca!*(almeno oggi chiudi quella bocca!)*”.

Nella confusione e nel brusio non si capì chi avesse parlato, ma dal sorriso dei presenti si intuì l'assenso generale. Per la donna fu come una frustata. Offesa, si avvicinò a Giacomo in silenzio, lo scrutò da capo a piedi, girò su se stessa e ritornò in chiesa tremante e sconvolta.

Il povero ragazzo non aveva ancora detto una parola. Solamente i suoi occhi esprimevano l'incredulità di quanto successo. Sempre in silenzio, continuava a passare lo sguardo dalla finestra alle assi rotte per terra.

“Come hai fatto ad arrivare sulla finestra? Cosa hai pensato sentendoti mancare l'appoggio sotto di te? Ti sei aggrappato a qualche cosa?”.

Tutti i compagni di lavoro ponevano una o più domande, sempre più scossi da quanto accaduto.

“Beh, di quaicòsa, it l'has perdù la lenga?*(allora di qualche cosa, hai perso la lingua?)*”. Chiese ad alta voce Giovanni.

“Mi sai nen!*(io non lo so!)* Ho sentito un colpo secco sotto i piedi e prima di capire che l'asse si era rotta, mi sono sentito sprofondare e per istinto ho invocato la Santa Vergine che mi aiutasse.”

“E peui?*(e poi?)* Bisogna usare le pinze per cavarti le parole?”.

“Smettila Giovanni – lo rimproverò mastro

Gischio – dagli il tempo di calmarsi!”.

“Dòpo i son sentime.....*(dopo mi sono sentito...)*, non so come spiegarlo, era come se un letto di piume mi sollevasse, ma è stato un attimo, perché l'unica cosa che ricordo bene è l'essermi appoggiato al muro della finestra e di avervi visti correre dove assi e calcina erano cadute. Credete sia stata la mia preghiera?”.

Per un lungo attimo tutti i presenti rimasero in silenzio immersi in quella domanda che li sovrastava con la sua non risposta.

Il medico arrivò pochi minuti prima del parroco, sicuro di aver capito male e di trovare Giacomo vivo, ma mal ridotto.

“Sto-sì a l'è san come un pess!*(questo qui è sano come un pesce!)*”, disse ridendo al Gischio dopo averlo visitato, “se è come dite voi, è del curato che ha bisogno, non di me”.

Il prete arrivò di buon passo mentre si asciugava il sudore con un grosso fazzoletto.

“Cos'è questa storia? Mi hanno detto di un miracolato! Blasfemi! Non sapete che è peccato mortale dire certe cose? Cosa ne sapete voi dei miracoli?”.

“Parli lei dottore, altrimenti se lo diciamo noi il curato ci manda tutti all'inferno senza neanche averci ascoltato!”.

Giovanni si era appellato al medico, già inviperito da quelle parole.

“Calma, calma, forse è meglio che sia uno di voi a raccontare l'accaduto”.

All'invito del dottore, mastro Gischio riportò quanto avvenuto, senza aggiungere o togliere nulla, in un inconsueto silenzio. Quando ebbe finito, il parroco era visibilmente scosso e, prima di commentare, volle interrogare il ragazzo.

“Hai bevuto? Non mi stupirei, qui il vino scorre come l'acqua! Raccontami ben bene come è andata!”.

Giacomo, rosso in viso, riuscì a malapena a negare di aver bevuto vino, ma poi lentamente, raccontò ancora una volta quanto successogli.

“E' sicuro che non abbia nulla di rotto?”. Chiese il prete al dottore.

“Vuole che non lo sappia? Lei saprà curare un'anima, ma se mi permette, sul corpo l'esperto sono io! E poi non vede che sta



*Il forno di Pratovigero*



bene?”.

“Non volevo offenderla, ma sono così frastornato che non so cosa pensare! Almeno ci fosse qui anche il rettore!”. Il povero parroco era assuefatto alla guerra, alla miseria, alle disgrazie, ma che fosse caduto dal cielo un miracolo nella sua parrocchia...no, a quello non era preparato!

*Fine parte dodicesima*

## Sergio Vigna



## Quell'epilogo mai scritto

La pioggia battente flagellava il terreno e picchiava nervosa il vetro delle grandi finestre che guardavano i monti.

La casa era immersa nel buio di un umido pomeriggio novembrino, l'unico cono di luce sopra una poltrona illuminava un ragazzo, che guardava una fotografia e viaggiava nei ricordi e nel tempo.

Reinhold pensava infatti a suo fratello Gunther, immortalato con lui in quella istantanea qualche giorno prima della tragedia: il sorriso aperto e rassicurante, i capelli biondi e ribelli che non si accordavano con il carattere, così riservato e maturo pur essendo più giovane di un paio d'anni; schivo con le ragazze ma di una gentilezza infinita; suo fratello: vicino a lui quanto più un fratello possa esserti vicino.

Il ricordo era ancora molto vivo, la tragedia lo aveva devastato e confinato in un limbo, dal quale non era ancora riuscito ad uscire.

Tanti lo avevano criticato, accusato di averlo abbandonato e poi disprezzato per quel suo comportamento durante la spedizione alpina; quando avrebbe dovuto proteggere suo fratello, l'aveva invece esposto ad un pericolo estremo portandolo a rischiare troppo e a perdere, forse, la vita. Lui era sopravvissuto,

ma sopravvivere a volte era diventato impossibile.

In quella foto Gunther appariva sorridente e sereno, era così nella vita: un ragazzo positivo, pronto a confortare chiunque ne avesse bisogno. Erano molto vicini, così tanto che quando Reinhold iniziò a scalare, Gunther lo seguì senza un perché: avrebbero scalato tutte le montagne della terra assieme, perché solo assieme si poteva arrivare in vetta; non sarebbero morti in montagna perché si sarebbero protetti e spronati a vicenda.

“Gunther, dove sei?” si ritrovò a sussurrare guardando il volto sorridente del fratello, ricordò quei giorni e quel terribile giorno: “Ti avevo detto che avresti dovuto rimanere al campo” seguì a sussurrare, non riusciva a darsi pace, non era stato troppo convincente o forse avrebbe dovuto rinunciare anch'egli. Sì, era colpa sua, se avesse rinunciato allora, oggi Gunther sarebbe stato lì con lui.

Ma il richiamo dei ghiacci e di quella montagna era troppo forte, così si era incamminato da solo e dopo un po' si era ritrovato Gunther alle spalle determinato ad arrivare con lui fino in cima.

In cima ci arrivarono, a fatica e tra tormenti che non voleva più ricordare, ma che durante il sonno gli apparivano più vivi che mai.





La discesa era stata molto dura: freddo siderale, tormente, Gunther che perdeva le forze sempre più. Così aveva deciso di controllare la via per assicurarsi che non ci fossero pericoli e tornare poi indietro a prenderlo; andò bene fino al passaggio sfortunato: mentre stava tornando una valanga scese sul fratello che stava attraversando il passaggio per andargli incontro.

Lo vide sparire in un turbine di neve, accompagnato da un boato, quasi un ruggito della montagna.

Tutte le notti lo sognava, riusciva ad afferrarlo, ma poi gli scivolava nel vuoto e si svegliava in un bagno di sudore.

Non sarebbe riuscito a continuare a vivere in quel modo: anche se lo aveva cercato per tre notti e tre giorni senza sosta e senza esito, finendo la ricerca svenuto sfinito a valle, non riusciva a darsi pace e pensava che la colpa di tutto fosse anche sua.

Come sempre, quando la mente lo evocava, si ritrovava a girellare tra le dita il bracciale che li univa: un bracciale etnico acquistato in doppia copia e indossato da entrambi dal giorno in cui decisero di scalare assieme.

Non era vita quella: la stampa lo aveva denigrato, i genitori non ancora perdonato il

fatto di non avere mantenuto la promessa di riportarlo a casa vivo, gli amici erano dubbiosi e infine lui aveva smesso di scalare; senza Gunther nulla era come prima. Sarebbe dovuto morire con lui su quella montagna.

Eppure lo aveva cercato, se fosse morto doveva essere restituito dalla montagna, non si dava per vinto e nella sua testa prese forma un pensiero: magari Gunther era ancora vivo...chissà dove.

Come sempre, quando lo ricordava, fu preso da una stanchezza infinita e, senza neanche rendersene conto, cadde in un profondo sonno quasi catalettico.

Sognò Gunther che gli sorrideva e salutandolo si notava in modo evidente il bracciale etnico, poi lo toglieva e glielo porgeva, in quel mentre si svegliò.

Il grosso orologio da parete segnava le cinque, aveva smesso di piovere, Reinhold si alzò dal letto come un automa e seguì a prepararsi per uscire di casa.

L'aria era fresca e iniziò a passeggiare: imboccò il vialetto che collegava casa sua alla strada principale e si diresse a piedi verso il paese; un po' di movimento lo avrebbe sicuramente aiutato e riportato alla realtà.

Non era ancora giunto in paese che decise di cambiare il percorso e puntare verso il bosco, lì tante volte era stato tranquillizzato e calmato: quell'ambiente era rassicurante, passava messaggi in grado di trovare soluzioni o metterti in pace con il mondo.

I suoi passi erano calmi, la sua mente serena, una leggera nebbia autunnale invadeva il sottobosco e Reinhold si sentiva a proprio agio, la mente sgombera da pensieri e il fisico riposato.

Fu in quel momento che prese forma il pensiero di Gunther, la sua risata, il suo incedere sicuro ma pacato e lo rivide come in un sogno, gli porgeva il braccialetto e gli sorrideva.

Tornò a casa più calmo e pervaso da una bella sensazione che ancora non riusciva a prendere forma e a capire a cosa fosse dovuta.

Sul vialetto, guardando la cassetta postale, notò che era passato il postino; raccolse due buste di comunicazioni bancarie, la rivista di alpinismo ed un piccolo pacchetto.

Entrò in casa e la curiosità fu per il pacchetto, quindi iniziò da quello: al suo interno c'era una lettera e un braccialetto etnico, proprio uguale

al suo; è inutile dire che fu preso da un leggero capogiro e dovette sedersi, mentre i battiti del cuore acceleravano.

Mentre si rigirava il braccialetto tra le mani iniziò a leggere la lettera che cominciava così: Carissimo Ray...nessuno lo chiamava così eccetto suo fratello.

Seduto sulla poltrona rivolta verso i monti seguì a leggere, il cuore batteva forte e il suo cervello ragionava a mille: non era sicuro, ma non aveva mai smesso di sperare. Ora la speranza era stata premiata.

Reinhold finì la lettura, chiuse gli occhi, la bocca increspata in un timido sorriso, una lacrima di gioia scese lungo la guancia: "Signore, ti ringrazio".

**Michela Fassina**



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



*Aperto tutti i giorni fino al 10 ottobre,  
ma poi aperti nei fine settimana:  
16e17/10, 23e24/10, 29e30/10 e 1/11,  
6e7/11, 13e14/11, 20e21/11, 27e28/11,  
dal 4 al 12/12, dal 18/12 al 9/1*

*Le avventure del Lupo e della Volpe sono una trilogia che sono arrivate a me, raccontatemi da mio padre quando ero bambino a sua volta raccontate dal nonno quando era bambino e così di generazione in generazione...*



## Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

### *Il terzo e ultimo racconto del Lupo e della Volpe*

*L'estate è la stagione in cui si svolge l'ultimo racconto della saga del Lupo e della Volpe*

*Fino ai primi anni 60, quando i frigoriferi non erano ancora entrati nelle famiglie contadine, era difficile conservare le vivande e si ricorreva ai più disparati espedienti.*

*Nelle città come ad esempio Torino, era invece possibile ma solo per le famiglie più fortunate, disporre delle ghiacciaie.*

*Le ghiacciaie erano grosso modo dei contenitori capienti, posti in cantina o nel punto più fresco della casa in cui erano conservati i cibi. La ghiacciaia manteneva il freddo grazie ai pezzi di ghiaccio trasportati lungo le vie del borgo su un carro trainato da un cavallo.*

*Questo accadeva più o meno al tempo dei miei nonni. Non tutti però sanno dove venivano conservati gli alimenti nella calda estate della pianura padana. Il carro del ghiaccio non arrivava nelle fattorie e così le famiglie contadine conservavano gli alimenti nel ... pozzo oltre che nelle loro fresche cantine.*

*L'acqua fresca del pozzo permetteva di avere una temperatura più bassa di quella ambiente. Gli alimenti erano messi dentro a dei secchi parzialmente immersi nell'acqua ed erano a loro volta assicurati a delle catene per la salita e la discesa oltre che per evitare che il secchio rovesciasse il suo contenuto.*

*E' estate e il Lupo e la Volpe sono alle prese con il loro formidabile appetito che non conosce stagione.*

*<< Volpe!>> esclama il Lupo. << Sò dove il Contadino tiene la carne arrostita, i salami, insomma tutti gli avanzi della festa della trebbiatura>>.*

<< Ehi Lupo, finalmente ti stai rendendo utile! Non posso sempre essere io a trovare il modo di sfamarci>>.

<< Volpe, quando scenderà la notte entreremo nella corte. Ci avvicineremo al pozzo lungo il muro. Il cane non si accorgerà di nulla stanco come sarà dopo una giornata di lavoro. Una volta raggiunto il pozzo ci caleremo a turno e ... buon appetito!>>

<< Bravo Lupo, ottimo piano!>>

Scese la notte, la luna alta nel cielo rischiareva la corte come se fosse giorno.

Il Lupo e la Volpe strisciavano silenziosamente lungo il bordo del pozzo.

<< Lupo, prendi il secchio grande senza fare rumore, legalo alla catena e passa la catena sulla carrucola>>.

Il Lupo fece quello che Volpe gli aveva ordinato. Si trattava ora di decidere chi sarebbe sceso per primo.

<< Lupo stavolta vai pure prima tu, ti calo io con il secchio>>.

Il Lupo non si fidava della Volpe, stava per accettare ma improvvisamente cambiò idea: <<Giammai Volpe, vai pure prima tu e quando hai mangiato abbastanza sussurrerai "Lap, Lap Tirme su!" (\*)>>.

<< Se così preferisci, caro amico>>.

La Volpe entrò dentro il secchio e Lupo la calò giù nel pozzo fino a raggiungere il punto in cui era risposto il cibo.

<< Basta così!>> Sussurrò Volpe e Lupo bloccò la catena.

Volpe cominciò ad assaporare le cosce di pollo arrostito per poi passare al bollito e quel che era rimasto degli agnolotti. Ben presto fu sazia e a quel punto sussurrò al Lupo: << Lap, Lap, Tirme sù!>>. Il Lupo cominciò a tirare la catena: << Uffa! ma quanto pesa Volpe, deve aver mangiato tantissimo!>>.

Una volta sul bordo del pozzo, Volpe con un balzo saltò fuori dal secchio e prese con le

sue zampe la catena del secchio e disse al Lupo: << E' il tuo turno, buon appetito! >>.

Il Lupo fu calato a sua volta nel pozzo dove era rimasto ancora tanto ma tanto da mangiare. Il Lupo non sapeva resistere a tutto quel ben di Dio e si ingozzò come mai aveva fatto.

<<Volpe, Volpe.. Lap, Lap, Tirme sù!>> La Volpe cominciò a tirare la catena ma per quanti sforzi facesse non riusciva a far salire su il Lupo: aveva mangiato troppo ed era diventato pesantissimo!

Non si perse d'animo e continuò a tirare a tirare incitata dal Lupo.

La notte estiva era breve.

Il cane svegliato dal cigolare della catena e dallo sbuffare delle Volpe, cominciò ad abbaiare fino a quando il Contadino si levò.

Il Contadino capì subito che aveva ancora una volta a che fare con il Lupo e la Volpe: i soliti due bricconi! Il suo bastone era come sempre a portata di mano. Volpe spaventata dalla improvvisa apparizione del Contadino mollò la catena. Il Lupo finì a mollo nel pozzo provocando una colonna d'acqua.

Volpe riuscì a mettersi in salvo ma non così Lupo che si prese come sempre un sacco di legnate prima di riuscire a fuggire.

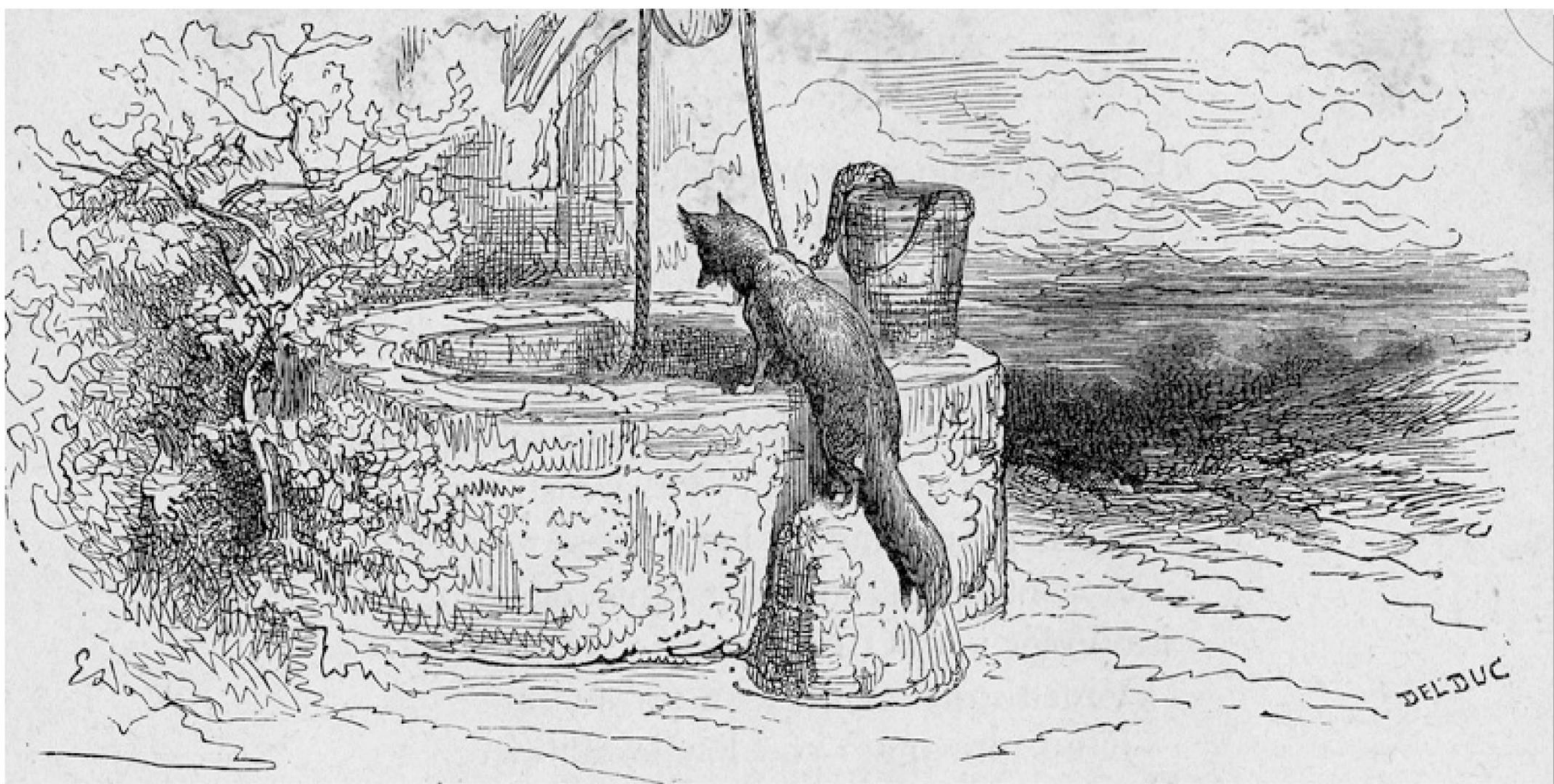
Ed ancora oggi quando si sente un rumore provenire dal pozzo, si va a controllare se il Lupo, nonostante la lezione impartita dal Contadino, è ritornato per mangiare gli avanzi della festa del giorno prima.

**Antonio Bertero**

(\*) *"Lap, Lap, Tirme Su!"*

*Lap, Lap non ha nessuna traduzione nel dialetto piemontese a mia conoscenza.*

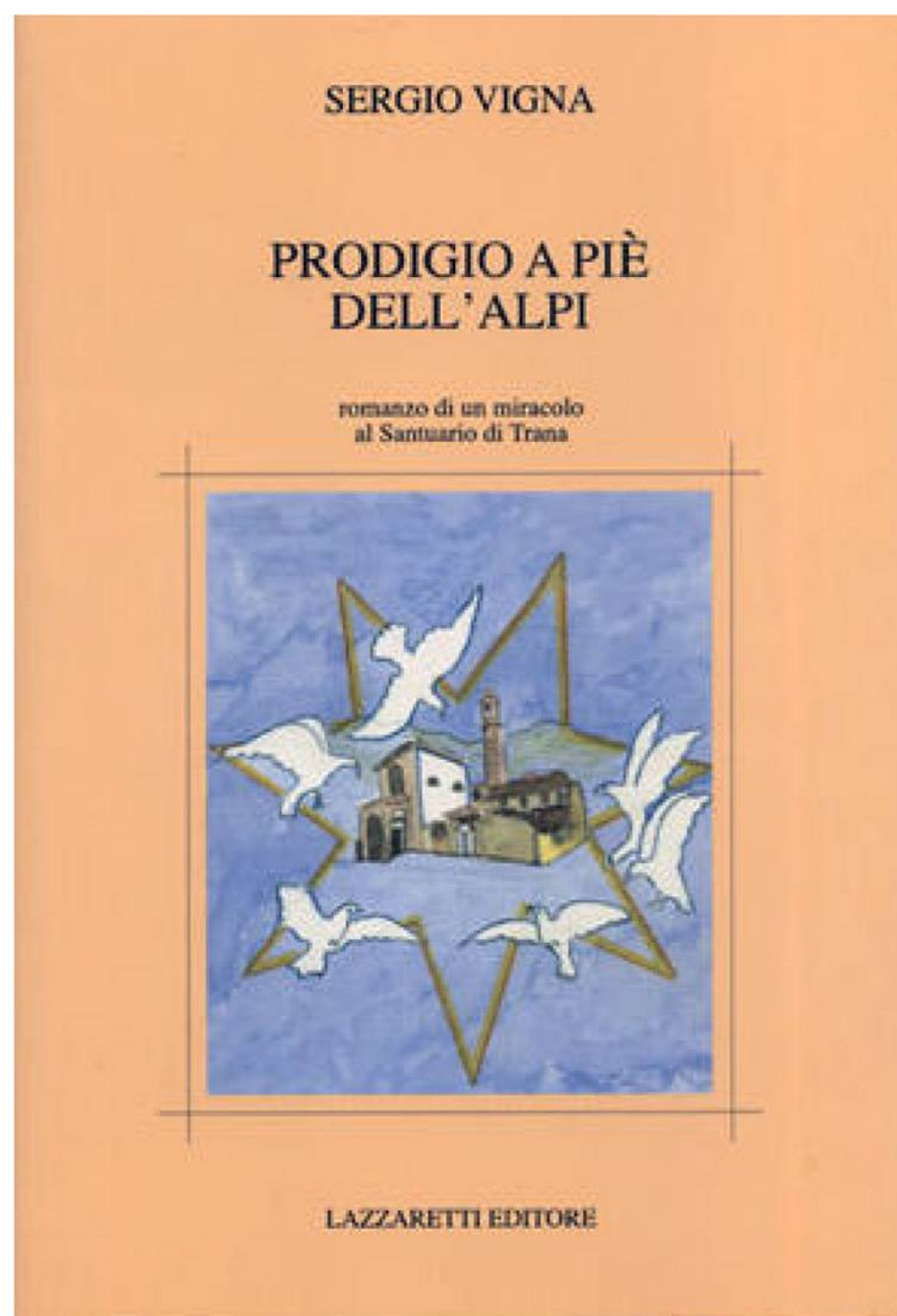
*Nel racconto orale è però di effetto sui bambini che tendono a ripetere per gioco il verso imitando così il Lupo.*



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.*





*Ripensando a come l'avevo conosciuta mi convinco che le vie dell'impensabile sono infinite.*

*L'amore per Maria era esploso all'improvviso come un temporale estivo, violento e impressionante, e dire che, dal liceo in poi, di ragazze ne avevo avute, e non poche.*

*Era da un po' che desideravo visitare il museo del cinema alla Mole Antonelliana, ma non ne avevo mai avuto il tempo, o forse la voglia.*

*Quel pomeriggio mi decisi, m'immersi nelle viscere della terra e salii sulla metropolitana.*

*La prendevo spesso, ma nei giorni feriali ero sempre pigiato tra persone che parlavano tra loro o trafficavano con i cellulari.*

*Quel sabato no, poca gente seduta e nessuno in piedi, così lo sguardo si posò sui pochi passeggeri fotografando le particolarità dei volti e sorridendo nel constatare i tic di ognuno.*

*Mentre gli occhi carrellavano dentro il vagone, lo sguardo di una ragazza seduta verso il fondo incontrò il mio. Non era una cosa strana, sovente s'incrociano le occhiate tra due estranei che si trovano nello stesso luogo, di norma uno dei due cambia direzione, o sul panorama o su qualsiasi cosa di scritto che si ha a tiro.*

*Non mi era mai successo di lasciare il periscopio fisso sull'obiettivo, ma la cosa che mi sorprese fu che anche la ragazza non cambiò il suo. Le porte della carrozza si aprirono senza che nessuno scendesse o salisse e, quando ripartì, continuai a fissare quegli occhi come se un fluido magico mi avesse stregato, inquieto e stupito nel riscontrare lo stesso atteggiamento da parte sua.*

*L'incantesimo fu rotto da un anziano signore che, alzandosi, spezzò il magnetismo che si era creato. Guardai il tabellone delle fermate e mi accorsi che ne mancavano solamente due alla mia.*

*Mi sedetti e, curiosando le fermate scritte sul pannello sopra le porte, sbirciai in continuazione la ragione del turbamento.*

*Anche lei scese alla mia stessa fermata, facendo pensare che il caso mi stesse mettendo alla prova.*

*«Mi stai seguendo?» disse la ragazza prima di arrivare ai tornelli d'uscita.*



*l'ultimo romanzo di Sergio Vigna...*



*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.*

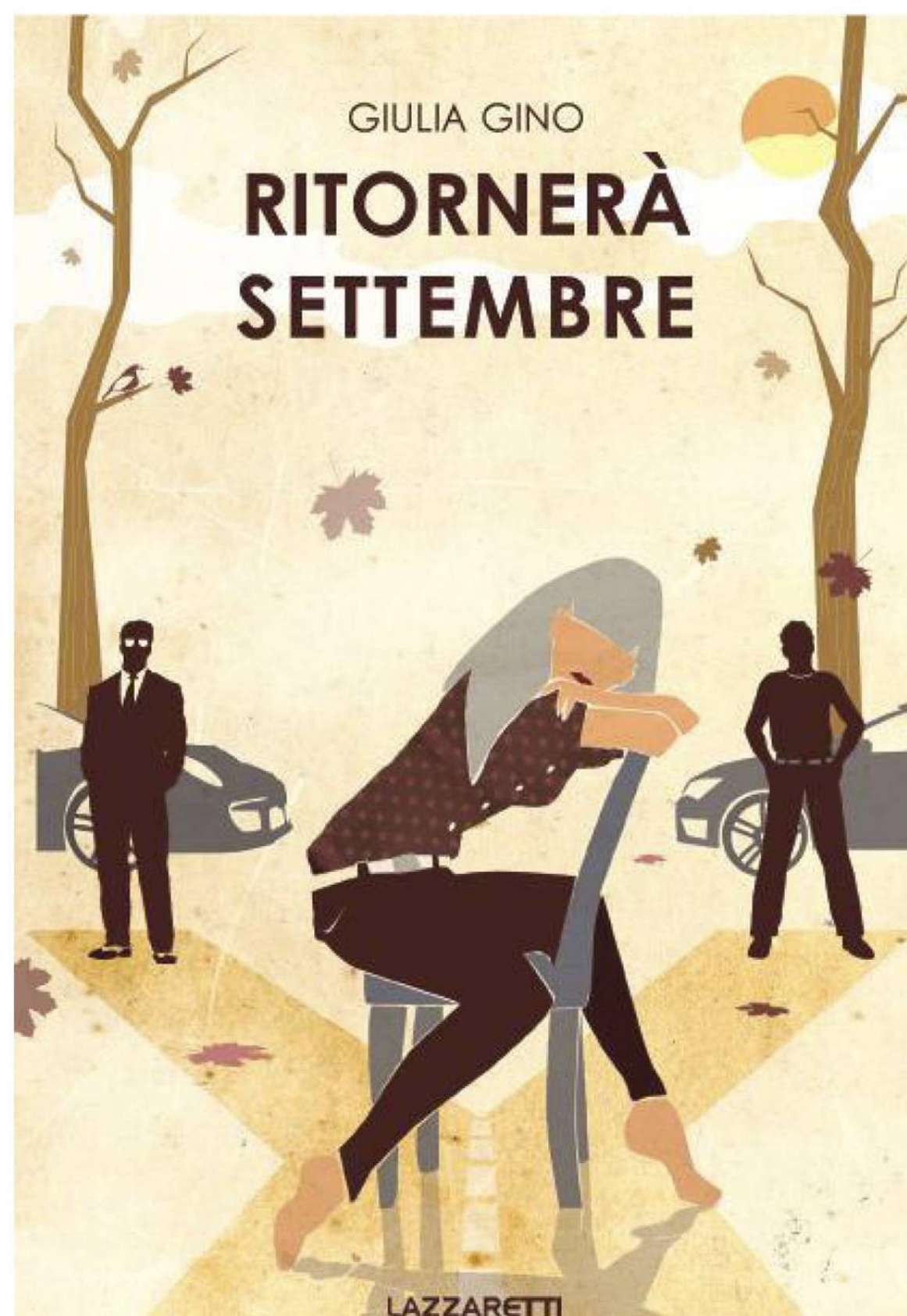
*Nel 2010 ha pubblicato il suo primo romanzo "Fragile come un sogno", di cui "Ritournerà settembre", edito nel 2013, è il seguito ideale: i giovani protagonisti del primo romanzo sono cresciuti e si trovano alle prese con realtà e sentimenti più complessi.*

*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.*

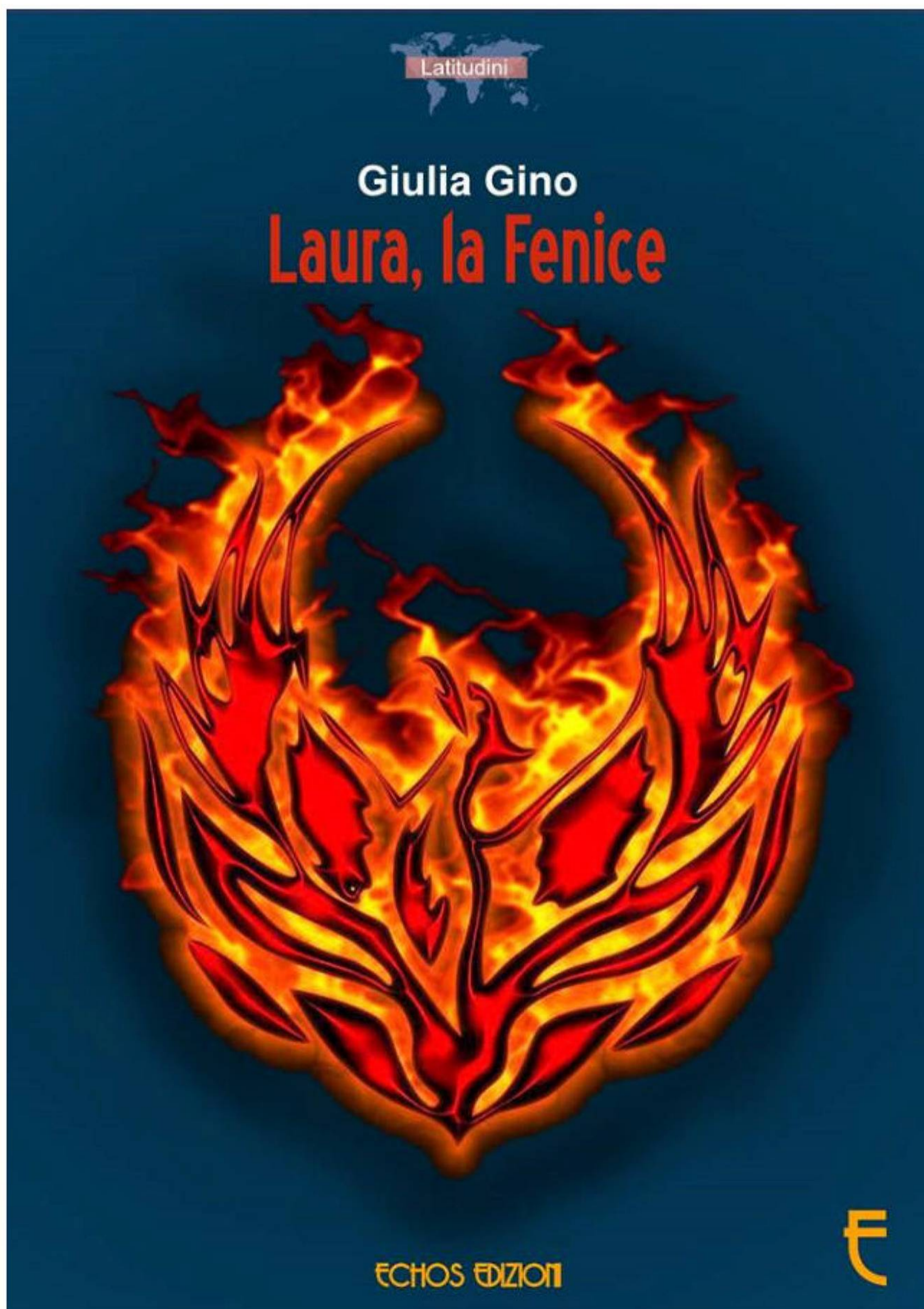
*Le loro vite s'incroceranno in un curioso gioco del destino che cambierà le loro esistenze perché ognuno dovrà fare i conti con se stesso e niente e nessuno sarà più uguale a prima.*





*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.*



## Jingle Bells

*Jingle bells, Jingle bells, jingle all the way.  
Bello è andare col cavallo, sulla neve bianca.*

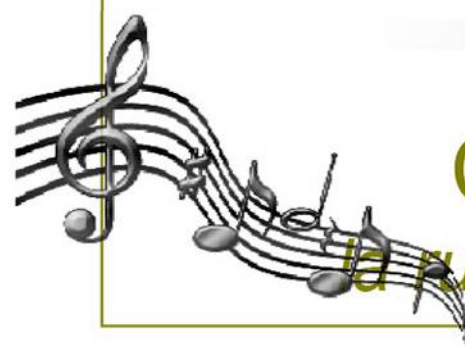
*Jingle bells, Jingle bells, jingle all the way.  
Scivolando con la slitta, nel silenzio andiam.*

*Nella notte Santa, s'ode da lontano  
l'eco di campane, din don din don dan.  
Canteremo insieme, al suon dei campanelli,  
augurando a tutti un lieto e Buon Natal.*

*Jingle bells, Jingle bells, jingle all the way.  
Con le briglie fra le mani tra gli abeti bianchi.*

*Jingle bells, Jingle bells, jingle all the way.  
Sa il cavallo dove andae lungo il suo sentier.*

*Nella notte Santa, s'ode da lontano  
l'eco di campane, din don din don dan.  
Canteremo insieme, al suon dei campanelli,  
augurando a tutti un lieto e Buon Natal.*



**Canta che ti passa !**

*la rubrica del Coro Edelweiss*

Canto tradizionale americano, è stato armonizzato e tradotto dall'armonizzatore Giovanni Uvire.

E' una delle canzoni natalizie più conosciute e cantate al mondo; è stata scritta da James Lord Pierpont e pubblicata nell'autunno 1857 con il titolo One Horse Opn Sleigh. Anche se è associata con il Natale, in origine la canzone era stata scritta per essere cantata durante il Giorno del Ringraziamento. Nel corso degli anni è stata cantata e registrata da numerosi artisti tra cui:

Louis Armostrong, Frank Sinatra, Luciano Pavarotti, Nini Rosso

ed altri cantanti e band hanno creato numerose versioni alternative della canzone.

Il giorno e il luogo in cui James Pierpont ha composto la canzone che un giorno sarebbe diventata Jingle Bells non sono conosciuti. Tuttavia il testo di una targa affissa su un edificio a Medford (Massachusetts) commemora il luogo di nascita, affermando che, nel 1850, Pierpont abbia scritto la canzone in quel locale. Secondo la Medford Historical Society (società storica di Medford), l'autore è stato ispirato, per la composizione del testo, dalle popolari corse delle slitte che si svolgevano nella città durante il XIX secolo.

Il 16 settembre 1857 la canzone ottenne i diritti d'autore e venne intitolata One Horse Opn Sleigh. Nel 1859 venne ripubblicata con il titolo Jingle Bells, or the One Horse Open Sleigh: da quel momento la canzone è entrata nel pubblico dominio.

Il giorno del ringraziamento è una festa di origine religiosa nata in seno alla tradizione del chiesa cristiana protestante, risalente a una celebrazione avvenuta nel 1621 e ripetuta in modo più documentato nel 1623. Quando fu effettuato il raccolto nel novembre 1623, William Bradford Governatore della Colonia fondata dai Padri Pellegrini a Plymouth nel Massachussets emise l'ordine:



*Il primo Giorno del ringraziamento in un dipinto di Jean Leon Gerome Ferris*

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=eSHSxSIhm7s>

### Jingle Bells

James Pierpont

Dash - ing through the snow, In a one horse op - en sleigh,  
 O'er the fields we go, Laugh - ing all the way;  
 Bells on bob - tail ring, Mak - ing spir - its bright, What  
 fun it is to laugh and sing A sleigh - ing song to - night.  
 Jin - gle bells, jin - gle bells, Jin - gle all the way;  
 Oh what fun it is to ride In a one horse op - en sleigh,  
 Jin - gle bells, jin - gle bells, Jin - gle all the way;  
 Oh what fun it is to ride In a one horse op - en sleigh.

«Tutti voi Pellegrini, con le vostre mogli e i vostri piccoli, radunatevi alla Casa delle Assemblee, sulla collina... per ascoltare lì il pastore e rendere Grazie a Dio Onnipotente per tutte le sue benedizioni.»

Dopo il duro lavoro degli inizi, i Pellegrini indissero un giorno di ringraziamento a Dio per l'abbondanza ricevuta e per celebrare il successo del primo raccolto. I coloni invitarono alla festa anche gli indigeni, grazie ai quali avevano potuto superare le iniziali difficoltà di adattamento ai nuovi territori, gettando le basi per un futuro prospero e ricco di ambiziosi traguardi. Nel menù di quel primo Ringraziamento americano ci furono pietanze che divennero tradizione per le feste in particolare il tacchino e la zucca insieme con altre carni bianche, carne di cervo, ostriche, molluschi, pesci, torte di cereali, frutta secca, noccioline e caramelle.

Il 29 giugno 1676 Edward Rawson redasse una proclamazione ufficiale di Thanksgiving per conto del governatore della contea di Charleston in Massachusetts che aveva deciso di indire un giorno di ringraziamento per la buona sorte di cui godeva la comunità e per celebrare la vittoria contro gli "indigeni pagani", cioè gli stessi nativi americani che



*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.*

*Auguri*  
*dal coro Edelweiss*  
*alla SottoSezione UET*  
*ed a tutti i lettori*  
*de l'Escursionista*

avevano accolto e condiviso il territorio con Bradford e gli altri fondatori della colonia di Plymouth.

Fu George Washington il primo presidente degli Stati Uniti d'America a dichiarare la festa per tutti gli stati nel 1789 proclamando una giornata nazionale di ringraziamento. Molti risero dell'idea, a cominciare da Thomas Jefferson che da presidente non vi diede alcun seguito.

Alla metà del XIX secolo il Tanksgiving era diffuso nella maggior parte del territorio americano e osservato da tutti gli strati sociali, dai ricchi ai meno abbienti.

La festa è molto sentita dagli statunitensi, i quali la celebrano preparando pranzi elaborati, il cui piatto principale è il classico Tacchino che viene offerto anche ai vicini di casa e alle persone meno fortunate. Solo negli Stati Uniti, più di 40 milioni di tacchini sono consumati durante il weekend festivo ogni anno.

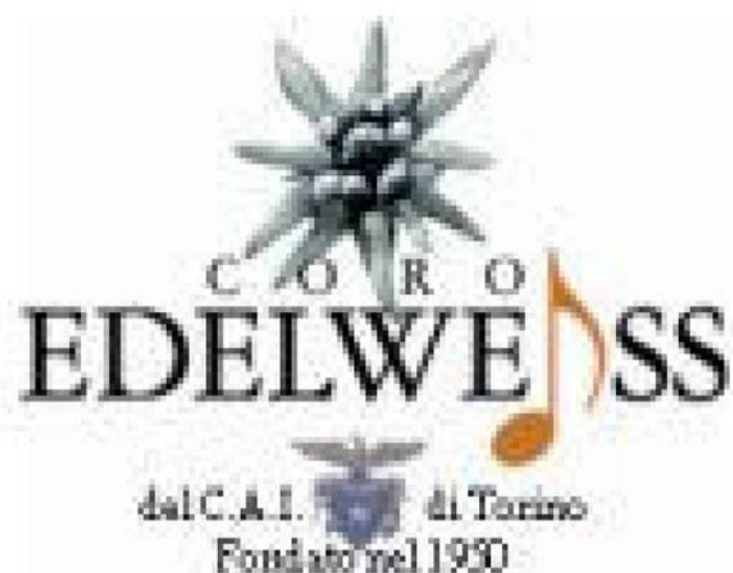
I tipi di condimento del tacchino sono:

Nelle cittadine del sud vige l'abitudine di consumare la carne con la focaccia di granturco, secondo la tradizione del "ciò che si ha, si usa".

Nel nord degli Stati Uniti il tacchino viene condito con il wild rice una tipica specie di riso americana.

Tipica del pranzo del Thanksgiving è anche la salsa di ossicocco (mirtillo palustre) fatta con bacche fresche o congelate. Un altro piatto tradizionale di questa festività sono per molti le patate dolci unite a zucchero, spezie e burro, lo yam o anche la torta di zucca, secondo la tradizione si mangiano anche biscotti fatti in casa.

**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**





*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**





## Il grande "Pranzo delle Feste"

*Questo mese ci esibiremo in un menù per le Feste di inizio anno che tutti quanti noi stiamo senz'altro vivendo.*

*La scelta dei piatti e del numero dei piatti (naturalmente cinque), le modalità della loro realizzazione e la qualità degli ingredienti non sono casuali e sono pensati per ricordare quei sapori e quelle emozioni che solo Luciano Bergesio, il mio Maestro chef sapeva proporre ai suoi commensali, considerati più che Clienti degli Amici da mettere a proprio agio, nella sua "Osteria dei 5 piatti".*

*Diamoci quindi da fare ai fornelli, sicuri del risultato finale che ancora una volta non potrà che stupire i vostri ospiti invitati a pranzo per il giorno delle Feste.*

*E... Buon Natale, Buon Anno e Buoni Sapori a tutti, miei carissimi lettori!*

*l'antipasto*

### *I Peperoni farciti al Castelmagno*

#### **INGREDIENTI (per 4 persone)**

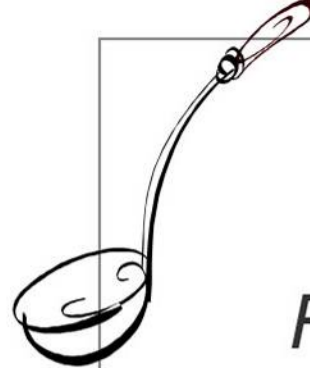
- 2 peperoni quadrati tipo Cuneo gialli
- 100 g pangrattato grossolano
- 4 pomodori medi (tipo pomodori a grappolo)
- 12 filetti di acciughe sott'olio
- 2 cucchiaini di capperi sotto sale, ben lavati e dissalati
- 100 g di Castelmagno giovane
- 20 foglie di basilico
- 30 g cipollotto fresco
- 5 steli di maggiorana fresca
- 5 steli di dragoncello
- Olio extravergine di oliva Sale
- Pepe nero macinato

#### **PREPARAZIONE**

Tagliare a tocchettini (max 1 cm di lato) il Castelmagno

Tagliare a tocchettini (max 1 cm di lato) i pomodori

Tagliare a pezzettini le acciughe



## Il mestolo d'oro Ricette della tradizione popolare



*Peperoni farciti al  
CAstelmagno*

Spezzettate a mano finemente il basilico.

Fate un trito aromatico fine con il cipollotto, la maggiorana e il dragoncello.

Tagliate a metà i peperoni, poi liberateli dai semi e dalle costoline bianche e dal picciuolo, in modo da ottenere quattro mezzi peperoni da riempire.

In un tegame antiaderente tostate leggermente il pane grattugiato.

Mettere il pane tostato in una ciotola capiente, aggiungete i pomodorini a pezzetti, le acciughe, i capperi, il basilico, il Castelmagno grattugiato e condite con abbondante olio extra vergine di oliva.

Mescolate bene, aggiustate di sale e con questa farcia riempite i peperoni.

Preriscaldate il forno a 200°, mettete in una teglia unta d'olio i peperoni ripieni, ricoprite con carta alluminio e passate in forno per 20 minuti.

Poi togliete l'alluminio e passate ancora in forno per 10 minuti aggiungendo un filo d'olio su ogni peperone.

Toglieteli dal forno, fateli intiepidire e serviteli cospargendoli con il trito aromatico.

*il primo*

### *Le Linguine all'Antonino*

## INGREDIENTI (per 4 persone)

- 400 g linguine
- 16 pomodorini di Pachino
- 200 g finocchietto selvatico
- 8 filetti di acciughe sott'olio
- 400 g alici fresche
- 50 g pinoli
- 50 g uvetta sultanina
- Uno spicchio d'aglio pelato
- 60 ml Olio extravergine di oliva
- Pepe nero,
- Peperoncino in polvere
- Sale

## PREPARAZIONE

Diliscare le alici fresche ricavandone i filetti.

Tagliare i pomodorini di Pachino in quattro parti.

Lessare il finocchietto selvatico per 10 minuti in abbondante acqua salata, poi scolare tenendo da parte l'acqua in cui faremo cuocere le linguine.

Eliminare le parti dure del finocchietto e tritare finemente il tutto.

Mettere in una padella antiaderente (in cui poi faremo saltare la pasta) l'aglio e i filetti di acciughe e, a fuoco basso, mescolare fino a quando le acciughe sono sciolte, poi togliere l'aglio.

Aggiungere in padella i pomodorini di pachino, il finocchietto tritato, i pinoli e l'uva passa e cuocere a fuoco basso mescolando per 10 minuti.



*Linguine all'Antonino*

*Traccetti di pollo all'uva sultanina*



Aggiungere i filetti di alici e, mescolando bene, far cuocere ancora due minuti. Aggiustare di sale, pepe e peperoncino.

Far cuocere le linguine nell'acqua di cottura del finocchietto, poi metterle nella padella con il condimento e far saltare per due minuti mescolando bene.

Il piatto può essere egregiamente completato con una spolverata di pane grattugiato grossolano, fatto prima tostare in un padellino antiaderente con l'aggiunta di quattro pizzichi di mix di spezie per crema di verdure.

*il secondo*

## *Gli Straccetti di pollo all'Uva sultanina*

## INGREDIENTI (per 4 persone)

- 300 g petto di pollo tagliato a fette
- 50 g uvetta sultanina secca
- 50 ml olio extravergine di oliva
- 100 ml marsala secco
- 4 cucchiari aceto di lamponi
- 10 gocce salsa tabasco
- 1 bicchierino di rum
- Farina bianca 00
- Sale grosso

## PREPARAZIONE

Tagliare a listarelle le fette di petto di pollo  
Infarinare bene nella farina

Mettere a bagno nel rum l'uvetta sultanina

In una padella antiaderente far riscaldare a fuoco basso l'olio (mettete un briciolo di farina: è caldo quando la farina sfrigola)

Mettere in padella le listarelle di pollo scuotendole dalla farina in eccesso

Farle rosolare su ambo i lati girandole con una paletta

Aggiungere l'uvetta sultanina con il rum in cui è stata a mollo, il marsala, il tabasco e un pizzico abbondante di sale grosso

Far sfumare il marsala

Servire impiattando su un fondo di insalatina verde

*il contorno*

### *I Finocchi fritti impastellati*

#### **INGREDIENTI (per 4 persone)**

- Finocchi 2
- Olio extravergine di oliva
- Sale
- Pepe nero
- Pastella

#### **PREPARAZIONE**

Mondate i finocchi, tagliateli a spicchi sottili, lavateli e scottateli in acqua bollente salata per 12 minuti, poi sgocciolateli e asciugateli con un panno carta.

Preparate la pastella (vedi ricetta sotto), poi passate i finocchi nella pastella ad uno ad uno e frigeteli in abbondante olio extra

vergine di oliva.

Dopo averli fritti asciugateli con un panno carta da ambo le parti per rimuovere l'olio in eccesso e serviteli con una macinata di pepe nero e un pizzico di sale.

#### **PREPARAZIONE PASTELLA**

#### **INGREDIENTI (per 4 persone)**

- Farina doppio zero 200 g
- Olio extravergine d'oliva 2 cucchiai
- Uovo n. 1
- Cognac n. 1 cucchiaio
- Latte n. 2 dl
- Sale

#### **PREPARAZIONE**

In una terrina sbattere con una frusta la farina, l'uovo, l'olio, il cognac e il sale.

Unire il latte poco alla volta sino ad ottenere una pastella un po' densa e lasciarla riposare per almeno mezz'ora a temperatura ambiente.

*il dolce*

### *Le Paste di Meliga*

#### **INGREDIENTI (per 4 persone)**

- Farina di mais g 250
- Farina bianca 00 g 125
- Zucchero a velo g 150



*Finocchi fritti impastellati*

## Paste di Meliga



Ottime a naturali da affiancare al caffè!

- Burro di panna g 120
- Tuorli d'uovo n. 2
- Limone non trattato n. 1
- Sale

### PREPARAZIONE

Grattugiare la scorza di limone

In una terrina mescolare bene le due farine, aggiungere il burro tagliato a tocchetti, 1 tuorlo d'uovo, lo zucchero, un pizzico di sale e la scorza di limone grattugiata.

Lavorare e amalgamare bene tutti gli ingredienti.

Con le mani formare delle palline grandi come una noce e schiacciarle al centro.

Imburrate e infarinate una teglia, poi mettete le paste ben distanziate tra di loro.

Con un coltello fate alcune incisioni sulle paste e spennellatele con il tuorlo avanzato e ben sbattuto.

Cuocere in forno caldo a 220° per circa 10 minuti fino a doratura e poi fare raffreddare.

Servirle spolverate di zucchero a velo.

### SUGGERIMENTI

*Caro Luciano, sono ormai molti i Natali che trascorriamo con gli amici ma tu non ci sei più. Voglio, e tutti quelli che furono i tuoi amati allievi lo vorrebbero con me, ricordarti con i sapori di questi piatti, i tuoi piatti, che spesso "emozionarono" i commensali che passarono dalla tua Osteria.*

*Tu ci hai insegnato che la cucina è "un atto d'amore per le persone a cui vogliamo bene", e qualsiasi sia il posto in cui ti trovi ora, mi piace immaginarti impegnato ai fornelli mentre prepari o inventi qualche delizia per allietare le anime belle che stanno intorno a te.*

*Ciao Luciano.*

**Mauro Zanotto**



## Meglio ieri o meglio oggi?

Mamma mia dammi cento lire che in America voglio andar! Era la canzone preferita dei nostri bisnonni di cento e più anni or sono che vivevano nelle borgate montane di Condove, Mocchie e Frassinere ed esprimeva in modo evidente e semplice il grande desiderio di una vita migliore, l'ansia di liberarsi da una condizione di miseria, dalla fame e da una vita dura e sacrificata, anche se vissuta nella semplicità di una società laboriosa, solidale e sostanzialmente buona ed onesta.

Questo occorre ricordare e ribadire soprattutto ora, all'inizio del secondo ventennio degli anni 2000, quando cominciano sempre più frequentemente a venire fuori gli allarmismi di facili e possibili scenari disastrosi, fantasticando di tempi ed avvenimenti da finimondo (guerre, pandemie, terremoti, ecc.).

Da un lato ci sono i pessimisti che moltiplicano le ansie degli ingenui raccattando le varie previsioni profuse di tempo in tempo, mentre dall'altra parte ci sono i nostalgici del tempo passato che vanno rimpiangendo la serenità dei bei tempi antichi mitizzandone la quiete ed il benessere: "Come si viveva felici ai tempi dei nonni". Sarà poi vero?

Tempo addietro ho letto sul "Bollettino parrocchiale Valle del Gravio e Valle del Sessi" di gennaio 2012 una ricerca condotta da Francesco Pautasso sui registri parrocchiali dei defunti dal 1829 al 1939 a



## C'era una volta Ricordi del nostro passato

Laietto: dando uno sguardo complessivo, ho constatato quanto fosse difficile in quel periodo la salute e la stessa vita.

Nel 1830, la parrocchia di Laietto a cui facevano riferimento le borgate Pratobotrile, Coindo inferiore e superiore, Sigliodo inf. e sup., Camporossetto, Chiandone, Muni, Mianda, Brera, Breri, Cascina e Vagera, contava 511 abitanti poi aumentati sino a raggiungere i circa 900 nel 1904 e ancor più nel decennio successivo.

Il libro dei defunti della parrocchia per il periodo che va dall'inizio della parrocchia, il 5 giugno 1829 al 31 dicembre 1939 contiene 1690 atti di morte (820 femmine e 870 maschi).

Dei 1690 atti di morte, quasi la metà cioè 813 atti riguardano bambini sotto i sei anni di vita. Di questi 303 vissero alcuni giorni, 271 alcuni mesi e 239 tra uno e sei anni.

Considerando le 877 persone decedute ad un'età maggiore di cinque anni, l'aspettativa media di vita per i 422 maschi è di 56 anni, mentre per le 455 femmine è di 51 anni. Nel 1918 dal 7 novembre al 16 dicembre muoiono a Laietto 2 bambini e 12 adulti per l'epidemia influenzale "Spagnola". Diverse donne nel periodo considerato muoiono a causa del parto.

Altro che tempi da rimpiangere. I focolari dei bisnonni erano perennemente tormentati dalla fame e insidiati dall'arretratezza igienica, dall'assoluta mancanza di specifiche medicine, alla mercé di malattie che dilagavano e non concedevano scampo e che falciavano i bambini con le malattie infantili e la difterite, distruggevano i giovani con la tubercolosi, sterminavano gli adulti con la polmonite per la quale non c'era altro rimedio che le terapie con sanguisughe.

Se poi vogliamo guardare al Settecento ed al Seicento situazione ancora più disastrosa, aggravata da guerre e conseguenti carestie



che espongono la vita quotidiana a sofferenze ben superiori alla nostra immaginazione.

Basti pensare che come oggi siamo sconcertati dall'arrivo degli immigrati che ci giungono da tante parti del mondo, fuggendo disperati dai loro paesi, con lo stesso animo erano allora i nostri avi ad emigrare con tanta nostalgia, speranza e disperazione che si alternavano in fondo al cuore, in cerca della "America".

Quindi dobbiamo avere un po' più di fiducia nei nostri tempi attuali ed essere felici del benessere generale e delle molteplici possibilità e comodità della vita moderna, come pure della longevità che ci consente.

Non lamentiamoci troppo. Ancor meno perdiamo tempo a guastarci inutilmente la vita con le sciocche predizioni sul futuro, la vita ha già abbastanza guai senza che ne inventiamo altri.

**Gianni Cordola**

*Mamma mia, dammi cento lire  
Che in America voglio andar (io  
voglio andar)  
Cento lire io te le do  
Ma in America no, no, no*

*Mamma mia, dammi cento lire  
Che in America voglio andar (io  
voglio andar)  
Cento lire le scarpette  
Ma in America no, no, no*

*Cento lire le scarpette  
Ma in America no, no, no  
I suoi fratelli alla finestra  
Mamma mia, lassela andar (lassela  
andar)*

*Vai, vai pure o figlia ingrata  
Che qualcosa succederà*

*Vai, vai pure o figlia ingrata  
Che qualcosa succederà  
Quando furono in mezzo al mare  
Il bastimento si sprofondò (si  
sprofondò)  
Pescatore che peschi i pesci  
La mia figlia vai tu a pescar?*

*Pescatore che peschi i pesci  
La mia figlia vai tu a pescar?  
Il mio sangue è rosso e fino  
I pesci del mare lo beveran (lo  
beveran)  
La mia carne è bianca e pura  
E la balena la mangerà*

*La mia carne è bianca e pura  
E la balena la mangerà  
Il consiglio della mia mamma  
L'era tutta la verità (la verità)  
Mentre quello dei miei fratelli  
Resta quello che m'ha ingannà  
Mentre quello dei miei fratelli  
Resta quello che m'ha ingannà*



# la Vedetta Alpina

la rubrica del  
Museo Nazionale della Montagna



## La Casa **Rossa**

*La Casa **Rossa**,  
documentario di Francesco Catarinolo,  
prodotto da Tekla Films e Vidicom Media.  
Foto: © Vidicom Media e Tekla Films*

In una concezione di rete sempre più ampia e varia, il Museomontagna prosegue le collaborazioni con realtà, culturali e di impresa, operanti sul territorio, torinese e nazionale, così come quelle con enti stranieri – lo scorso 26 novembre a Bilbao ha inaugurato la mostra *Rock the Mountain! La montagna nell'iconografia della musica pop* (già esposta nelle sale del Museo nel 2020) grazie alla collaborazione con il Mendi Film Festival, rassegna di cinema di montagna, giunta ormai alla sua 14° edizione, e parte della International Alliance for Mountain Film (IAMF), di cui il Museo è coordinatore.

Ultima, solo in ordine di tempo, è la collaborazione con Streeen, la piattaforma torinese per lo streaming del cinema indipendente, che lo scorso novembre ha organizzato, con il Museo, la proiezione in anteprima torinese del film *La casa rossa*, di Francesco Catarinolo (82', Italia/Germania, 2020) recente vincitore del 69° Trento Film Festival con la presenza in sala del regista e di Robert Peroni, protagonista del documentario e noto al grande pubblico per le sue recenti partecipazioni, in diretta dalla

Groenlandia, alla trasmissione televisiva *Che succ3de?* su Rai 3.

Nata a Torino nel febbraio 2020, Streeen è approdata da poco nello spazio fisico della sala cinematografica.

Dopo essersi dedicata allo streaming puro durante la pandemia e aver rappresentato l'approdo naturale per molti autori e autrici, nonché per iniziative cinematografiche non mainstream, sta ora proseguendo la sua attività anche dentro la sala, con il progetto di intercettare un pubblico più ampio per la cinematografia d'autore.

Sotto la curatela di Maddalena Merlino e Claudio Paletto, Streeen propone appuntamenti mensili dedicati a visioni,

*Traversata della Groenlandia lungo il 75° parallelo.*

*Nella foto di Robert Pieroni la slitta in alluminio utilizzata durante la spedizione e donata al Museomontagna.*

*Dal catalogo della mostra Ski&Sci, 1991*







rassegne e tematiche decisamente fuori dal coro, per far conoscere il cinema, le autrici e gli autori del suo ricercato catalogo.

Per il Museo e gli appassionati di montagna Robert Peroni è nome noto. Ex-alpinista ed esploratore altoatesino, Peroni è uno sportivo conosciuto in tutto il mondo per i suoi record degli anni Ottanta. Nel 1983, dal 17 giugno all'11 novembre, con Pepi Schrott e Wolfgang Thomaseth, Peroni compie in sci la traversata Est-Ovest della Groenlandia del Nord, circa al 75° parallelo, senza cani, senza radio e dopo aver rilasciato una dichiarazione al Governo danese per ottenere il permesso di tentare l'impresa, con cui rinunciano a ogni forma di soccorso o ricerca.

Ezio Mentigazzi, nel testo in cui ripercorre la vicenda per il catalogo della mostra del Museomontagna *Ski&Sci. Storia, mito e tradizione* (1991) scrive "Non è solo un exploit, né, a nostro avviso, solo un'impresa; è qualcosa che si pone anche al di sopra di queste definizioni. [...]"

Ancora qualche dato per recepire

*Robert Peroni, ex alpinista ed esploratore, protagonista del documentario.  
Foto: © Vidicom Media e Tekla Films*

l'eccezionalità dell'impresa: 1400 km di ghiacciai, seraccate, onde di neve, crepacci, venti gelidi e fortissimi; 135 kg di slitta a traino; oltre 2500 la quota raggiunta e superata partendo dal livello del mare.

È un evento mitico con un finale avventuroso e rischiosissimo" (p. 191), dato che, l'inesistenza di un villaggio indicato sulle carte, costringe i tre a costruire una zattera di fortuna e a raggiungere la salvezza dopo due giorni di navigazione, senza più cibo e allo strenuo delle forze.

A ricordo dell'eccezionale impresa rimane, tra le altre cose, la slitta in alluminio utilizzata nella Spedizione e donata al Museomontagna.

Dal 1990 Robert Peroni, nato a Bolzano nel 1944, abita nella parte più orientale della Groenlandia, impegnato nella salvaguardia dell'ambiente e degli Inuit, popolazione locale

minacciata dalla civiltà occidentale.

Dieci anni prima, a quasi quarant'anni, Peroni aveva deciso di abbandonare l'attività sportiva e di accettare l'invito di fare da guida a una grande spedizione in Groenlandia.

Fu allora che l'esploratore, affascinato da quella terra e dalla sua piccola comunità, decise di dedicarsi alle spedizioni private e scientifiche, vivendo tra l'Italia e la Groenlandia.

Nel 1990 Peroni acquistò una piccola casetta di legno rosso nella regione di Ammassalik, nella Groenlandia orientale. La Casa Rossa, è da allora un rifugio-albergo per esploratori e turisti, un campo base per organizzare escursioni.

Ma è anche una casa di cura, dove le nuove generazioni di Inuit possono trovare una risposta ai loro problemi legati all'alto tasso di alcolismo e di suicidi.

La Casa Rossa (<https://the-red-house.com>), fondata ormai trent'anni fa a Tasiilaq, rappresenta forse l'origine di una nuova speranza per il popolo Ivi (Inuit della parte orientale), grazie all'ascolto e all'appoggio di

Peroni, oltre alla piccola economia locale che l'iniziativa dell'esploratore sollecita ogni anno, dando lavoro a più di settanta nativi.

Questa piccola comunità di cacciatori, caratterizzata da forti e antiche tradizioni, isolata dal mondo fino alla fine del IX secolo, sta infatti vivendo un profondo cambiamento sociale a causa della contaminazione della cultura occidentale.

Come il divieto del commercio della pelle di foca alla fine degli anni Settanta (e oggi di nuovo rimosso solo per i nativi), a seguito dell'azione di Greenpeace, che ha fatto aumentare la disoccupazione, provocando nelle nuove generazioni una forte depressione che ancora oggi sfocia nell'alcolismo, negli abusi e nel suicidio.

Per le foto e libri di/su Robert Peroni conservati dal Museomontagna e dalla Biblioteca Nazionale CAI si veda il catalogo online [caisidoc.cai.it](http://caisidoc.cai.it).

Per il documentario *La casa rossa*, di Francesco Catarinolo (82', Italia/Germania, 2020) si veda il catalogo della piattaforma Streen su cui sarà disponibile dal 2022.



## Un anello per la cappella della Cotolivier da Amazas



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

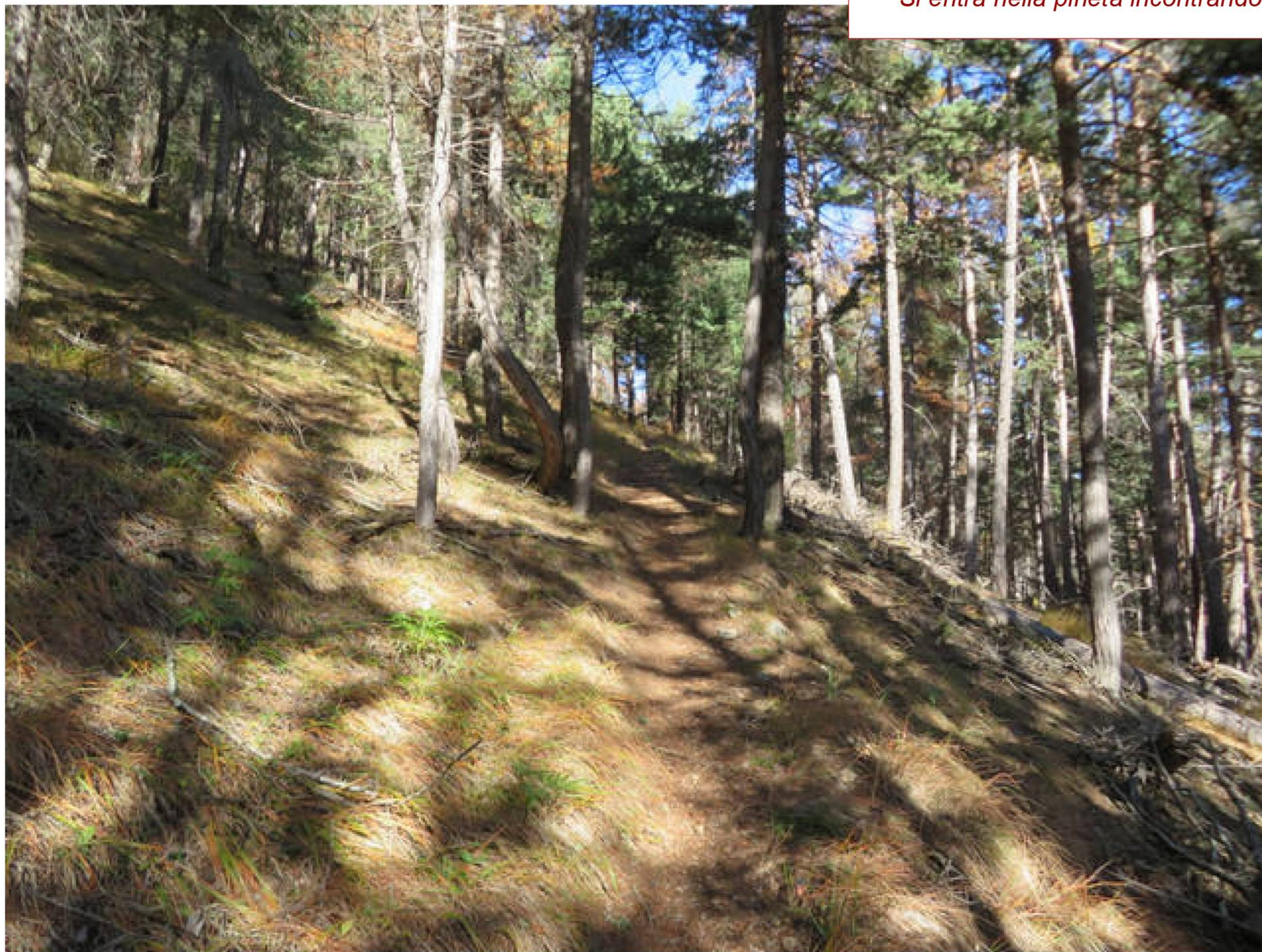
- Località di partenza: Amazas mt. 1162
- Dislivello: mt. 942
- Tempo di salita: 3 ore c.ca
- Tempo di discesa: 2 ore c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta del sentieri e stradale 1:25.000 n° 2 Alta Valle Susa - Alta val Chisone Fraternali Editore

*A Oulx la valle di Susa si sdoppia: sulla destra la valle della Dora prosegue per Bardonecchia mentre a sinistra prende corpo la valle della Ripa. Sul primo rilievo significativo della lunga dorsale separante le due valli è posta la cappella della Cotolivier, meta di questo itinerario, dedicata alla Madonna della Luce, edificata a seguito di un miracoloso avvenimento del passato.*

*Alcuni sentieri partendo dal fondo delle due valli raggiungono questo minuscolo edificio sacro: anche uno stradello che salendo da Oulx prosegue poi per il colletto e l'alpe Pourachet prima di trasformarsi nel sentiero che porta al passo di Desertes dal quale si scende a Plampinet nella valle della Clarée.*

*In questo itinerario, partendo da una praticamente disabitata borgata di fondovalle Ripa, Amazas, la prima che s'incontra andando verso Cesana, si raggiunge la cappella della Cotolivier passando per Pierremenaud e per Vazon dove sorge il rifugio alpino "La Chardouse" aperto quasi tutto l'anno.*

*Si entra nella pineta incontrando...*





*...porta alla cappella della Madonna della Luce sulla Cotolivier*

*Da questa borgata, dove transita la strada che sale da Oulx, si sale per ripido sentiero al piccolo edificio sacro, punto assai panoramico da una parte verso le due valli e i monti che le cingono, dall'altra verso l'ampio solco vallivo della valle di Susa, sugli innumerevoli insediamenti, sugli alpeggi, sulle foreste d'abeti, di larici e di pini che ammantano i pendii.*

*Si torna poi a valle transitando piacevolmente sul sentiero che per via incontra altre disabitate borgate. Nessuna difficoltà per via delle innumerevoli indicazioni che si incontrano nel cammino: sempre puntuali e precise accompagnano per tutto l'itinerario.*

Giunti a Oulx in alta valle Susa si prosegue per poco nella valle della Ripa in direzione di Cesana lasciando l'auto nei pressi della casupola prima del ponte sul corso d'acqua nel punto in cui è segnalato l'accesso alla

borgata di Amzas.

Saliti con un paio di svolte all'esteso abitato, oggi solo con un paio di residenti fissi, trascurata la traccia che porta a Soubras e a Vazon per la quale si tornerà, si prende quella per Pierremenaud che lasciando le case s'inoltra costeggiando per via muretti che delimitano prati e coltivi da tempo lasciati all'incuria.

Oltre il pilone la traccia s'addentra nel bosco di larici e pini, assai piacevolmente, alternando tratti dove si sale con moderazione ad altri in piano o dove si perde di poco quota così da superare le asperità del pendio. Sempre ben segnata, peraltro evidente, traversa lungamente un assolato versante raggiungendo più avanti un panoramico poggio sulla dorsale dove la vista s'apre sulla valle e sull'abitato di Oulx.

Continuando in breve si raggiungono i prati e

poi le case di Pierremenaud abitate solo nel periodo estivo. Poste in una soleggiata, panoramica posizione sono raggiunte dalla strada che sale da Oulx, e che oltre prosegue in direzione di Vazon, sulla quale ci s'immette per un breve tratto. Poco dopo la svolta che segue, dove parte uno stradello segnalato per Soubras, borgata per la quale di passerà rientrando, si prende a sinistra la traccia che salendo nel bosco riporta, di poco sopra, ancora sulla strada nel punto in cui sorge un'estesa area di sosta.

Qui giunti, trascurato il sentiero che scende a Château Beaulard, il 715 SB, là dove sorgono le indicazioni si prende quello per Vazon e la cappella della Cotelivier, un'ampia traccia che inoltrandosi nel bosco raggiunge più sopra l'assai panoramico poggio dove sorge l'abitato ancora tornando di nuovo sulla strada. Posta su un assolato versante, assai panoramica sulla valle e sui monti dove all'orizzonte

spicca il Pic de Rochebrune, dominata dall'incombente mole dello Chaberton, presso questa borgata è presente il rifugio alpino "La Chardouse" aperto quasi tutto l'anno.

Sempre seguendo l'indicazione per la cappella della Cotelivier e sempre stando su un ben segnato sentiero, lasciata la borgata, attraversata alcune volte la strada che oltre diventa a fondo naturale, lungamente si prosegue e tenendo mediamente la linea di massima pendenza si prende a salire nel bosco dove con i larici sono presenti verdi macchie di pini.

Molto più su ad una svolta si torna sulla strada trovando nel punto ancora delle indicazioni. Qui si può decidere di raggiungere la cappella su strada, oppure di proseguire sul sentiero che nell'ultima parte diventerà assai ripido, stancante, scivoloso sul bagnato o con neve.

Qualsiasi scelta si faccia, al termine dell'ascesa si raggiunge la cappella della Madonna della Luce in vetta alla Cotelivier mt. 2104. Da questo assai panoramico poggio vista ampissima sui monti che cingono le valli e sul solco vallivo della valle di Susa estendendosi lo sguardo a perdita d'occhio.

*Verso le grotte del Seguret*

*3 ore c.ca da Amazas*

Ritornati per la via d'ascesa a Vazon, scesi alla caratteristica fontana, si segue ora l'indicazione per Soubras e Amazas stando





*Molte indicazioni tornando a Vazon*

per un tratto sul sentiero delle borgate. Lasciate le case un lungo, piacevolissimo tratto in piano traversa a margine di estese praterie pascolative portandosi progressivamente nel punto in cui si comincia scendere avendo già in vista il sottostante borgo di Soubras che si raggiunge al termine di brevi traversi alternati alcune svolte discendenti.

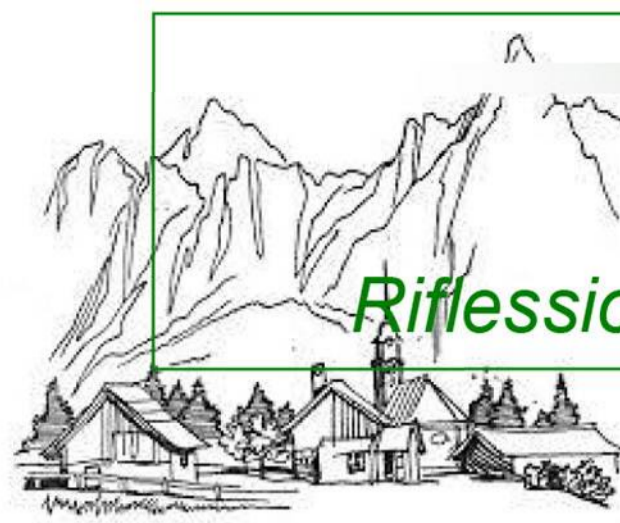
Anche questo insediamento, ora privo di residenti, è posto su una felicissima, incantevole posizione. Raggiunto dallo stradello proveniente da Pierremenaud, da un altro che sale da Amazas, da questa borgata una traccia prosegue in direzione di Balbière e Desertes dividendosi poi per Autagnas e Lozet. A Soubras per scendere ad Amazas si hanno due alternative: prendere lo stradello che interminabile porta a valle, oppure utilizzare il sentiero.

Se così si decidesse di fare, dopo una capatina all'incantevole chiesetta di S.

Barnaba posta sopra un poggio, sulla sinistra parte il segnalato sentiero per Amazas. Prima traversando su una traccia oggi poco percorsa per via della strada, poi scendendo le ripetute, ravvicinate svolte, si raggiunge di sotto un altipiano dove, attraversata la strada, dalla parte opposta riprende il sentiero che aggirato un modesto rilievo ricomincia a scendere a tratti ripido attraversando più volte la strada. Stando su questo, o sulla strada non avendo fretta, si raggiungono così le prime case di Amazas, poi la chiesetta, infine la casupola presso il ponte sulla Ripa dove questo anello si chiude.

*2 ore c.ca dalla cappella della Cotolivier*

**Beppe Sabadini**



## Terre Alte *Riflessioni sull'ambiente alpino*



(foto Ferrigato)

## *Manolo*

*“Non andavo in montagna per morire, anzi...  
Ci andavo per vivere nella bellezza della natura, lontano dalle  
contaminazioni sociali.  
Era lì che volevo essere in quel momento della mia vita,  
a inseguire sogni e inutilità”*



*Manolo Climb Camp Adventure  
at San Martino di Castrozza  
(foto Mocellin)*

*"Io ero un ragazzino" a cui "nessuno aveva parlato di alpinismo". "Le uniche montagne che conoscevo prima di cominciare a scalare erano quelle sul sussidiario di scuola o quella fin troppo triangolare stampata sulla carta del cioccolato".*

*D'altra parte "per la mia famiglia la montagna non esisteva. Era solo una barriera geografica, una cosa inutile".*

*Ecco "forse però proprio per quello mi allontanai dalle regole consolidate e incominciai a crearne di nuove.*

*Accettai la responsabilità di portare avanti quelle scelte a qualsiasi costo, in una rivoluzione personale e interiore, piena di contraddizioni. La preoccupazione più grande era non tradirmi".*

Manolo. Lo conosciamo tutti così, con questo nome. Il Mago, persino, lo chiama qualche amico.

O, a dirla tutta, Maurizio Zanolla, di Feltre, anzi forse ormai più di Primiero-San Martino di Castrozza, dove vive, in Trentino tra le

Dolomiti.

Là, e in tanti altri luoghi, Manolo ha tracciato e scalato linee nuove, mai percorse prima. Forse, nemmeno mai immaginate prima. "Uno fra i più grandi interpreti della scalata", si dice nei titoli delle riviste.

Un ragazzo che un giorno quasi per caso ha scoperto la montagna, il suo fascino, quel "salire e danzare sulle rocce delle Dolomiti che, se le avete mai toccate, hanno il potere di farti soffrire come poche cose belle e inaccessibili sanno fare".

Manolo si racconta nel suo libro "Eravamo immortali", pubblicato da Rizzoli, pagine di tanti pensieri e di belle immagini.

Ed è piacevole per chi è di Torino rileggere nelle righe di Manolo anche la frase di Guido Rey, quella che per anni veniva riportata nella nostra tessera del CAI, dove era scritto che la "lotta con l'alpe" era "utile come il lavoro, nobile come un'arte, bella come una fede".

Una frase che Manolo sa reinterpretare,



raccontando che "per noi era solo bella come l'arte, una forma di aspirazione alla purezza, immersi in luoghi che ci sembravano autentici".

E continua, quasi per rispondere a chi gli ha fatto qualche domanda: "non andavo in montagna per morire, anzi. Ci andavo per vivere nella bellezza della natura, lontano dalle contaminazioni sociali". "Era lì che volevo essere in quel momento della mia vita, a inseguire sogni e inutilità".

"Non scalavo per entrare nella storia dell'alpinismo, ma solo per esplorare mondi sconosciuti dentro e fuori di me".

Sono parole tratte da un libro, sono pensieri nati dall'anima di uno scalatore straordinario. Ma sono, verosimilmente, parole che fanno parte anche di noi che stiamo leggendo questa rivista.

O forse sono le parole di chi semplicemente ama la montagna.

*Post Scriptum)*

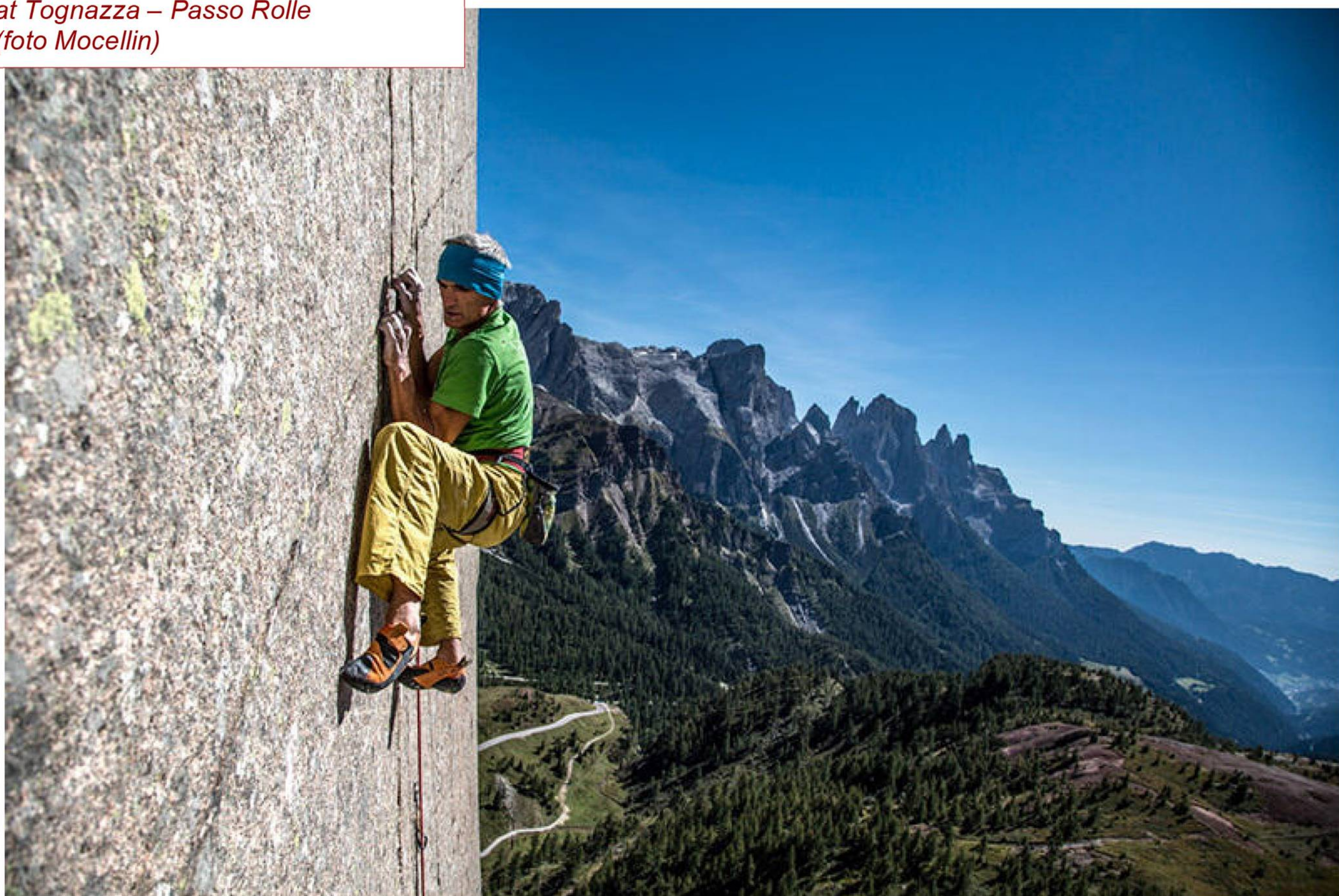
Questo primo pezzo su l'Escursionista nasce da tante cose.

Innanzitutto da Domenica e Mauro, che una sera dopo cena hanno aperto una conversazione, via Teams, su un computer. Perché oramai si usa così: camminiamo spesso nelle *terre alte*, ma ci stiamo abituando a parlarci seduti davanti a un monitor. E' stata una lunga chiacchierata, un'ora, forse di più, a raccontarsi, a parlare di montagna, di tante escursioni tra le cime, di cosa vuol dire UET, o semplicemente a dirsi le cose che si fanno quando si sta insieme, magari già nella nostra sede ai Cappuccini.

E dopo quella conversazione è partito un invito, inatteso forse nella sua immediatezza, anzi qualcosa più di un invito, una mail, quasi una convocazione a scrivere su questa nostra rivista.

E con una missione impegnativa: scrivere per la rubrica *Terre alte*, che è stata firmata fino al numero scorso da Laura Spagnolini. Insomma *si parva licet*, direbbe qualcuno, pensando alla grande stima che abbiamo per

*Pinne gialle, new climb by Manolo at Tognazza – Passo Rolle (foto Mocellin)*





(foto Puato)

Laura, presidente dell'UET per lungo tempo e prima presidente donna.

E allora, si pensa per giorni su che cosa scrivere, o su chi scrivere.

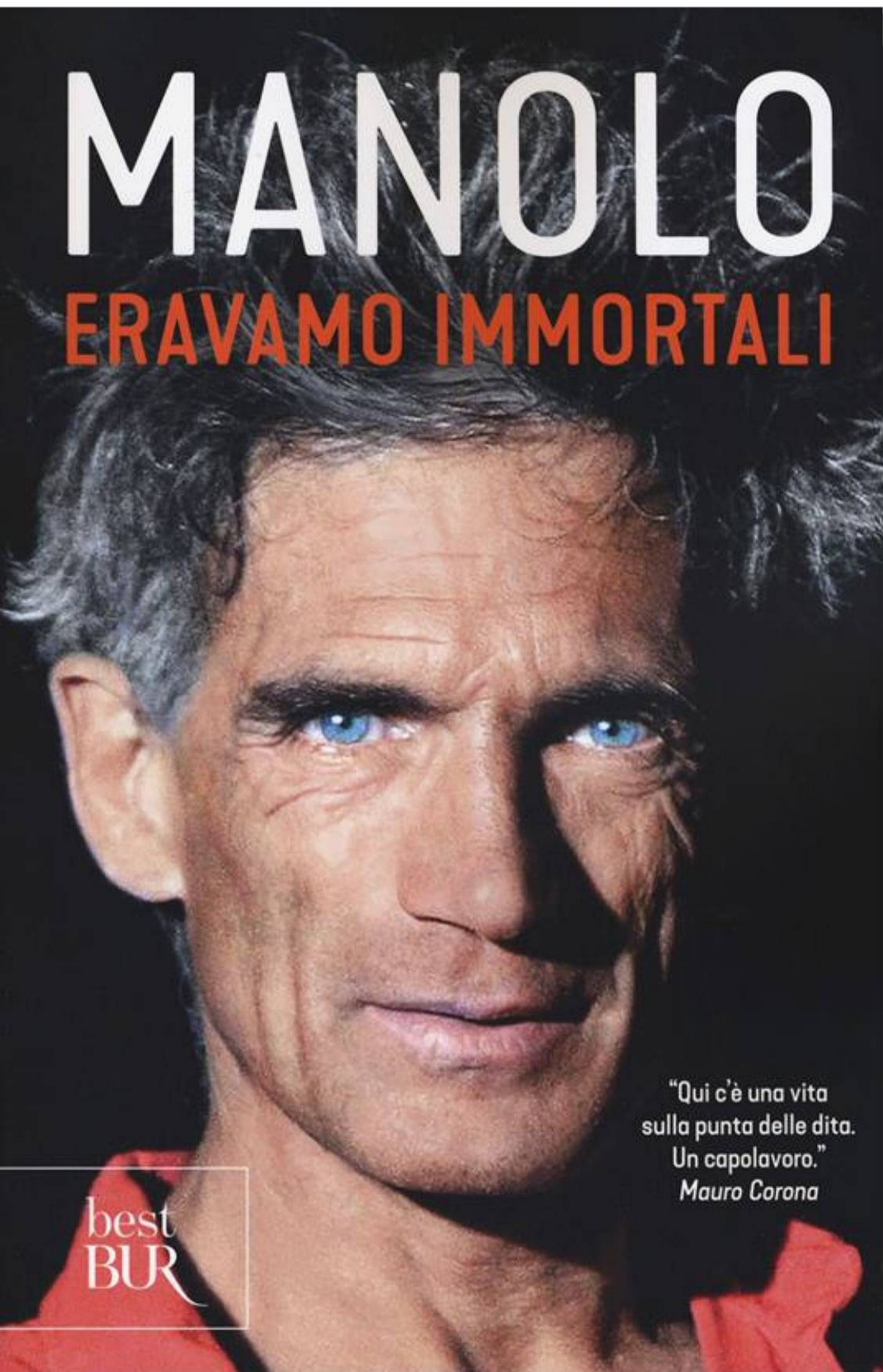
E poi, ecco, essere cresciuto proprio là in quel posto dove sta Manolo, aver camminato da ragazzo mille volte in mezzo a quelle montagne che lui ha saputo scalare da pioniere, ecco questa cosa può anche permettere di sembrare un po' irrispettoso: e cioè di telefonare un pomeriggio a casa su in Trentino, di dire *scusa magari c'è Maurizio, me lo potresti passare* (qua a Torino si dice *hai voglia di passarmelo*. No, là non si usa).

E quindi in un momento sentirsi rispondere, con la cortesia e la semplicità che hanno le persone così, quelle persone che hanno dentro di sé tante cose, che sanno raccontare tante cose.

Quelle cose che ci coinvolgono e appassionano, leggendo i racconti e i pensieri di un percorso di vita, raccolti dentro un libro.

**Gianluigi Pasqualetto**





# MANOLO

## ERAVAMO IMMORTALI

«Qui c'è una vita  
sulla punta delle dita.  
Un capolavoro.»  
Mauro Corona

best  
BUR

Maurizio Zanolla ripercorre gli anni – tra i Settanta e gli Ottanta – che l'hanno portato alla celebrità. Non un elenco di scalate, o delle vie più difficili, ma l'affresco delle esperienze più significative, più intense e toccanti, di una vita vissuta alla ricerca dell'equilibrio.

«Qui c'è una vita sulla punta delle dita.  
Un capolavoro» – Mauro Corona

Manolo. Il Mago. O, semplicemente, Maurizio Zanolla. Un ragazzo cresciuto in un ambiente che vedeva le montagne solo come fonte di pericoli, e che un giorno, quasi per caso, ha scoperto il fascino della roccia.

Un mondo verticale retto da regole proprie, distante da costrizioni e consuetudini della società, capace di imprimere una svolta al suo destino. Così, al rumore della fabbrica e a una quotidianità alienante si è sostituito il silenzio delle vette.

Uno dei più grandi scalatori italiani e internazionali, che ha contribuito a cambiare per sempre il volto dell'arrampicata, racconta per la prima volta come ha scelto di affrontare le pareti alleggerendosi di tutto, fino a rifiutare persino i chiodi.

Nella convinzione che la qualità del viaggio fosse più importante della meta, e che ogni traguardo portasse con sé una forma di responsabilità.

La famiglia, gli affetti, le esperienze giovanili, gli amici delle prime scalate, le vie aperte spesso in libera e in solitaria, il tentativo di conquistare gli ottomila metri del Manaslu, fino a "Eternit" e "Il mattino dei maghi": Maurizio Zanolla ripercorre gli anni – tra i Settanta e gli Ottanta – che l'hanno portato alla celebrità. Non un elenco di scalate, o delle vie più difficili, ma l'affresco delle esperienze più significative, più intense e toccanti, di una vita vissuta alla ricerca dell'equilibrio.

## Cure naturali efficaci contro la stitichezza

*Sapevi che ci sono molti rimedi naturali per aiutare ad alleviare la stitichezza. Le persone possono farlo nel comfort delle proprie case e la maggior parte di loro ha un supporto scientifico. Per trattare la stitichezza, i medici spesso consigliano alle persone di aumentare l'assunzione di fibre alimentari. Ma non solo. Esistono molti trucchi e rimedi antichi naturali che aiutano chi soffre di stitichezza.*

La stitichezza colpisce circa il 20% delle persone negli Stati Uniti, con conseguente 8 milioni di visite mediche all'anno. Le persone possono sperimentare costipazione a causa degli alimenti che mangiano o evitano, le loro scelte di vita, i farmaci che prendono o le condizioni mediche che hanno. Per molti, la causa della loro stitichezza cronica è sconosciuta. Questo è noto come costipazione idiopatica cronica. La stitichezza può avere un grave effetto negativo sulla qualità della vita, così come sulla salute fisica e mentale.

Ci sono molti rimedi naturali per aiutare ad

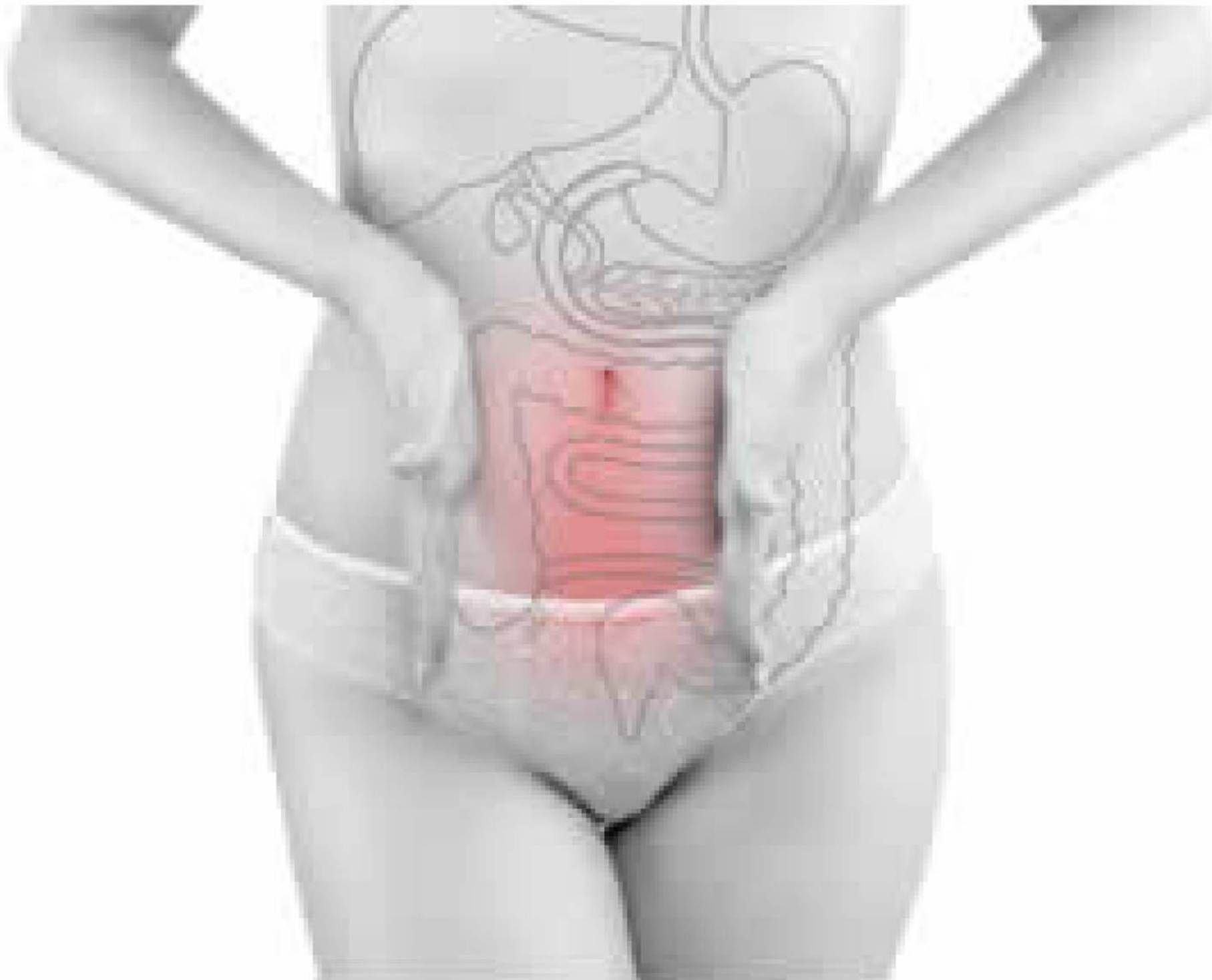


**Il medico risponde**  
*Le domande e le risposte  
sulla nostra salute*

alleviare la stitichezza. Le persone possono farlo nel comfort delle proprie case e la maggior parte di loro ha un supporto scientifico. Per trattare la stitichezza, i medici spesso consigliano alle persone di aumentare l'assunzione di fibre alimentari.

Questo perché l'aumento dell'assunzione di fibre aumenta il volume e la consistenza dei movimenti intestinali, rendendo più facile l'evacuazione. Li aiuta anche a passare attraverso il sistema digestivo più rapidamente.

In effetti, una revisione del 2016 ha rilevato che il 77% delle persone con stitichezza cronica ha beneficiato dell'integrazione di fibre. Tuttavia, alcuni studi hanno scoperto che l'aumento dell'assunzione di fibre può effettivamente peggiorare il problema. Altri riferiscono che la fibra alimentare migliora la



frequenza delle feci, ma potrebbe non aiutare con altri sintomi di stitichezza, come consistenza delle feci, dolore, gonfiore e gas.

Esistono molte fibre alimentari diverse, ma in generale rientrano in due categorie: fibre insolubili e fibre solubili.

Le fibre non solubili, presenti nella crusca di frumento, nelle verdure e nei cereali integrali, aggiungono massa alle feci e possono aiutare a migliorare e facilitare il transito attraverso il sistema digestivo. Di solito arriviamo alla conclusione che i vecchi rimedi della nonna erano molto efficaci e molti di loro non avevano effetti collaterali.

### Stitichezza rimedi della nonna

Una volta si affermava, stitichezza rimedi della nonna. Sono quei rimedi naturali che le nostre nonne usavano e che noi oggi vogliamo rivalutare. Sicuramente è un disturbo che colpisce milioni di persone.

Le cause possono essere diverse. Le più comuni sono una alimentazione scorretta, una vita troppo sedentaria, lo stress, ecc. Vediamo ora dei sani suggerimenti, che possono andare bene per ogni tipologia di stitichezza. Esistono anche dei tipi di lassativo veloce, ma la scelta è vostra. Come al solito ci verrà in aiuto una sana alimentazione, ma non solo. Le nostre nonne avevano ragione in tante cose, da lì il titolo stitichezza rimedi della nonna!

Dopo 3-4 giorni in cui non si evacua, viene considerata stitichezza di livello medio. Ci sono poi altri casi più gravi, ma per fortuna sono minoranza. In questi casi dove l'evacuazione è ostruita conviene aiutarsi con il dito per defecare. Certo che solo chi ci è passato comprende il fastidio che si prova. Senza parlare dei sintomi che possono essere, dolori addominali, mal di testa, ecc. Naturalmente le persone affette

## Stitichezza: cosa mangiare?

### Cibi da evitare

Mele crude



Limone



Formaggi



Riso



Legumi



Banane



Latte



Nespole



### Cibi da preferire

Cereali integrali



Yogurt



Mele cotte



Kiwi



Prugne secche



Zucchine



Carciofi



Olio di oliva



da questo disturbo vorrebbero trovare un lassativo veloce. E se io vi dicessi che una dei rimedi naturali più efficaci per la stitichezza, ce l'avete sicuramente in casa?

### **Bicarbonato di sodio per stitichezza**

Il bicarbonato di sodio è uno dei rimedi naturali più potenti che ci siano contro la stitichezza. Per massimizzare gli effetti va preso di primo mattino appena alzati. Versate dell'acqua tiepida in una tazza. Aggiungete il succo di mezzo limone. Inserite mezzo cucchiaino di bicarbonato di sodio e mescolate.

Bevete la miscela quando l'effervescenza raggiunge il massimo della sua forza. Se siete stitici cronici, il consiglio è di bere il bicarbonato di sodio ogni mattino. Il bicarbonato di sodio vi aiuterà a liberare il vostro intestino. Ma non solo. Possiede delle qualità depurative che potete approfondire in questo articolo.

### **Bicarbonato di potassio per gli ipertesi**

Se siete ipertesi, assumere bicarbonato di sodio tutti i giorni, per voi può essere un problema perché potrebbe aumentare i vostri valori pressori. Ma niente paura. Sostituite in bicarbonato di sodio con il bicarbonato di potassio e il problema è risolto. Per approfondire l'argomento e sapere dove acquistare il bicarbonato di potassio, vi rimando a questo articolo.

### **Le fibre**

Scegliete una dieta bilanciata a base di fibre. Vegetali ricchi di fibre, come le verdure di foglia verde, come bietole bollite, oppure spinaci, coste, verza. Mangiate una porzione abbondante la sera a cena. Anche frutti come le prugne crude oppure potreste prepararvi un decotto di prugne e mele verdi insieme. Sono due frutti ottimi per aiutarvi a liberare gli intestini.

### **Lassativi a base di fibre**

Uno dei lassativi a base di fibre naturali più conosciuto, sono le fave di fuca. Con il termine fave di fuca si indica un integratore alimentare appartenente alla categoria terapeutica dei lassativi. Viene impiegato per il trattamento di breve durata della stitichezza, o stipsi occasionale. Queste pastigliette dal colore scuro che potete tranquillamente trovare in qualsiasi farmacia molte volte riescono a dare sollievo a chi è affetto da stitichezza.

### **Tisana malva e camomilla**

Ogni sera dopo cena e prima di coricarvi, fatevi una ricca tisana aggiungendo malva e camomilla. La malva ha un leggero effetto lassativo, mentre la camomilla esercita un'effetto rilassante, aiutandovi a rilassare il vostro addome. La malva contiene infatti moltissime mucillagini che lubrificano l'intestino, e favoriscono il transito delle feci. Un altro rimedio della nonna di solito molto efficace, bere un bicchiere di latte caldo dopo cena e prima di andare al letto. Spero che questi consigli vi siano utili. Se ne conoscete altri, potete lasciarceli con un vostro commento.

**Edgardo Vincenti**

**Lucia Patruno**



## 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

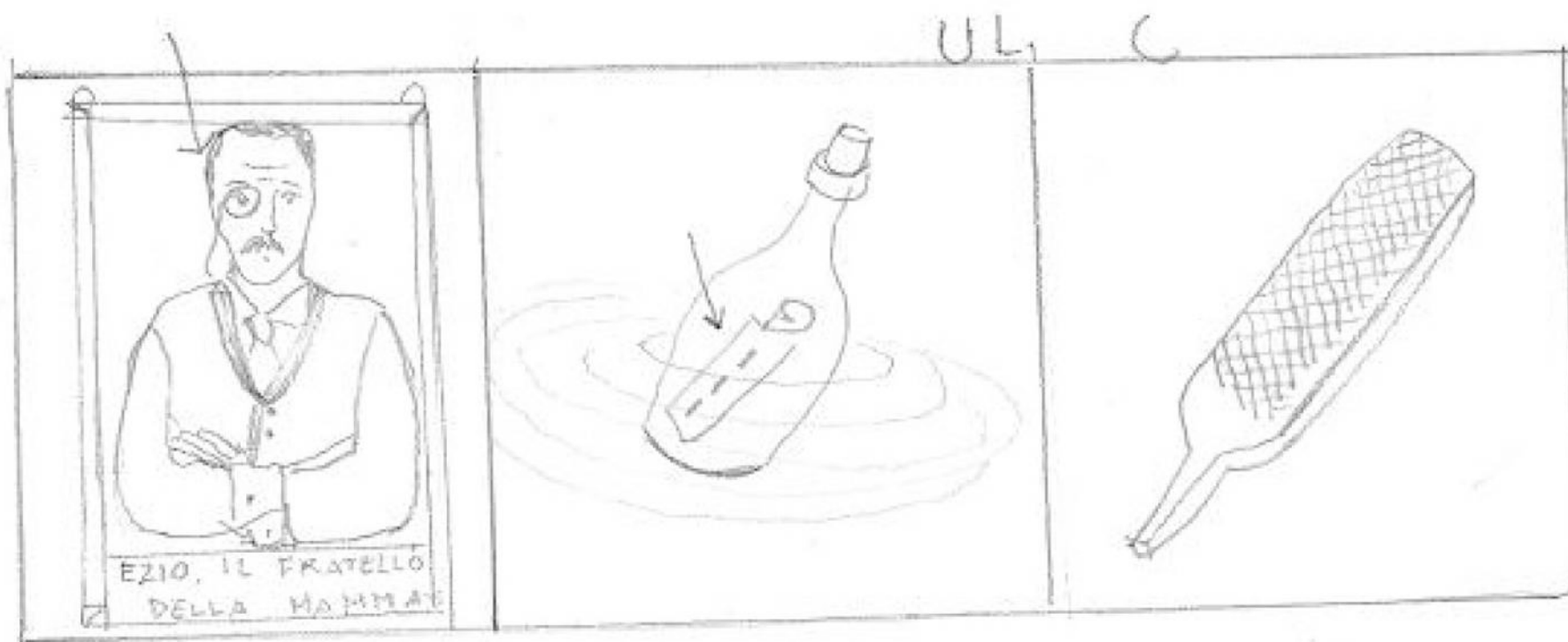
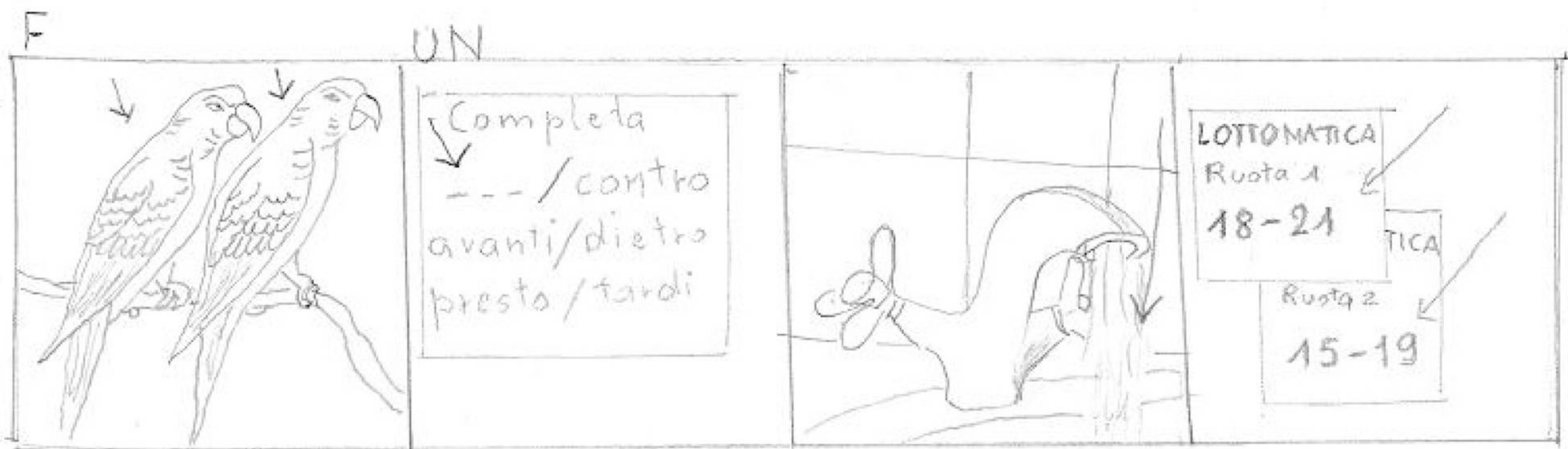
In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



## IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

REBUS: 4, 2, 8, 9, 3, 5

























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



# IL CRUCIVERBA del mese

(a cura di [www.crucienigmi.it](http://www.crucienigmi.it))

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

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



## ORIZZONTALI:

1. La stagione più calda dell'anno
6. Una tecnica d'investigazione medica diagnostica (sigla)
10. La espone il negoziante
11. Ricoprire un oggetto con uno strato di elemento chimico con simbolo Cu
13. Consegnare al destinatario una lettera
15. Patimento, sofferenza morale
16. Inventò il fonografo
17. Suffisso che ha valore diminutivo
18. Figlia di Zeus e di Mnemosine
19. Preposizione semplice che indica appartenenza
21. Sigla di Rovigo
22. Nelle sue il serpente avvolge la preda
23. Numero di codice segreto
24. Distese, tavolieri
25. Branco di più cani per le battute di caccia
26. Lisce, senza peli
28. Édouard, pittore francese
29. Si applicano alle orecchie per migliorare l'ascolto
31. Gioco a cavallo con mazze e palla
32. Sfidò Atena nell'arte della tessitura
33. Si può perderlo parlando
34. L'amata di Garibaldi
35. Uno a Londra
36. Ha sei facce
37. Una secca negazione.

## VERTICALI:

1. In mezzo al seme
2. Chiaro, sgombro di nubi
3. Viaggia su rotaie
4. La lettera muta
5. Una rosa gialla
6. Ce ne sono di tutti i colori
7. Parte dello stomaco dei ruminanti
8. Costoso, salato
9. La seconda nota
11. Rendere indietro
12. I frutti delle proprietà
14. Una regione anatomica relativa ai tessuti molli che chiudono la parte inferiore del bacino
15. Imbarcazione primitiva a remi
18. Il capo di una provincia dell'Impero romano per i Greci
20. Lo è un evento imprevisto
22. Acutissimo fischio
23. Come dire relativa a Cartagine
24. Le misura il cauto
25. Fu ucciso dalla Corday
27. Arsenio, immaginario ladro gentiluomo
28. Il nome del cantante Biondi
30. Ognuno degli Stati federati tedeschi
33. Dario che vinse il Nobel
34. Iniziali dell'attrice Angiolini.

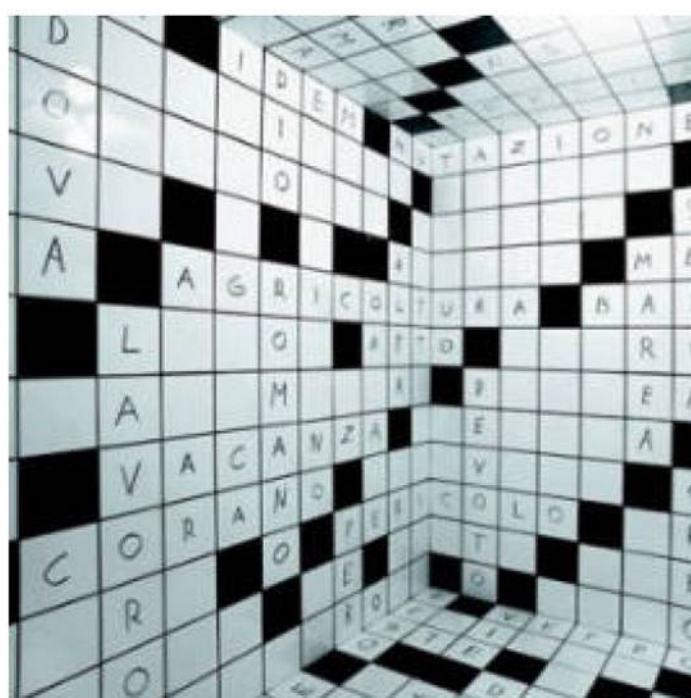


# CRUCIVERBA

(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											

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

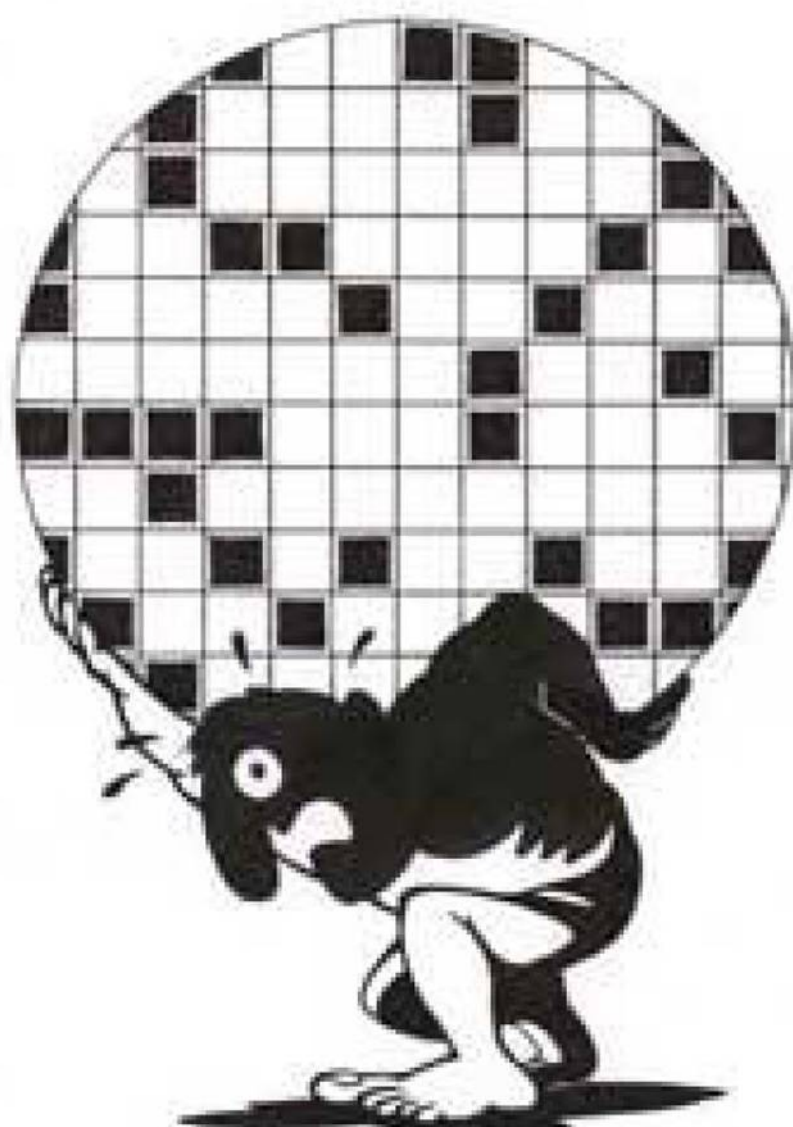


**ORIZZONTALI:**

- 1 Stabilisce le quantità di petrolio estratte
- 5 La si fa ad un'asta
- 11 Spesso è nominata con scilla
- 13 Precedono le notti
- 14 Combin, ex giocatore del Torino
- 16 Calate per l'ennesima volta
- 20 La bevanda delle cinque
- 21 Incuneato, ficcato a forza
- 23 Arnese del disegnatore
- 25 Dispensare, esibire
- 27 Opere di coordinamento
- 28 Può esserlo una lotta
- 29 Organi del corpo umano
- 30 Varietà di silice idrata amorfa
- 33 Dicesi di persona con ossa prominenti
- 36 Cresce sempre
- 38 Ci sono quelli sacri
- 39 Piante erbacee delle sinandrali

**VERTICALI:**

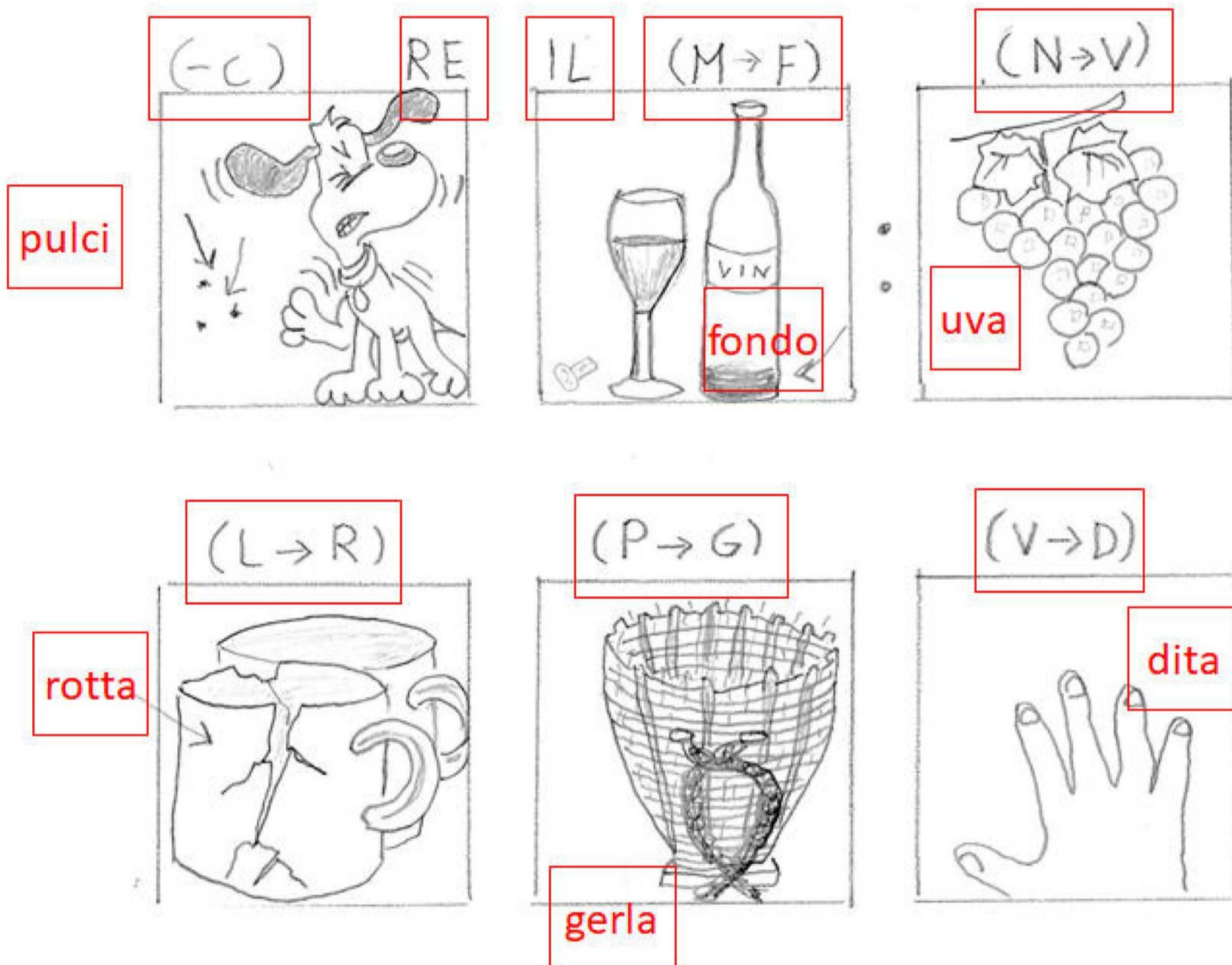
- 1 Al centro del Toce
- 2 Lo sono due, quattro, sei
- 3 Articolo romanesco
- 4 Tra bi e di
- 5 Do allo specchio
- 6 Piccola apertura
- 7 Ci sono quelli viventi
- 8 Reticolo in breve
- 9 Un'andatura equina
- 10 Lieve, leggero, inconsistente
- 11 Dibattere, argomentare, confrontarsi
- 15 Lo sono certe idee
- 16 Bettega, ex giocatore della Juventus
- 17 Svaniti, scomparsi, fuggiti
- 18 Inutili, vani
- 19 Ci si ritorna alla sera
- 22 Abitanti di una regione spagnola
- 24 Accompagnatori Sezionali di Escursionismo
- 26 Serve quartini e mezzi
- 31 Assomiglia ad una ICS
- 32 Davanti a Vegas
- 34 Fratello di Cam
- 35 Trasporti Torinesi
- 37 Dentro








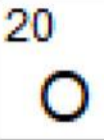








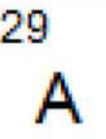









# Le soluzioni dei giochi del mese di NOVEMBRE

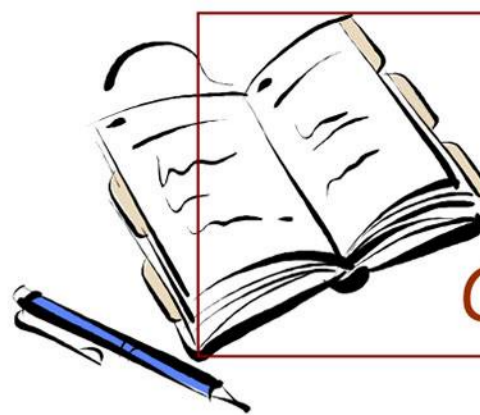
Rebus con cambio: sostituire o eliminare le lettere come indicato tra parentesi.

Soluzione: 6, 2, 5, 3, 5, 3, 2, 4  
pulciRE IL fondo: uva rotta gerla dita  
pulire il mondo: una lotta per la vita.



	1	2	3	4	5	6	7	8						
	T	E	L	E	G	R	A	M	M	I				
9	M	A	R		10	C	I	A		11	A	I	T	A
	I		13	14	A		15	O	L	S	E	N		
16	17	O	D	O	R	E		18	A	N	A	T	R	A
19	P	O	L	I	T		20	O	L	O	G	O		S
21	I	T	E		22	T	A	L	M	A		23	R	
	E		24	L	I	S	I	A		25	C	A	B	
27		28	S	O	C	I	E	T		29	A	R	I	O
30	31	U	D	I	T	O		32	T	O	L	O	S	A
33	C	I	R	O		34	P	A	P	I	N		T	
35	A	S	I		36	M	I	R	E		37	I	N	O
	39	C	O	M	P	L	E	A	N	N	O			

1	A	G		2	P		3	C	A	R	P	4	I	T	O	
	R		8	P		9		L	I	S		E		10	O	M
11	I	T	I			13	A	L	A	C	R		I	T	A	
16	E	O	S			17	V	E			18	I	N		S	
		19	P	A	C	E		21	B	R	I	C	C	O		
23	A		24	C	O	R	T	E	C	C	I	A				
26	G	R	A	N	D	U	C	H	E	S	S	A		28		
29	I	A	N	N	A	C	C	I			30	O	I	L		
		31	D	E	E		32	A	A		33	O	R	T		
34	A	E		35	S	I	N	C	E	R		38	I	T	A	
39	G	R	A	S	S	O	C	C	E			41	I	N		
42	G	E	N	O	A			43	E	O	L	I	C	A		



## Prossimi passi Calendario delle attività UET

### *Dicembre nevoso, anno fruttuoso*

Dicembre è l'ultimo mese dell'anno e conta 31 giorni. In Dicembre avviene il passaggio dall'autunno all'inverno, che coincide con il solstizio d'inverno (21 o 22 dicembre). In questo giorno il sole ha la sua massima inclinazione negativa rispetto all'asse terrestre, e così facendo determina nell'emisfero boreale il momento di minore esposizione alla luce (naturalmente nell'emisfero australe avverrà la cosa reciprocamente opposta) e quindi la notte più diventa la lunga dell'anno. Per i popoli antichi il mese di Dicembre segnava il ritorno della luce, per via dell'allungamento delle giornate, e questo celebrato con feste e riti legati al sole e alle divinità collegate, come Mithra adorato sia dai persiani che in epoca greco-romana.

Nella religione cristiana questa tradizione è stata ripresa nella festività di Santa Lucia (13 Dicembre), che è considerata la portatrice della luce. E' legata alla luce anche l'altra importante festività del Sol Invictus, anticamente celebrata il 25 Dicembre, che ha ispirato il Natale cristiano in cui si celebra la nascita di Gesù, salutato come «colui che creò il Sole» e quindi la luce. Analoghe tradizioni esistono in altre religioni, come il Buddhismo che ricorda la festa dell'illuminazione tra fine dicembre e inizio gennaio.

In natura, il clima freddo di questo mese, caratterizzato da temperature molto basse con la possibilità di nevicata anche a quote più basse, rende del tutto inutile l'attività di semina, da cui nasce il vecchio adagio contadino «seminare decembrino vale meno d'un quattrino». Nel panorama "celeste" infine domina la scena la costellazione di Orione, che è facilmente riconoscibile per la singolare forma "a clessidra" o a "caffettiera" e per la molteplicità di stelle luminose che la compongono, concentrate in uno spazio limitato.

Dicembre, per noi UETini è poi anche il mese di presentazione dei programmi invernali su neve, con le ciaspole o gli sci di fondo, e naturalmente per i tradizionali auguri di fine anno.

Vediamo dunque qual è dunque il calendario del mese:

- Venerdì 3 Dicembre alle ore 21 presso la sede sociale al Monte del Cappuccini ci sarà la presentazione dei programmi di Escursionismo Invernale con le ciaspole e di Sci di Fondo
- Domenica 12 e 19 Dicembre in località Ceresole Reale Chiapili di Sotto avremo due giornate di aggiornamento tecnico sull'uso dell'ARTVA e delle manovre di autosoccorso all'interno di un gruppo travolto da valanga: sarà nostro solito appuntamento-esercitazione con lo scopo di riprendere la conoscenza e la manualità con questi indispensabili strumenti (obbligatori) fedeli compagni delle nostre escursioni.





- Venerdì 17 Dicembre alle ore 21 presso la sede sociale al Monte del Cappuccini si terrà la conferenza “Stazione POZZO STRADA Colori che celano un mondo”, una serata ad immagini a commento degli articoli apparsi sulla rivista UET “l’Escursionista” dedicati al nostro sentirci escursionisti che non può essere solo relegato al tempo di calzata dello scarpone ma deve essere un automatismo mentale che ci accompagna nella quotidianità. Sicchè percorreremo i luoghi della Torino agricola e margara. Entreremo nelle stalle che parlano di transumanza e daremo visibilità a luoghi guardati ma non visti. Con il suono dei campanacci saliremo dal piano agli alpeggi per conoscere quell’equilibrio tra natura e cultura, tra selvaggio e domestico: “colonna portante” delle nostre terre alte. Oer un “Escursionismo con gli occhi, col cuore, con la mente”.

Ora non mi resta altro che farVi i miei migliori Auguri di Buone Feste, che auspico vorrete trascorrere con le persone a voi più care, in attesa che il nuovo anno porti a tutti Voi le gioie e la felicità che più desiderate.

Buone Feste ed un Augurio per un magnifico Anno Nuovo, da

**Mauro Zanotto**

*Direttore Editoriale de “l’Escursionista”*





## Mongolia, contrasti

(Appunti di viaggio)

Perche' uso la parola contrasti?

Per uno svariato numero di ragioni.

Immaginate di essere in Val Ferret, in estate, per una bella passeggiata verso il Rifugio Elena, partendo da Planpincieux; ebbene qui le vallate sono molto ma molto simili, solo che ci viaggiate con un potente fuoristrada (vedi Toyota o i mitici Uaz), per 3/4 giorni.

A viverlo, non ci si crede, date le distanze: un paese enorme.

Anche se guardando il caro vecchio atlante o il mitico mappamondo non si direbbe, vedendola schiacciata tra due veri e grandi colossi come Russia e Cina.

E poi le strade o presunte tali: si va da un asfalto perfetto nei dintorni della capitale o nelle poche arterie principali, a piste talmente in cattivo stato, che ricordo una serata in cui il mio caro GPS indicava che la media in movimento era stata di 13,5 km... una roba



## Reportage Ai "confini" del mondo

che neanche in mezzo alle dune piu' ostili si può immaginare.

E poi pensate al contrasto tra i cavalli che hanno permesso ai mongoli di conquistare mezzo mondo, piccoli, veloci e resistenti al galoppo ed al freddo, paragonati ai cammelli, quelli veri a due gobbe; dico cosi' perche' nel Sahara il dromedario, quello ad una gobba sola e che si chiama ovunque chameau, sono enormi come altezza e come stazza vuoi anche per il pelo davvero folto.

Gia' quando si cade dal dromedario durante un trekking ci si fa male, ma non oso immaginare una caduta dal cammello battriano.

*Tipiche gher, le tende dei nomadi*





*Incontro con gli sciamani*

La Mongolia: un paese con la piu' grande escursione termica al mondo da circa -50 gradi in inverno ai piu' 50 dell'estate.

Estate che comunque riserva non poche sorprese, avendo fatto due bivacchi sotto la neve con temperature sotto lo zero.

Proprio per questo clima estremo non si coltiva nulla e per un carnivoro puro come me e' davvero una grande festa.

Basti pensare che una mattina insieme a tutto il gruppo fummo svegliati da un profumino di carne alla brace: era la nostra mitica cuoca, che pensando di fare cosa gradita, aveva preparato la colazione tipica mongola; ebbene fui l'unico a fare onore alla tavola imbandita.

Per non parlare di quando incrociammo dei motorini, con appesi al manubrio sacchi di tela bianca.

Ricordo come fosse ieri, che lo staff mongolo che viaggiava con noi sui mezzi, scese con le auto ancora in movimento.

E dopo piccola contrattazione e relativo acquisto, scoprii che si trattava di marmotte,

appena cotte.

Non mi feci scappare l'occasione di un assaggio, nonostante tutte le info lette prima di partire, avvisassero del pericolo di contrarre malattie alimentari anche gravi.

Posso tranquillamente affermare, che e' molto meglio vederle correre e giocare sui prati.

Altra cosa sono i ravioli ripieni, di carne di cammello o di yak, che si possono comperare da venditori ambulanti ove ci siano gare di corse dei cavalli o tiro con l'arco.

I campi tendati, offrono gli stessi manicaretti come box lunch.

Una volta che si e' pernottato, godendo della stufa calda e del te' caldo con la squisita ospitalita' e gentilezza orientale.

Per il resto del viaggio, pranzo a base di noodles, trovati anche nei piu' remoti paesini.

Il paese dove il nomadismo regna sovrano ed anche qui con i suoi contrasti da film.

Chi in sella a moto da strada cinesi usate da enduro, chi ancora in groppa ai gia' citati cavalli mongoli.

Solo che per quanto riguarda i primi, vedendo cosa riescono a fare sul destriero meccanico, viene da pensare a cosa sarebbero in grado di fare ad una Parigi Dakar, magari in sella ad una KTM.

Si legge spesso del cielo e delle nuvole in Mongolia, che sembra di toccarle quanto sono basse.

Pensando ad uno dei tanti stereotipi legati ad ogni paese che si visita, non ci feci caso piu' di tanto.

Fino a quando un pomeriggio le notai, le vidi e le toccai o perlomeno cercai di toccarle, nuvole come batuffoli di cotone, apparivano come panna montata, proprio sopra le nostre teste, e le cui ombre giocavano come in un puzzle gigantesco ed infinito.

Pensate passare da migliaia di dune come nel Deserto di Gobi, a cime di oltre 4000 metri al confine con Russia e Cina, a pianure infinite.

Greggi con migliaia di capi, e falchi che ti girano attorno come da noi fanno i corvi e che prendono il cibo che gli lanci al volo.

Falchi che vengono venduti ai Paesi del Golfo in cambio di infrastrutture, come per l'appunto asfaltare un paese fatto di piste e fuoripista.

Incrocerete lungo il vostro cammino i tipici stupa con offerte votive e bandierine al vento, monasteri e ad ovest moschee.

E tutto questo in Mongolia che e' davvero il Paese dei grandi contrasti.

**Fabrizio Rovella**

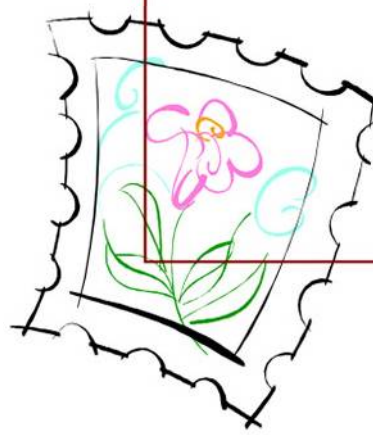
*(Esploratore e Sognatore)*

 Saharamonamour

[www.saharamonamour.com](http://www.saharamonamour.com)

*Nomadi a cavalli nel nulla della steppa mongola*





## Color seppia Cartoline dal nostro passato



5 Agosto 1900

### *Tormenta in montagna*

La sera del 5 agosto il sole era calato dietro la cima Monfret sopra Forno Alpi Graje risplendente di vivida luce, ed era successa una notte brillantissima di miriadi di stelle per un orizzonte che la brezza notturna, forse anche troppo sostenuta, teneva limpide e serene.

La sicurtà di uno splendido giorno per domani non mi fece dubitare punto di provvedervi viveri ed annunziare alla mia guida l'ascensione della Levanna centrale (3619m).

Erano le 3:30 quando partimmo. Però a causa di uno di quei subitanei cambiamenti d'atmosfera tanto frequenti in montagna, il cielo non era più terso; in basso una leggera nebbia velava l'azzurro e sulle alte cime si accalcavano pesanti nuvoloni, alla seconda Alpe della Gura cadeva fitta la pioggia e soffiava un vento impetuoso, non lieve ostacolo alla nostra marcia, diretta verso il colle Girard.

Ma non era cosa inquietante, e si credeva anzi che il sole avrebbe facilmente diradate le

nebbie e calmato il vento, mantenendo la giornata tiepida e serena.

Contrariamente alle nostre previsioni il sole si alzò cinto da oscure nubi.

Al Gran Pian dovemmo, per la seconda volta, rifugiare onde difenderci dalla veemenza del vento che turbinava e da una fine e gelida tempesta, e sopra al Gran Crest incontrammo la prima neve molle e pulverulenta che la raffica ci spingeva contro con un infinito disagio, così che diverse volte dovemmo cercare sollievo al debole riparo di un masso o nei vani delle rocce.

Però, data l'ora mattinale, eravamo fidenti in un prossimo miglioramento del tempo e stabilimmo di avanzare finché prudenza avrebbe consigliato.

Si pervenne all'imbocco della talancia Girard, un ripido pendio di neve inclinata a 50 gradi, se non più, e dal sommo anche 55 gradi, indurita tanto per il gelo che non faceva presa al piede, e fu risolto di dirigerci alla cosiddetta "Ghingi", un canalone secondario, erto forse più della talancia, ora puro ghiaccio, ma ristretto ed incassato così da non temere la violenza della tempesta.

Con fatica approdammo alle rocce di destra, ripide e prive di appigli, cosparse di un minuto tritume, che ad ogni passo pigliava la china.

Ci dirigemmo verso il sommo della Ghingi

Levanna Occidentale m. 3593

Levanna Centrale m. 3619



tenendoci nel solco tra il ghiaccio e la roccia, solco dapprima di pochi centimetri, ma in alto così profondo da parere una fossa.

Si sale cauti e lentamente; è un lavoro faticoso di nervi che stanca, il vento non si soffre ma dall'alto ci tormenta la neve.

La gola è stretta ed erta, e la roccia gelata, eppure si perviene al sommo, ma disgraziatamente, date le condizioni del tempo, ci avvediamo che il passo non è più praticabile.

A' fianchi pareti lisce, davanti ghiaccioli spropositati pendono dalle labbra superiori del canalone, e per giunta un masso è attanagliato e poggia sul vetrato: il primo sgelone ne determinerà la caduta.

Urge riprendere la discesa, e la spada di Damocle pende sul capo.

Convenientemente legati si entra nella talancia sconvolta pel furore della bufera, scolpendo nella neve gradini larghi e comodi così da permettere l'appoggio dei due piedi per essere più atti a sostenere l'impeto del vento che per poco non ci travolge e ci impedisce la respirazione.

Dal colle Girard s'alzava un vapore nerastro che irrompeva informe di nevischio e di tempesta per la talancia, la cui parete a noi

opposta appariva indistinta per la densa nebbia e frequenti rombi mi tenevano l'animo sospeso, indeciso se fosse una caduta di pietre o l'infuriare del nembo che spingeva le nubi or alte or basse sciolte od ammassate.

*E dal vortice ovunque eran condotte*

*Ratto più che non è colpo di fionda*

*Seco traean grandine, vento e notte*

*(Varano)*

Perdurando tale pessimo tempo era miglior partito avanzare che di scendere per quella via.

Con ritardo non indifferente e con bene sopportata fatica pervenimmo al passo Girard. In breve d'ora la bufera aveva mutato aspetto. Le nebbie eransi alzate ed era cessato l'imperversare. Il versante italiano era più tranquillo, ma dall'alto vallone dell'Ecòt soffiava il "Savoiaro" un ventaccio gelido che teneva la temperatura a zero.

Stante l'ora inoltrata, deponemmo il pensiero della Levanna Centrale, ed attaccammo quella costiera che, a spuntoni, scende sul colle della punta orientale attenendosi di preferenza alle rocce e non al ghiacciaio che poggia ripido e crepacciato.



Intirizziti dal vento, eravamo obbligati a nasconderci dietro le poche rocce, ricorrendo sovente a quelle cenghie sospese sull'alto di quel bastione che con un a picco di 300 m circa, domina il ghiacciaio italiano della Levanna.

Inutile parlare: l'aria portava lontana la nostra voce e le labbra e la lingua rese inerti dal gelo, non davano che suoni confusi.

Le mani diaccio mal reggevano la piccozza che ribaltava sul ghiaccio, e l'uso dei guantoni sarebbe stato pericoloso in quel luogo. Succede in alcuni momenti di estrema spossatezza che il fisico opera macchinalmente, senza intervento alcuno delle facoltà morali; allora si diventa meno cauti e non curanti del pericolo, un'apatia invade ed atrofizza la mente, ed è appunto in questo stato, che noi avanzavamo molestati dal vento, dimentichi di noi.

Mentre stiamo per attraversare una lucida e pendente costa di ghiaccio la guida si arresta ed accenna a portarsi in alto tra il ghiaccio e la roccia.

Il solco è esiguo e gli faccio comprendere che non si potrà passare.

S'avvicina e mi grida: <<Lo passeremo a carponi>>

<< E perché non intagliate gradini?>>

<<Non posso più. Anzi si mantenga ben saldo perché se squilibra non mi bastano le forze per tenerla.>>

Do uno sguardo alle mani livide della guida ed al pendio rotto da perigliose buche e terminato da una larga bergschrund, faccio un rapido esame delle mie forze e le trovo di molto affievolite.

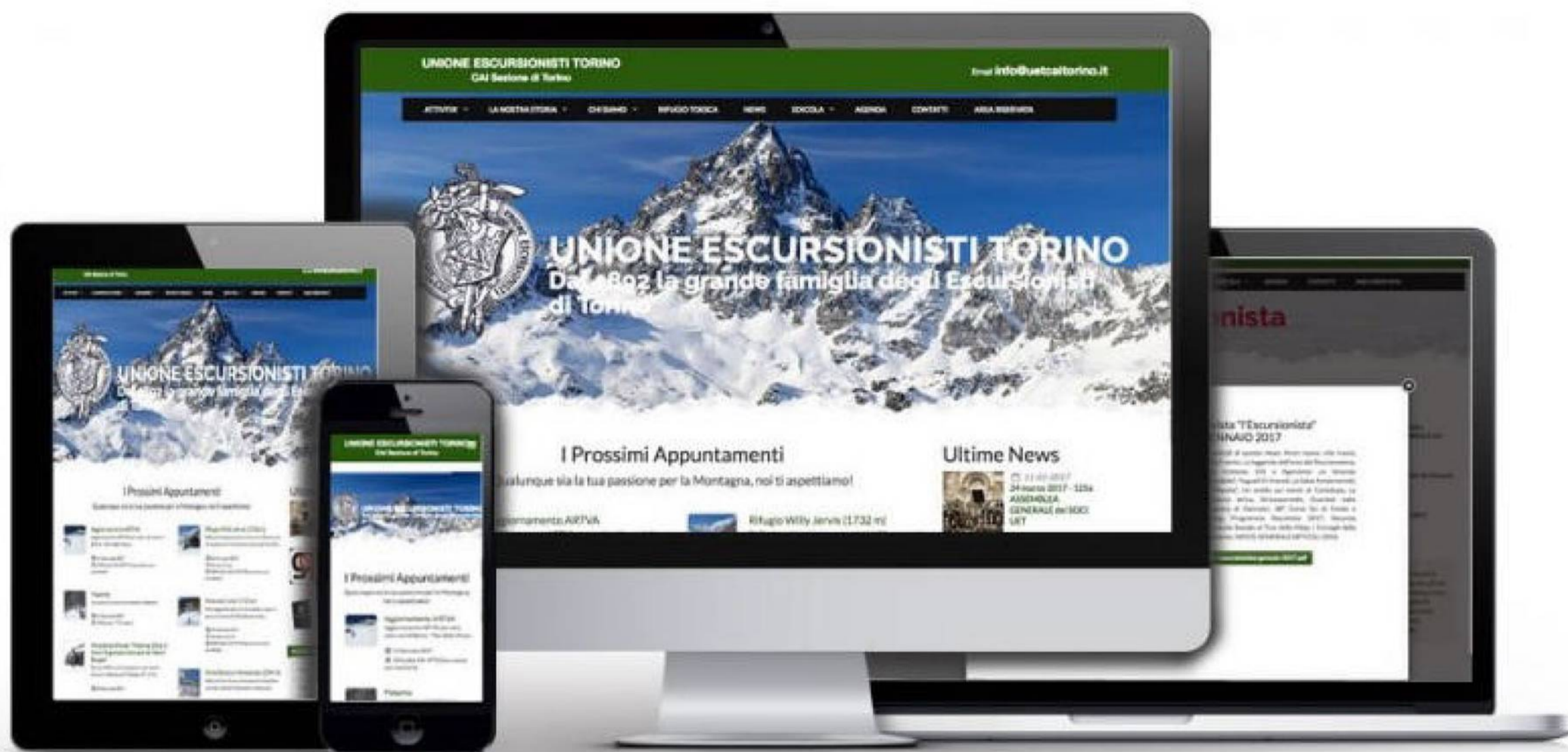
L'ora è tarda, l'estrema vetta nascosta ancora, il vento persistentemente gelato, la continua fatica e il lungo e forzato digiuno ci hanno pressoché sfiniti.

Il procedere oltre sarebbe follia. Cenno alla guida di retrocedere e portarsi alle rocce inferiori donde pel tormentato ghiacciaio rivediamo il passo Gerard.

All'imo della talancia ci sorprende una fine acqueruggiola che ci accompagna fino al Forno ove neppure tende a diminuire, ma perdura la notte ed il domani, lungo strascico di quella bufera montana che ci procurò una giornata così fortunosa.

**Emilio Bravo**

*Tratto da "l'Escursionista" n°11  
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE  
ESCURSIONISTI DI TORINO  
del 10 settembre 1900*



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

*Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!*

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

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

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

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

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

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

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

**AUGURI !**

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

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

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

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013



segui su



Dicembre 2021