



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Gennaio 2022

€ 0,00

Finalmente sullo stesso binario bianco

Ossia la prima uscita di sci di fondo UET dopo due lunghi anni di attesa

Quo vadis

Guida all'autosoccorso ai travolti da valanga

Prodigio a piè dell'Alpi

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

Balla Marietta

Cantando con il coro Edelweiss

Ecophilia in 3D

Visita della mostra tramite l'online

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

SOTTO
SEZIONI
E GRUPPI



seguici su



Anno 10 – Numero 96/2022

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





2022: UET, una Associazione in cammino

Siamo giunti al termine dell'anno 2021 e la pandemia non ci ha ancora abbandonati, anzi in questo momento abbiamo una recrudescenza delle infezioni.

Questo è anche il momento dei bilanci e la UET può osservare che questo anno, nonostante le restrizioni governative, la nostra attività è stata positiva e abbiamo portato a termine i programmi anche se ridimensionati rispetto agli anni precedenti.

In primavera abbiamo avviato l'escursionismo estivo con uscite quindicinali portando a termine il programma ed i Soci sono stati partecipativi con numeri discreti di presenze.

Abbiamo anche ripreso le nostre serate a tema al Monte dei Cappuccini, centro incontri. La prima si è svolta a metà novembre a cura di Luigi Leardi (geologo) e riguardava le Rocce Metamorfiche e l'utilizzo che ne è stato fatto nella costruzione di storici edifici di Torino. La seconda dal titolo "Torino fuori le mura (campagna, storia e transumanza: un vissuto prossimo all'oblio)" è stata a cura di Piermario Migliore e si è svolta il 17 Dicembre.

Queste conferenze ci danno lo spunto per osservare meglio l'ambiente che percorriamo costituito da tipi diversi di rocce che ora dovremmo essere in grado di riconoscere. Si arricchisce così il nostro bagaglio di conoscenze sia in montagna che in città.

Spessp pensiamo di conoscere bene Torino ma in realtà ci sono luoghi storici in periferia di cui ignoriamo l'esistenza e che Piermario, durante questa serata, ci ha portato a conoscenza ovvero le cascate dell'immediata periferia torinese che hanno poi dato il loro nome ai quartieri sorti in tempi recenti ed è interessante confrontare le fotografie d'epoca con la situazione attuale.

Queste conferenze stimolano il senso dell'osservazione del territorio che è fondamentale per l'escursionista. Altre conferenze sono in programma per il mese di gennaio e febbraio 2022 ma sempre con l'incognita del Covid che in questo fine anno sta avendo un'accelerazione mettendo a rischio nuovamente di possibili chiusure obbligatorie. Come di consueto le notizie sulle attività UET sono pubblicate sul Sito e che riceverete con le news quindicinali.



Sezione di Torino



Nonostante queste previsioni poco felici, noi continuiamo a lavorare, il programma invernale è già pubblicato e vi attendiamo per camminare insieme sulla neve, con le ciaspole e con gli sci.

Colgo quindi, ora, l'occasione per porgere i migliori Auguri di Buone Feste a tutti i Soci e Amici della UET.

Buon Anno quindi, nella speranza che il 2022 sia più piacevole e semplice per tutti.

Domenica Biolatto
Presidente UET



Sezione di Torino





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 10 – Numero 96/2022
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

Sito Internet : www.uetcaitorino.it

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

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

Sommario Gennaio 2022

Editoriale – Riflessioni della Presidente

2022: UET, una Associazione in cammino 02

Ciastre - La rubrica dell'Escursionismo Invernale

Quo vadis

Guida all'autosoccorso ai travolti da valanga 05

Pistaaa! – La rubrica dello Sci di Fondo

Finalmente sullo stesso binario bianco!

Ossia la prima uscita di sci di fondo UET dopo due lunghi anni di attesa 13

Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare

Prodigio a Piè dell'Alpi (parte XII) 15

Gli sci azzurri 20

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

I ruscelli del diavolo 23

Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis

Balla Marietta 30

Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare

I liquorini dell'Escursionista 35

C'era una volta - Ricordi del nostro passato

La fienagione ieri a Lajetto e Pratobotrile

(Fé 'l fen ier a Lajet e Pabotri) 39

la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna

Ecophilia in 3D 42

Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli

Un anello per la Rocca Due Denti dalla chiesa di S. Giacomo 46

Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino

Portatori di un'idea 50

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

Lo yoga e i dolori mestruali 55

Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici

Strizzacervello 58

Prossimi passi - Calendario delle attività UET

Sotto la neve pane, sotto l'acqua fame 65

Reportage – Ai confini del mondo

L'importante è partire 67

Color seppia - Cartoline dal nostro passato

Valtournanche

5 e 6 gennaio 1913 70



Per comunicare con la redazione della rivista
scrivici una email alla casella:
info@uetcaitorino.com

Quo vadis

Guida all'autosoccorso ai travolti da valanga

La meta è sempre la stessa: Ceresole Reale, persino i partecipanti sono quasi sempre gli stessi; grosso modo una decina con rare new entry che ogni anno cambiano.

Ho maturato l'impressione che l'utilizzo e la conoscenza dell'ARTVA e con esso tutto quello che riguarda l'autosoccorso siano dai soci CAI, o perlomeno dagli Uettini, un optional, un di più che solo pochi eletti devono conoscere.

Spero che non succeda mai che proprio quegli eletti debbano, un futuro, fare conto sull'aiuto degli altri, dei normali, di quelli che preferiscono stare a casa. Che dipenda dalla vicinanza delle festività?

Scusate lo sfogo.

Dato che, come detto, la località è sempre la stessa vorrei brevemente soffermarmi su di essa, con alcuni cenni e curiosità.

Ceresole reale è un comune italiano della città metropolitana di Torino situato in alta valle Orco che, insieme a Venaria Reale, si può fregiare del titolo di Reale.

Il nome di Ceresole probabilmente si riferisce alla presenza in zona, anticamente, di una foresta di Ceresiolae, ossia di piccole ciliegie.

Il paese è di probabile origine celtica e conserva alcune tracce della dominazione romana, infatti nei corridoi sotterranei delle miniere di Bellagarda e Cuccagna sono presenti alcune iscrizioni latine.

Si dice che l'impero romano condannasse i cristiani ai pesanti lavori d'estrazione dalle antiche vittime delle miniere trae anche origine il culto di San Meineirio, simbolo di tutti i martiri della fede.

Le prime notizie accreditate riguardo a Ceresole risalgono attorno all'anno 1000, quando l'alta valle Orco fu donata dall'imperatore Ottone III al vescovo di Vercelli. Nel corso del secolo successivo i territori passarono alla famiglia del Valperga che concesse gli statuti nel 1338. L'estrema povertà e le angherie dei nobili spinsero la popolazione ad insorgere pochi anni dopo, quando nel canavese dilagò la rivolta dei Tuchini.



La pacificazione avvenne solo nel 1449 e, nonostante i valligiani pagassero la somma di 2000 fiorini per dipendere solo dai Savoia, tornarono ben presto sotto il dominio dei Valperga.

Nel 1794 gli abitanti di Ceresole respinsero i francesi repubblicani che tentavano di invadere il territorio dopo aver valicato il colle della Galisia.

A partire dal 1862 Ceresole si fregiò del titolo di Reale ottenuto per concessione di Vittorio Emanuele II, al quale il comune aveva ceduto gratuitamente il diritto di cacciare camosci e stambecchi.

Nel 1700 si riteneva che gli stambecchi, oggetto di una caccia spietata, fossero ormai estinti in tutta Europa. Per fortuna un centinaio di esemplari erano sopravvissuti fra i dirupi del massiccio del Gran Paradiso, entro i confini del regno Sabauda.

Fu così che fra il 1854 ed il 1864, Vittorio Emanuele II istituì la Riserva Reale del Gran Paradiso, creata mediante la cessione del diritto di caccia, da parte dei comuni valdostani e canavesani, al sovrano che avrebbe esercitato in esclusiva l'attività venatoria.

Il 3 dicembre 1922 con un regio decreto la riserva reale veniva donata allo stato Italiano affinché divenisse parco: nasceva così il Parco Nazionale del Gran Paradiso.

Tra gli anni 1925 ed il 1931 venne eretta l'imponente diga dell'AEM di Torino. Secondo la tradizione locale nella conca di Ceresole già in epoca remota esisteva un lago che si prosciugò a causa della rottura del diaframma di rocce che chiudeva l'imbocco delle Scalee (la ripida Erta delle Scalee, che si percorreva interamente a piedi, colmava il dislivello tra i centri abitati di Ceresole, tutti sopra i 1550 mt, e tutti gli altri paesi della valle).

Tornando ad oggi, considerato lo scarso numero dei partecipanti, le ottime previsioni meteo e la relativa vicinanza da Torino



avevamo deciso di trovarci nel parcheggio del comune per le 9.

Tutti abbastanza puntuali ci ritroviamo dunque e dopo aver esplicitato ai doveri istituzionali (saluti, temperatura e green pass) risaliamo in macchina per fermarci quasi subito in un ampio parcheggio: davanti a noi una spianata fantastica per il nostro scopo, sotterrare e ritrovare gli ARTVA.

Ho pensato di portare con me due dei vecchi Fitre che avevamo in dotazione. Le ricerche possono perciò essere effettuate da due gruppi distinti. Luisella, Luciano, Carlo, Beppe, Domenica, Maria Teresa, Valter seguiti da Luca e Giorgio si alternano dunque da soli, a gruppi di due o tre alla ricerca e al suo disseppellimento. Sorvegliati speciali Maria Teresa e Valter che si sono dotati di strumenti nuovi per cui più degli altri si devono impraticare nel loro uso e conoscenza.

Le ore passano lentamente, il sole nel suo percorso si va nascondendo dietro le vicine punte.

Sosta natalizia: Luisella tira fuori il panettone io cavo dal cilindro due bottiglie di quello buono.

Cin cin dunque mentre il sole abbandona definitivamente il luogo. Non rimane che concludere la giornata con una breve sosta al vicino rifugio Muzio dove caffè e vin brulé coronano i nostri commenti finali.

Grazie a tutti i partecipanti auguri a tutti gli Uettini con la speranza di ritrovarci, spero un po' di più alle prossime escursioni.

L'autosoccorso ai travolti da valanga

Il termine "autosoccorso" forse non è dei più appropriati: potrebbe far intendere un soccorso fatto per se stessi, mentre in realtà è un aiuto che cerchiamo di portare ad altri partecipanti. Non dobbiamo infatti dimenticare che solitamente in montagna è bene non andare mai da soli proprio per evitare conseguenze spiacevoli.

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

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

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

Ricordo che la progressione su neve non può essere uguale per tutti: ciò che risulta facile per una persona esperta può diventare arduo

per coloro che sono agli inizi, soprattutto pensando alle discese!

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

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

ARTVA: letteralmente Apparecchio di Ricerca dei Travolti in Valanga. E' uno strumento elettronico per la ricerca delle persone che vengono travolte e seppellite da una valanga. Sostanzialmente è una ricetrasmittente di segnale a corto raggio che funziona su una determinata frequenza ed è attivabile in modalità di trasmissione o ricezione.

In commercio ne esistono svariati modelli con caratteristiche e prezzi differenti. Per i principianti che vogliono iniziare si possono eventualmente affittare. Teniamo presente che il buon uso dell'ARTVA può salvare una vita! Per questo un esercizio frequente non è mai tempo sprecato!

PALA e SONDA: complementari dell'ARVA vengono usati la prima per disseppellire il valangato, la seconda per individuare il corpo sotto la neve, sia che il malcapitato abbia o





meno l'ARTVA. Anche di pala e sonda esistono modelli più o meno costosi.

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

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

Le fasi dell'autosoccorso ai travolti da valanga

Per gentile concessione di Aineva.it, riportiamo ora un breve estratto della guida alla gestione di un gruppo durante l'esecuzione dell'autosoccorso ai travolti da valanga: questo estratto non vuole "evadere" esaustivamente l'argomento, ma fare riflettere sulla numerosità e sulla complessità delle operazioni critiche che devono essere svolte per rendere efficace l'azione di autosoccorso, operazioni che non

possono essere improvvisate ma conosciute all'interno del gruppo e periodicamente verificate durante simulazioni condotte in apposite esercitazioni sul campo.

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

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

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

b) Stima della sicurezza del luogo.



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

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

Possibilmente annotare su carta le indicazioni ricevute.

c) Ordine di spegnimento di tutti gli ARVA.

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

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

2. Ricerca vista-udito

Il coordinatore dovrà :

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

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

c) Dare ordine di dotarsi di pala e sonda.

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

In base al tipo di valanga è molto importante decidere se usare o meno gli sci. La presenza



di blocchi di neve ostacola notevolmente il movimento con gli sci, mentre la neve soffice allunga i tempi di spostamento senza l'uso degli stessi.

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

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

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

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

3. Ricerca specifica con ARVA e individuazione aree primarie

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

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

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

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

c) Lettura della valanga e individuazione aree primarie per sondaggio

AUTOSOCCORSO IN VALANGA

CORSO DI 1 GIORNO AL RIFUGIO TOESCA



Prove pratiche con l'uso di ARTVA, PALA E SONDA
6 gennaio 2022 (posti limitati)

PER INFO E PRENOTAZIONI CHIAMARE IL RIFUGIO 012249526

[HTTPS://SITES.GOOGLE.COM/VIEW/RADIO-EMERGENZA-MONTAGNA/HOME](https://sites.google.com/view/radio-emergenza-montagna/home)



AUTOSOCCORSO IN VALANGA



Programma:

ORE 9:00 arrivo in rifugio (autonomamente)

ORE 9:30 inizio attività, con panoramica sul kit di sicurezza personale.

UTILIZZO ARTVA

PROVA DI SONDAGGIO

PROVA DI SPALATURA

Ore 14 pranzo al rifugio

Discesa a valle (autonomamente)



~Corso pratico e teorico sull'utilizzo di ARTVA PALA E SONDA

~Pranzo al rifugio

Per chi volesse salire il giorno prima e fare la mezza pensione 50€ (Cena, dormire e colazione)

COSA PORTARE:

Ciaspole o sci da alpinismo, ARTVA PALA, SONDA e pila frontale. Indumenti idonei alla permanenza esterna nella neve con temperature invernali. attrezzatura personale, sacco-lenzuolo, termos ed indumenti di ricambio.

L'ARTVA, per chi ne fosse sprovvisto, verrà messo a disposizione da **SOS**montagna ODV

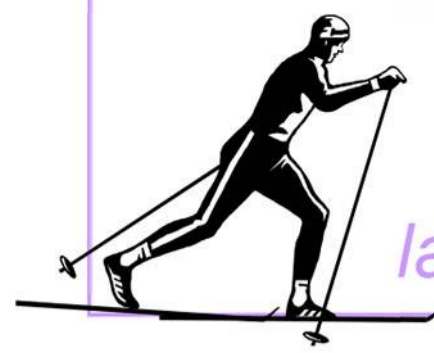
<https://sites.google.com/view/radio-emergenza-montagna/home>

Per info e prenotazioni e Costo chiamare il Rifugio allo 012249526



Finalmente sullo stesso binario bianco!

Ossia la prima uscita di sci di fondo UET dopo due lunghi anni di attesa



Pistaaa!
la rubrica dello Sci di fondo

Fa freddo alle 7,30 del mattino all'ex Istituto Maffei, dove, al solito, ci trovavamo.

Ma è proprio questo "solito" che ci è mancato e adesso vogliamo recuperare nel rispetto delle regole.

Anche se siamo in pochi (ma buoni), l'entusiasmo traspare dalla consapevolezza della giornata sulla neve che ci attende e, soprattutto, dallo stare insieme, finalmente, sullo stesso binario bianco, sia pure nel rigoroso rispetto delle regole anticovid.

Dunque, mascherina indossata, niente abbracci e controllo dei Green Pass. Distribuiti e distanziati nelle auto, si parte alla volta della Val Germanasca.

Il tempo si annuncia bello infatti, appena imboccata la tangenziale, ci siamo trovati immersi in un fitto nebbione che si è poi diradato alle porte di Pinerolo rendendoci, su sfondo azzurro intenso, la linea dei monti all'ingresso in Val Chisone.

A sinistra troneggia Sua Maestà "Il Viso".

Parlare con le mascherine indossate è fastidioso, ma abbiamo tante cose da raccontarci.

Ci ritroviamo così a Prali senza accorgerci del viaggio, la bella stazione sciistica (discesa e fondo) della Val Germanasca. Alle 09,30 Prali ci accoglie con una temperatura di -5° e noi rispondiamo con un bel cappuccino fumante. dopodiché appare il sole.

Le nostre due ex allieve, giusto per rinverdire le nozioni basilari della tecnica classica, hanno concordato con la Scuola fondo una lezione e si dirigono al luogo dell'appuntamento. Io e gli altri fondisti, calzati gli sci stretti, ci mettiamo sul binario giusto per la parte alta della pista e puntiamo sulla frazione Ribba.

Partiti! La pista sale dolcemente alla sx del torrente. Tolta la mascherina, il fiatone si condensa nell'aria fredda; noi spingiamo e (di fiato) non ce n'è più per le chiacchiere. La ruggine accumulata è tanta.

Neanche mezz'ora e il "riscaldamento naturale" è fatto.

Ci fermiamo per alleggerirci di qualche capo di abbigliamento di troppo.

Il sole fa capolino e illumina il versante boscoso della destra orografica del torrente. I suoi raggi fanno risplendere i cristalli di neve non ancora trasformati. In silenzio ascolto il gorgoglio del torrente che scorre vivace alla nostra sinistra ed a tratti appare dagli squarci aperti nella coltre candida che copre quasi per intero il suo letto.

Respiriamo profondamente l'aria frizzante del mattino ricca di profumi e di essenze balsamiche che provengono dai larici, dai pini e dalle altre conifere presenti. Si riparte, un gruppetto di case appare a destra circondato da un'ampia radura non ancora baciata dal sole.

Siamo a Ribba, facciamo qualche foto per la Rivista e per immortalare la grandiosità del paesaggio che ci circonda (e nel quale siamo felici di essere immersi).

Assaporata la tranquillità del fondovalle, volgiamo gli sci verso Ghigo. Ci attende un'entusiasmante discesa. Bisogna stare attenti; non farsi prendere dall'ebbrezza della velocità. Il fondo della pista è compatto, non c'è molta neve, ma la pista (sia il binario che il fresato) è stata ben lavorata.

Ogni tanto ci fermiamo per tirare il fiato e scambiarsi commenti soddisfatti per la bella giornata. Non mancano le cadute, o per meglio dire "abbracci ravvicinati al manto nevoso"; fanno parte del gioco.

Giunti al punto di partenza della pista, incontriamo una veterana socia dell'UET e del Gruppo fondo con la sua famiglia che sta per calzare gli sci. Concordiamo che è bello trovarsi qui sulle nevi di Prali. Ci salutiamo con viva cordialità e proseguiamo per Ghigo.

Lungo la pista ritroviamo le due allieve che, finita la lezione, riprendono la pista con noi. Ora il tracciato è quasi tutto al sole; la neve tiene (siamo ancora a dicembre).

Rifacciamo con Marica e Milena il giro che avevamo fatto al mattino e poi puntiamo verso



la frazione Villa. La pista non è più dura come al mattino. Sono le 13 e la fatica inizia a farsi sentire. Si decide di sciare ancora per un'ora, fin quando c'è il sole (sarebbe un peccato non farlo).

In pista siamo rimasti in pochi; ce la godiamo. Adesso ci attende il rientro in salita. Decidiamo che, per essere la prima di stagione, quattro ore di sci possono bastare.

Siamo stanchi, ma soddisfatti. Tolle le scarpette e carichi sci e bastoncini sull'auto e l'ora per concludere nelle migliori tradizioni Uettine la bella giornata trascorsa insieme. Così ci ritroviamo "per incanto" distanziati, ma con i piedi sotto al tavolo, davanti a una meritata "fresca bionda alla spina",

accompagnata da un corollario di salsiccia alla brace e patatine fritte.

Cosa vuoi di più dalla vita in "era COVID"?
Ci salutiamo con gioia, dandoci appuntamento alla prossima uscita.

Le batterie sono cariche.

Beppe Previti

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.

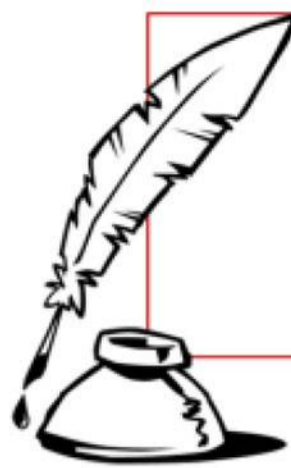
Scritto iniziale del libretto del Santuario di Maria Santissima della Stella datato 1832

CAPITOLO XVI

“Il ragazzo sta salendo con il parroco e il dottore!”.

Lì per lì non ci fu reazione, ma appena i presenti si resero conto che finalmente avrebbero visto il miracolato, il gruppo si sparpagliò creando due ali di folla ai bordi della sterrata.

Olga uscì, sorreggendo il marito, che con l'aiuto del bastone cercava di tenere il passo della moglie. Era turbata, ma serena e piena di riconoscenza nella sua incrollabile fede, ormai decisa di tenere per sé la ferma convinzione sulla visione delle bianche colombe. Al contrario, Rinaldo era istupidito e così scombussolato da non essere più in grado di ragionare come aveva sempre fatto nella vita. Per la prima volta non riusciva, nel suo intimo, a ironizzare su un episodio riguardante la fede e la Chiesa. Cercava di convincersi dell'assurdità dell'accaduto, pensando a quante esagerazioni fossero state dette, ma appena sembrava persuaso dell'impossibilità del miracolo, una voce interiore lo esortava a convincersi della grandiosità di quanto successo. Non si sarebbe mossa tanta gente, compreso il dottore e il parroco, se non fosse avvenuta una cosa straordinaria, quindi, per la



Penna e calamaio Racconti per chi sa ascoltare

prima volta, avrebbe dovuto cancellare l'atteggiamento diffidente che lo aveva sempre contraddistinto, per avvicinarsi a quella fede tanto radicata nella moglie.

“Possibil!?(possibile!?) Mi sembra tanto grossa da non essere vero! Madonna Santa!(Madonna Santa!) Io che ho sempre riso dei miracoli! Giacomo che cade da un'impalcatura senza farsi male e Olga che viene avvisata dalle colombe! Mi i venu mat!(io vengo matto!)”.

Nell'attesa di vedere arrivare il proprio figliolo, Olga guardava il marito, cercando di capire i sentimenti di quel momento e, pur non riuscendo a penetrarli fino in fondo, intuì che, quanto accaduto al figlio, aveva dato la spinta per risolvere i gravi problemi del padre. Gli occhi le si inumidirono al pensiero che si era verificato non un solo miracolo, ma forse due!

Giacomo si fermò davanti ai genitori, stanco e confuso, ma sorridente. Il parroco e il dottore, nell'avvicinarsi alla casa, avevano ridotto il passo, in modo che l'incontro fosse intimo e senza estranei attorno. Come un tacito messaggio, anche le numerose persone presenti, si allargarono, lasciando spazio alla famiglia che si riuniva.

Prima di parlare Giacomo si buttò con foga tra le braccia della madre che, rossa in viso, se lo strinse al petto pronunciando a mezza voce il nome del figlio. Lasciata la stretta materna, si girò verso il padre un po' intimorito, ma prima che potesse dire o fare qualche cosa, Rinaldo disse: “Chissà perché proprio a te! Comunque se la Madonna ti ha scelto, vuol dire che Le vanno bene anche quelli con poca istruzione e poveri. Sei un bravo figliolo, e puoi stare certo che da oggi non dovrai più vergognarti del comportamento di tuo padre”.

Giacomo a quelle parole sorrise e, stringendogli con foga la mano, rispose:

“Guarda che non mi sono mai vergognato di mio padre!”.

Rinaldo orgoglioso di suo figlio e desideroso di condividere la sua gioia con tutti, si volse verso i presenti e disse:

“La nostra casa è umile, ma saremmo felici se festeggiaste con noi la rinascita del nostro Giacomo!”.

Il parroco e il dottore entrarono assieme alla famiglia nella piccola cucina, e mentre tutti parlavano contemporaneamente, Olga cercò di ospitare quante più persone possibile.

I presenti raccontavano il miracolo, arricchendo di volta in volta la narrazione di un'infinità di particolari. Il prete, intanto, invitava tutti alla calma e a non esagerare, anche se convinto che in quel giorno si era ripetuto l'evento straordinario del secolo precedente, quando per la prima volta la Madonna era apparsa in quel posto.

Fine parte dodicesima

Sergio Vigna

Brevi cenni storici di Trana estrapolati dal dizionario geografico del Professor Goffredo Casalis in data 1841

SANTUARIO

Da quanto stiamo per riferire si vedranno i motivi per cui questo santuario, sotto il titolo di Maria Vergine della Stella, venne in grande celebrità. Alla distanza di 200 trabucchi da Trana, verso maestrale, ergevasi da tempo immemorabile una chiesetta dedicata alla Vergine Maria: aveva la porta d'ingresso dalla parte di ponente, e l'altar maggiore rivolto a levante: varie tombe esistevano in quel sacro luogo, di cui altro d'intatto non si conservò che l'arco dell'altare ed il sito nella nicchia, ov'era collocata la statua rappresentante la Vergine Beatissima. La quale immagine sacra in tempo di civili fazioni veniva trasportata nel castello in

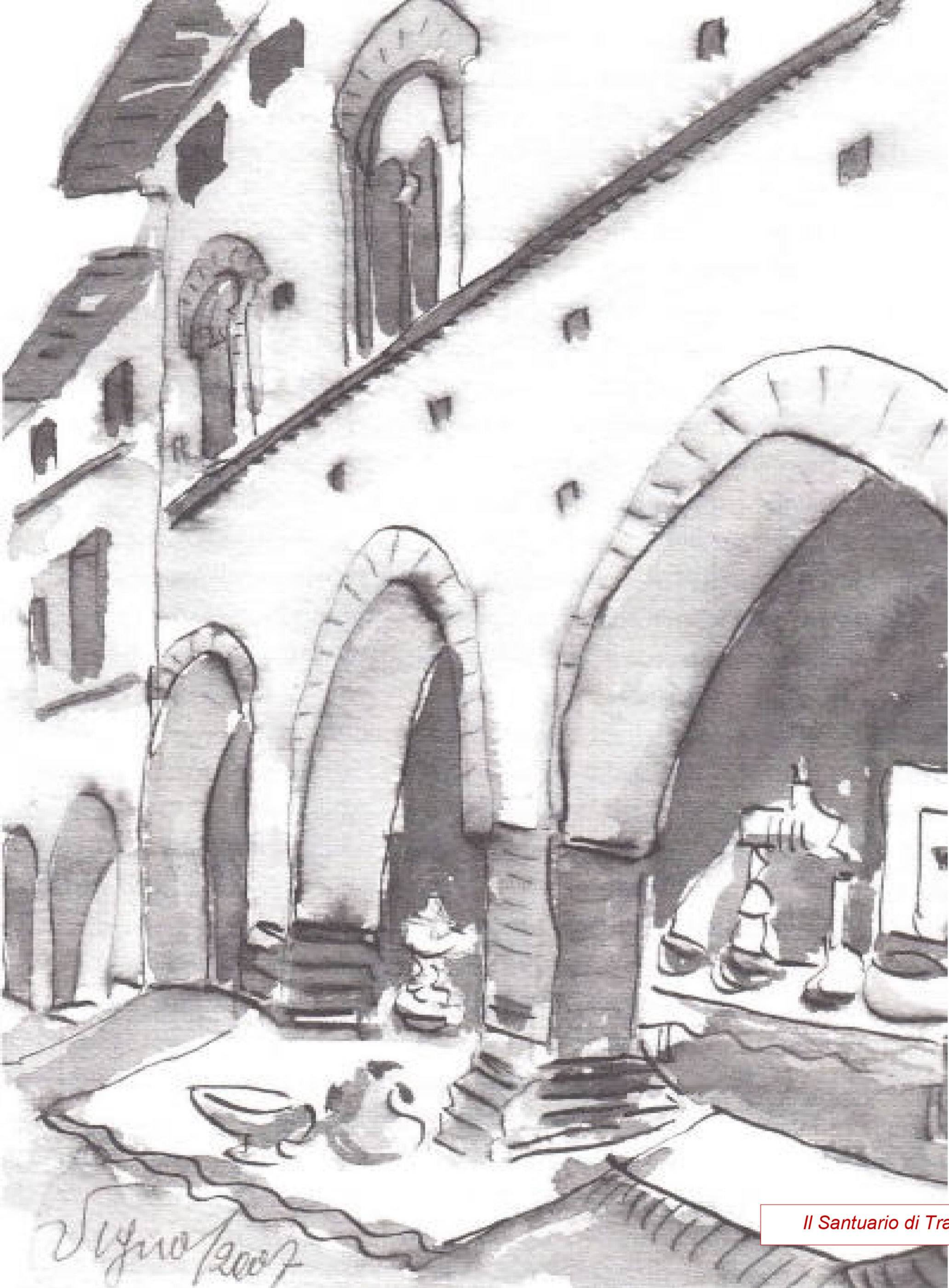
allora fortificato, e poi nella chiesa parrocchiale. L'erudito avvocato Modesto Paroletti, parlando del santuario di Trana, così si esprime:

“nel sito ov'era quell'antichissima chiesetta recavasi sovente la popolazione a godere l'aria fresca tra le annose piante di castagni, e contemplare le rovine di quell'antico tempio: i signori D. Michele Calza priore di Trana, lo speciale Pompeo Pola Bertolotti, ed il chirurgo La-Tuille videro spuntare su quelle erbose pendici una donna vestita in azzurro, che con maestoso incedere procedeva da levante a ponente: alzatisi stupefatti gli spettatori, ed invano cercatane traccia fra quei cespugli, non poterono altrimenti giudicare quell'apparizione, che come miracolosa; e sparso il rumore, risorgeva nell'anno 1774 il nuovo tempio, in cui esponevasi alla venerazione dei fedeli la predetta veneratissima immagine: il novello tempio fu costruito sopra i disegni e coll'opera del tranese Giuseppe Barione, e condotto a buon termine nel 1774”.

Abbiam detto che nell'antica chiesetta, sulle cui rovine venne edificato il novello santuario, esistevano tombe; qui dobbiam notare la costante pratica da tempo immemorabile del clero e del popolo di questo villaggio d'andarvi processionalmente nella domenica *in Albis* a cantarvi le esequie; ma non si ha memoria né della causa, né del principio di tale costante antichissima pratica.

La strada provinciale che corre nella direzione da ostro a borea, passa a tergo del santuario di Trana; ed ivi si diramano due belle spaziose vie, ombreggiate da verdeggianti castagni, che girano attorno al sacro luogo a levante ed a ponente, per cui si giunge in un'amplissima piazza, che sta dinanzi al tempio, ombreggiata pure da annose piante. Al lato della spaziosa piazza si dipartono innumerevoli viottoli, che percorrono in ogni senso i laterali boschetti; fra cui la natura offre bei sedili di puro sasso.

Non presenta il santuario, nell'interno, nulla di straordinario: contiene tre altari: osservabili per



Il Santuario di Trana

altro vi sono tre ricchi ed eleganti balaustri di marmo, che stanno innanzi agli altari anzidetti: il pulpito ed i confessionali acconciamente lavorati ed intagliati in legno, concorrono a dare un divoto aspetto al sacro luogo: osservabile ne è una cornice ornata di stucco, su cui poggia la volta ricca di vaghi ornamenti: dalle pareti interne pendono in festoni e ghirlande a migliaia i voti di cera e d'argento ; ed affastellate le une sopra le altre sono le tavolette votive rappresentanti le grazie ricevute per l'intercessione di M. V. Santissima.

Ai fianchi del santuario fanno bella simmetria due vasti fabbricati, di cui uno non fu ancora condotto a termine. Verso levante sta l'alloggio del rettore, ed ivi in apposita camera si conserva un museo di storia naturale di tutti i minerali ed animali raccolti nei circostanti boschi e nei loro dintorni, che fanno conoscere quanto il bello reale della creazione prevalga al bello ideale delle opere umane: quel prezioso museo fu raccolto con rara intelligenza dall'esimio chimico sig. Domenico Rossi, il quale è molto perito non solo di chimica farmaceutica, ma eziandio di botanica e di mineralogia.

Verso ponente stanno le camere destinate ad ospitarvi forestieri. Ad ambi i fabbricati sta davanti una piccola piazza: sopra una di esse è un bellissimo porticato, sostenuto da magnifiche colonne di granito, con al disopra una spaziosa galleria con bella vista verso ponente: quelle piazzette sono cinte da un alto muro con piccole finestruccie a guisa di feritoie, formante una specie di bastione ai fianchi della chiesa, mercè di un terrapieno nell'interno per recarsi al piano del sacro edificio: ne è simmetrico il complesso da entrambe le parti; ed offre belle entrate per scemare l'incontro e la folla degli accorrenti nei giorni più solenni.

La cappella di Maria Vergine trovasi nell'interno del tempio a destra: ivi ancor

vedesi la prima nicchia, prezioso avanzo della primitiva fondazione: intorno ad essa veggonsi le offerte dei devoti in brillanti, in monili d'oro, ed in varii votivi cuori d'oro e d'argento: nella nicchia sta la sacra statuetta di Maria Santissima; le sue forme sono svelte, eleganti, soavissimo il volto; tiene in braccio il bambino Gesù; così la Vergine, come il bambino, fatti in legno di nero colore, si assomigliano alla statua notissima di N. D. di Loreto.

Gran numero di devoti giungono ogni dì a visitare questo santuario: lo visitarono nella loro prima giovinezza il duca di Savoia ora felicemente regnante e il duca di Genova fratello di esso Re, seguiti dai grandi di corona: lo visitarono i vescovi ed i prelati del regno: vi si condusse pure nel 1848 S. E. monsignor Antonucci nunzio apostolico, che ivi celebrò la messa. Indicibile è poi il concorso delle persone, che non solo dai luoghi vicini, ma ben anche da remote regioni vi accorrono nella ricorrenza della festa del SS. Nome di Maria, che vi si celebra ogni anno nel mese di settembre. Nel giorno che precede quello della solennità, tutto lo spazio intorno al santuario è coperto di una grande quantità di tende. Nelle ore notturne della vigilia, gli attendati monticelli circostanti, i diversi fuochi sparsi tra gli annosi castagni, e gli innumerevoli lumi producono un singolarissimo effetto, e sublimano gli animi al cielo. I rumori di una numerosissima popolazione raccolta in un solo sito, i suoni di diversi strumenti musicali, le salmodie devote che si sentono qua e là, rendono immagine d'un campo di crociati. Durante il corso della notte, dentro il santuario, sotto il porticato di esse, e processionalmente dintorno, recitano preghiere e cantano lodi moltissime persone che vi accorrono con sentimenti di verace pietà: una gioia serena e tranquilla appare sul volto d'innunerevoli accorrenti, che quantunque stanchi pel viaggio di due giorni fatto a piedi da remoti paesi, vi giunsero ad

adorare la Gran Madre di Dio: la religione loro ispira arcane consolazioni, sicchè esse, dopo aver passato pregando, nell'intera notte, se ne partono di bel nuovo senza riposo, prima che spunti la luce del dì, per andarsene alle alte regioni del monte Cenisio e ad altri luoghi più lontani della Savoia, ove hanno le loro abitazioni.

In sulla prima aurora del giorno della grande solennità vi si vede arrivar gente da ogni parte, e molti cocchi ingombrano le strade che tendono al santuario. Bello è il vedere il grande novero delle persone che accorrono al santuario, in cui a stento si può entrare, a malgrado che vi si possa avere l'accesso da quattro parti. Sarà vero che non pochi intervengano a quella festa per mera curiosità, ma non si può negare che il più degli accorrenti vi si reca per vero spirito di religione; e di ciò se ne ha una prova nelle copiose limosine, nelle generose oblazioni che sono

fatte al santuario, e massimamente nel vedere come parecchi sacerdoti vi sono occupatissimi nella vigilia e nel dì della solennità, ed ancora in parecchie domeniche successive, ad udire le confessioni di moltissimi fedeli, i quali si dipartono di là coll'animo rallegrato e colla risoluzione di vivere sempre più cristianamente nei loro giorni avvenire.

(continua...)



Gli sci azzurri

Quell'inverno era caduta parecchia neve, anche in città e noi bambini eravamo molto contenti.

In montagna si andava ogni tanto: qualche gita in giornata con panini e slitta, a volte una visita ad amici con appartamento e affitto attrezzatura.

Anche se non potevamo permetterci una casa sui monti, i nostri genitori cercavano comunque di farci vivere l'esperienza della montagna invernale e quindi dello sci.

Il nostro livello di capacità era minimo, per via delle poche dritte avute da un amico comune e delle poche volte che avevamo usato gli sci; inoltre la nostra attrezzatura era sempre noleggiata, cosa non proprio ottimale.

Poi, la sera prima di una gita organizzata, mio papà ci comunicò che avremo avuto un paio di sci, regalati perché dismessi da un nostro cugino, con relativi scarponi. Il paio era uno e noi eravamo due: qualcuno avrebbe dovuto ancora noleggiarli.

La decisione sarebbe stata presa provando gli scarponi: gli sci sarebbero andati a chi avesse avuto il piede adattabile a quello scarpone.

Quando mio papà comparve la nostra reazione fu di stupore: non riuscivamo a credere come un reperto così antico potesse ancora essere utilizzato.

Ovviamente nessuno dei due si propose per misurarli, ma finimmo entrambi a farlo come due Cenerentole riluttanti, sperando che non ci andassero assolutamente bene!

Purtroppo il mio piede non collaborò, io tentai la carta del "mi fanno male i piedi", ma lo scarpone mi venne assegnato, con sci al seguito.

Mentre mio fratello si gustava lo scampato pericolo, io pensavo che, con scarponi simili, gli sci riposti in cantina, sarebbero stati quasi a pezzi...

Invece mi sbagliavo, perché il giorno seguente di buon mattino, mi accorsi che erano belli: tutti azzurri con bordini bianchi e relativamente poco rovinati, per gli anni che avevano. Un particolare attirò però la mia attenzione: gli attacchi erano strani, fatti con una molla che sarebbe dovuta passare attorno allo scarpone;

non avevo mai visto nulla di simile e questo mi mise un po' in allarme.

Giunti alla nostra meta, mi preparai e con gli sci a spalle, cercando di nascondere più che potevo gli scarponi, raggiunsi gli amici che attendevano vicino allo skilift.

Mi allontanai dal gruppo per fissare gli scarponi agli sci e lavorai non poco, tant'è che qualcuno iniziò a chiamarmi preoccupato.

Esisteva allora un particolare abbonamento a punti, utilizzato su brevi tratti da chi non era molto esperto, questo ci era stato regalato ed era condiviso con mio fratello.

Per cavalleria fece partire prima me: in fila mi accorsi presto che ero notata e cercavo di non pensarci; quando presi il piattello per salire però si verificò un fatto terribile: gli sci si staccarono di colpo dagli scarponi e rimasero vicino all'addetto, io invece venni trascinata solo con gli scarponi verso l'alto.

Ovviamente tornai indietro per riprovarci ed il tipo mi disse gentilmente "Mettiti un attimo da parte te, con quegli sci di Napoleone..." Fu terribile.

Finalmente, affidandomi al Santo delle nevi, riuscii a salire e mi preparai per la discesa, questa era molto semplice e breve, infatti scorgevo mio fratello e alcuni amici che aspettavano la mia performance.

Mi lanciai abbastanza tranquilla, ma alla prima curva si sganciò uno sci e ruzzolai per qualche metro; lo recuperai e con fatica lo riagganciai, riuscendo a rimettermi in pista; alla curva seguente però si staccò l'altro sci e nuovamente ruzzolai per qualche metro.

A questo punto le mani, congelate per il lavoro senza guanti, iniziavano a farmi male e io non riuscivo più ad agganciare il maledetto sci, così tolsi anche l'altro e scesi con in corpo un misto di rabbia e vergogna. Mi dissi che le cadute non erano imputabili alla mia scarsità di sciatrice, ma a quegli orribili aggeggi azzurri.

"Che ti succede? Non riesci a sciare?" queste furono le domande che sentii e risposi che avevo un problema con gli sci, potevano continuare senza di me e nel frattempo sarei andata a risolvere la faccenda rivolgendomi a qualcuno del noleggio.

Ovviamente non ero assolutamente intenzionata a fare tutto ciò, volevo solo nascondermi e piangere, non tanto per il male



alle mani, ma per l'onta che mi sentivo addosso. A sedici anni questo tipo di incidenti sono annoverati tra i fatti più vergognosi che possono accadere, davanti agli amici poi sono una catastrofe; anche se non c'erano i social...

Mente mi dirigevo verso l'auto piangendo, ma intenzionata a nascondere quei catorci di sci, incontrai un'amica di mia mamma che, vedendomi in quello stato, mi chiese spiegazioni.

Mi offrì il suo aiuto prestandomi la sua attrezzatura e la giornata prese un'altra piega.

Gli sci azzurri con relativi scarponi vennero riposti sull'auto e poi in cantina, dove vennero dimenticati per anni. Nessuno propose più di usarli...

Circa trent'anni dopo, durante un pranzo di Natale con parenti, cugini e affini, non so in

quale contesto spuntò il racconto degli sci azzurri, tutti risero tranne un mio cugino che commentò: "Me li ricordo bene quei maledetti sci azzurri: si sganciavano sempre, non hanno mai funzionato! Quando li ho cambiati ho imparato a sciare"

Ovviamente anche io ho poi acquistato i miei primi sci, personali e modestamente funzionali; imparai a sciare seguendo un corso, poi mi dedicai allo sci di fondo con la famiglia, e mi rifiutai di proporre ai miei figli scarponi e soprattutto sci non funzionali dismessi da parenti, in famiglia infatti ancora adesso si ricordano i famigerati sci azzurri...

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*



L'estate era torrida, quell'anno. Non si era vista una goccia di pioggia, e le fonti si erano tutte prosciugate.

A Saint-Rhémy la situazione era più grave ancora che nei paesi vicini: si doveva attingere acqua al torrente, ridotto anche quello ad un filo.

I consiglieri tennero consulta ed ognuno volle dire la sua: ma un rimedio non l'aveva nessuno.

Quanto al curato continuava a tuonare dal pulpito: «Fratelli, pregate troppo poco. Invece di passare la domenica a ballare in un granaio o nell'altro, venite a cantare i vespri! Andiamo in pellegrinaggio a Fonteinte, a invocare dal Cielo la pioggia!».

Ma predicava al vento e, di giorno in giorno, la situazione si era tanto aggravata che uomini e bestie ormai pativano la sete.

Al sindaco venne in mente di andare a cercare se mai vi fosse traccia di sorgenti tra le rocce del versante orientale. Partì di buon mattino, ed esplorò a palmo a palmo il terreno ma era quasi mezzogiorno, e non aveva visto che erba secca e terra bruciata.

Esasperato, si lasciò scappare una di quelle bestemmie che fanno tremare le porte dell'inferno. Subito accanto a lui risuonò una risata, e a ridere era il diavolo, che l'uomo si vide comparire davanti, così come sempre se l'era immaginato: alto, secco, nero e cornuto, con tanto di coda e zoccoli di capra.

<<Sono qui per servirti>>, disse Cornetta, facendo un inchino.

T,'altro già si chiedeva se poteva trarre vantaggio dall'incontro.

«Posso risolvere qualunque problema>>, proseguì il tentatore, «purché ci si metta d'accordo».

Il sindaco decise lì per lì che tanto valeva provare quella strada, e venne subito al sodo.

«Che cosa vuoi per rifornire d'acqua Saint-Rhémy?»

«Mi.accontento di poco. Mi prenderò l'anima della prima donnetta che verrà ad attingere alla mia cascata. Perché intendo far le cose alla grande: l'acqua verrà giù dalle rocce, nei pressi del paese, con tale abbondanza da soddisfare

ogni esigenza di uomini e animali, e ne avanzerà per bagnare la campagna.>>

«Con la siccità che c'è in giro, dove credi di prendere tutta quell'acqua, osservò il sindaco. dubbioso.

«Non ti preoccupare, amico. So di una falda che scorre a Saint-Oyen, un bel po' sotto terra: il mio fossato partirà di là.»

«Ci vorrà troppo tempo per un'opera così complessa. Non possiamo aspettare.>>

«Tempo? Ti chiedo appena un giorno. Domani, a questa stessa ora, la mia cascata scroscerà dalle rocce dell'Aquila. Mi ripagherò della fatica prima che la campana suoni mezzogiorno>>, assicurò Cornetta.

<<D'accordo>>, assentì il sindaco, che non poteva ormai tirarsi indietro.

Ma passò la notte a rigirarsi nel letto, senza chiudere occhio.

L'indomani il sole spaccava le pietre, sin dalle prime ore del mattino. La gente se ne stava chiusa in casa, spossata dall'afa e dalla sete.

Alle undici in punto il silenzio fu rotto dal fragore dell'acqua che cadeva a valanga dalle rocce.

Tutti si precipitarono all'aperto. Alla vista della cascata prodigiosa, la gente pazza di gioia, rideva, gridava, piangeva, si abbracciava nelle strade e sulla piazza.

La prima che corse ad attingere acqua per il figlio malato fu una povera donna che, per tutta la notte, aveva sentito il piccolo chiedere da bere, senza poter far altro che invocare l'aiuto del Cielo.

Cornetta si fregò soddisfatto le mani. Meglio di così non poteva certo sperare di essere pagato: quella era la creatura più santa del paese, neppure una volta gli era riuscito di farle perder messa.

Stava pronto a ghermirla con gli artigli rapaci, e sogghignava, vedendola tendere ignara il suo secchio.

In quel preciso momento, le campane della vecchia torre si misero a suonare da sole. Gli



squilli dell'Angelus tolsero ogni potere al maligno, costringendolo a rapida fuga.

La montagna fu scossa da un tremito come di terremoto, e la gente si segnò, con il fiato sospeso, gli occhi fissi all'acqua, che, arrestato il suo corso, se ne tornava indietro.

Le ultime gocce stillarono nel secchio della donna inginocchiata ai piedi della cascata a ringraziare il Cielo che l'aveva protetta dal demonio. L'aveva visto scomparire, inghiottito dalla terra, avvolto in una gran fiammata: e tutto le era stato chiaro.

Il recipiente si era riempito fino all'orlo. L'acqua, benedetta dal curato, bastò a dissetare tutti e risanò il bambino malato.

Ormai convinti che era meglio chiedere aiuto al buon Dio che all'inferno, quella stessa sera i contadini organizzarono un pellegrinaggio a Fonteinte.

Vi arrivarono che albeggiava e già all'orizzonte su addensavano le nubi.

Prese a piovere, mentre erano sulla via del ritorno. Era una pioggia fitta e sottile, di quelle che penetrano nel terreno senza scavarvi solchi, e fanno nascere l'erba persino sulle rocce.

L'acqua ricominciò a sgorgare dalle sorgenti, il torrente riprese a gorgogliare tra i sassi; i prati rinverdirono, ed il secondo taglio di fieno fu così abbondante che le bestie ne ebbero per un anno intero.

Al sindaco, si dice, si erano fatti bianchi d'un sol colpo i capelli, quando aveva visto ritirarsi la cascata; ma era convinto anche più degli altri che la questione si fosse risolta nel migliore dei modi.

Quanto al fossato, per lunghi anni fu possibile scorgerne la traccia, che da Barisson risaliva verso le Rocce dell'Aquila: e chiaramente rivelava la sua origine infernale, perché soltanto il diavolo poteva progettare una roggia in salita.

Tanta fatica, per restarsene poi a mani vuote! Cornetta schiumava di rabbia, ogni volta che il fatto gli tornava alla mente. Ma, ormai, a far ruscelli aveva preso gusto, e cercò un altro posto che mancasse d'acqua, per riproporre il solito baratto.

A Montjovet, per l'appunto, si stava lavorando a un acquedotto che, partendo dal torrente Evancon, rifornisse la zona collinare. L'attuazione dell'opera presentava, però, più difficoltà del previsto, ed i fondi stanziati risultavano del tutto insufficienti.

Il sindaco non sapeva come rigirarsi, quando il demonio gli si presentò, offrendogli la soluzione del problema.

<<In cambio del ru chiedo ben piccola cosa: un'anima, una sola animuccia da portare con me nell'inferno.»

Il sindaco diceva sempre che sua moglie ne sapeva una più del diavolo: così prese tempo, per chiederle consiglio.

<<La cosa si può fare>>, rifletté la donna, <<a patto che Cornetta accetti, una volta ultimato il lavoro, di prendersi il compenso soltanto se ci saprà dire il nome dell'animale che gli mostreremo.>>

All'udire una tanto bizzarra condizione, il diavolo rise divertito.

«Gli indovinelli mi piacciono un mondo: faccio la roggia ancor più volentieri.»

Era sicuro del fatto suo, perché aveva acquistato una vasta competenza zoologica, trasformandosi in bestie d'ogni sorta, dal corvo al mulo, dal basilisco al caprone, per non parlar del serpente, che era il suo prediletto dai tempi di Eva.

Ultimò in fretta e furia il canale, e si disse disposto ad affrontare la prova.

La donna, spalmatasi il corpo di miele, si voltò allora in un mucchio di piume, e si presentò al maligno cosparsa di penne.

Cornetta la guardò e riguardò, girandole attorno indispettito, perché non riusciva a capire che razza di uccello fosse quello.

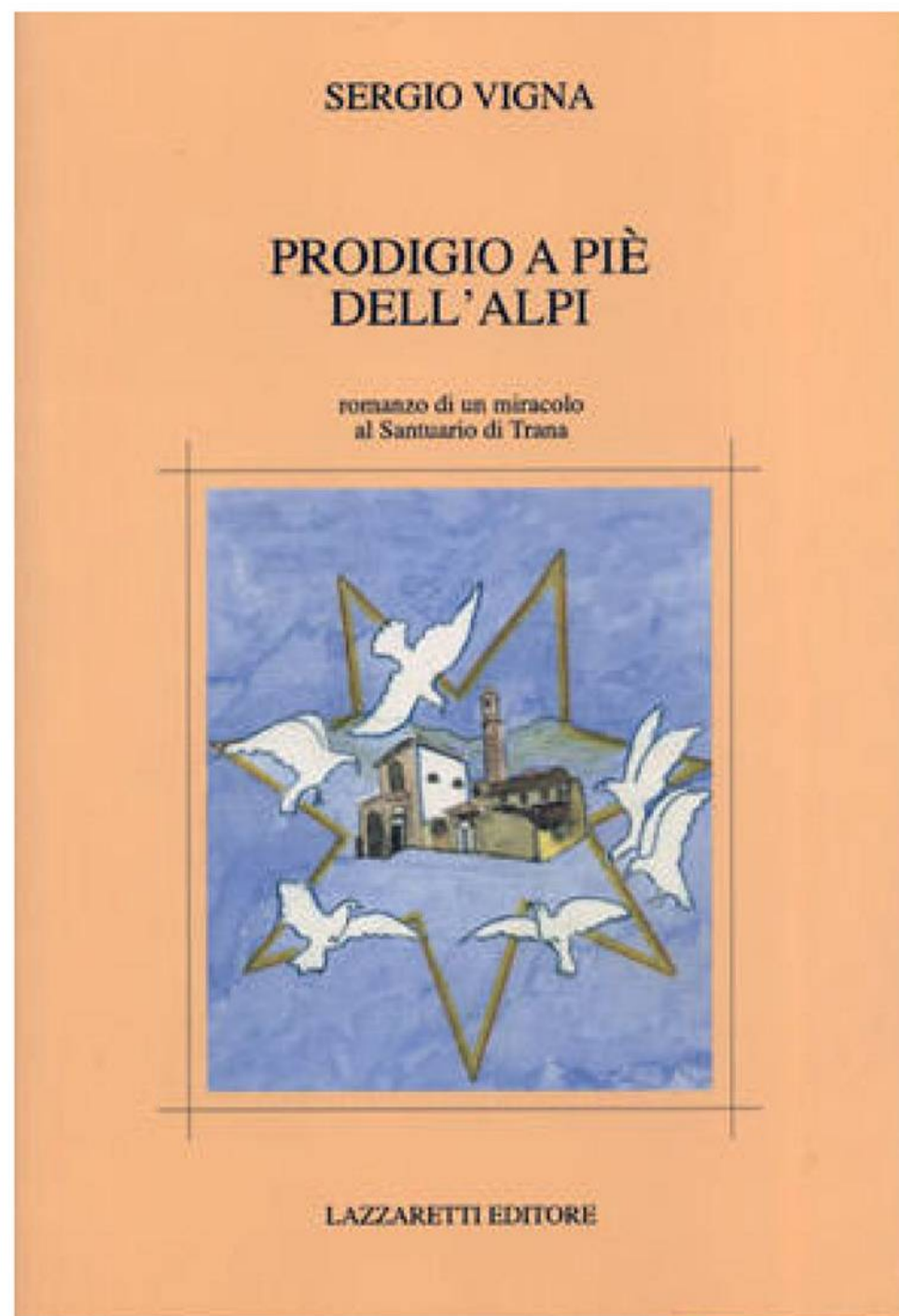
«Tempo scaduto», disse la moglie del sindaco, quando fu stanca di vederselo davanti.

Ed anche quella volta il diavolo rimase a bocca asciutta.

Mauro Zanotto

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

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

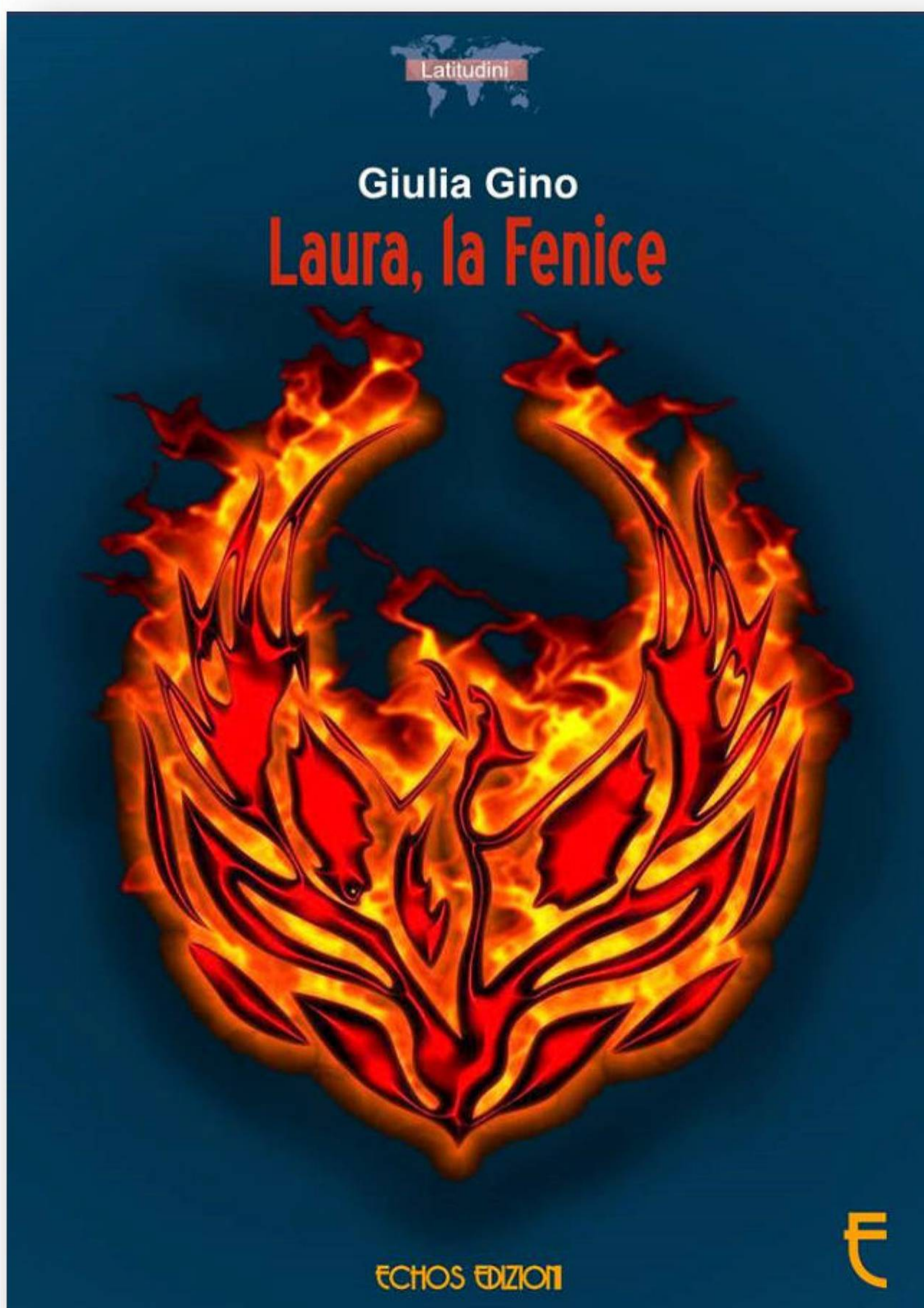
Le loro vite s'incroceranno in un curioso gioco del destino che cambierà le loro esistenze perché ognuno dovrà fare i conti con se stesso e niente e nessuno sarà più uguale a prima.





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.



Balla Marietta

*Balla Marietta, balla,
che quando balli
tutti i belli ballano la bà.*

*Ballerai Marietta ,
ballerai sul tabià.*

Parole e musica di Bepi de Marzi.

*Canto sciogli lingua che invita una bella
ragazza a ballare su un grande tavolaccio di
una locanda dei tempi andati.*

Qui di seguito la descrizione dei balli italiani delle varie regioni:

L'Italia è un crogiolo di culture che si sono fuse fra loro da millenni.

Le danze popolari che costellano il nostro Paese rispecchiano ancora oggi, nella loro varietà, questo concetto. L'intera penisola è disseminata di espressioni musicali folkloriche distinte a cui corrispondono altrettante danze popolari, ognuna con specificità proprie che, nel corso della storia, si sono influenzate a vicenda.

Quello che segue, quindi, non è un elenco esaustivo (difficilmente potrebbe esserlo) ma solo un sunto delle principali famiglie di danza comparse in Italia e in uso tutt'oggi.

FURLANA

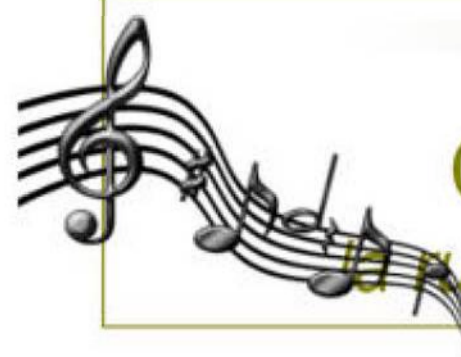
La danza furlana ha origini nel nord est, ma sotto l'influenza della Repubblica di Venezia venne propagata lungo l'intero Adriatico, tanto da lasciare testimonianze in Istria, Romagna, Marche e Umbria.

Si tratta di un ballo di coppia o di gruppo, che in origine era esclusivamente popolare e che col passare del tempo venne adottato anche dai nobili.

GIGA

La giga deve il suo nome ad uno strumento a corde di origine nordeuropea, in molte lingue vichinghe la parola significa "oscillare".

Si tratta in realtà di una famiglia di danze diffuse in tutta Europa che risalgono al XVII secolo, spesso nella forma di danze a due, tre,



Canta che ti passa !

la rubrica del Coro Edelweiss

quattro o sei coppie di ballerini. Le più famose in Italia sono la morina e la tresca.

MANFRINA

Tipica famiglia di danze di origine piemontese, ma diffusa largamente in tutta l'Italia centro-settentrionale: si compone di distinti momenti coreografici, in una grande quantità di varianti che rende praticamente impossibile una catalogazione organica. Il corpo principale della danza si è però costituito sicuramente nel XIX secolo.

MORESCA

Si tratta anche qui di un genere di danze, ampiamente diffuse in tutta l'Europa mediterranea. Nome richiama un'origine probabilmente araba – i mori – e da qui anche l'uso di danzare utilizzando armi, spade o bastoni.

Anticamente, inoltre, veniva considerata una danza prettamente maschile. Oggi, in Italia, viene eseguita tanto al Nord quanto al Sud, in particolare nelle regioni del versante orientale della penisola.

SALTARELLO

Ballo tipico delle regioni dell'Italia centrale in modo particolare del Lazio, delle Marche, dell'Umbria, dell'Abruzzo della Toscana ed in parte del Molise (in queste due ultime regioni il ballo viene detto al femminile salterella).

BALLI SUL TAMBURO

Si tratta del gruppo di balli in cui rientrano le famosissime tarantelle, le pizziche e le tammurriate.

Si tratta di un tipo di ballo diffuso nell'intero meridione e, con alcune varianti, anche in Lazio e in Umbria (si tratta del SALTARELLO). Come indica il nome, all'origine c'è una semplice struttura musicale che viene espletata da un unico strumento percussivo, quasi

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

https://www.youtube.com/watch?v=W6t9Ib_uehs



sempre un tamburo a cornice. Le modalità di esecuzione del ballo però sono moltissime e molto variate: laddove la tarantella e la pizzica sono fondamentalmente delle danze di coppia e di seduzione, la tammurriata rappresenta invece una esternazione più sacrale e ritualistica che viene spesso eseguita in gruppo (ma sempre nella forma di coppia).

LISCIO

E' un ballo da sala nato in Romagna tra la fine del XIX secolo e i primi decenni del XX secolo che col passare degli anni si è diffuso in tutta Italia con prevalenza per il settentrione soprattutto grazie a Secondo Casadei detto anche lo Strauss della Romagna.

Comprende tre danze, Mazurka, Valzer, Polka. Deve il suo nome alle movenze dei ballerini che usano scivolare, strusciare i piedi, quindi *andare via liscio*. Fondatore del genere è considerato Carlo Zichi (Zacièn) tant'è che, ancora oggi, l'espressione Taca Zacièn (Attacca, Zacièn!), costituisce l'invito ai musicisti affinché inizino a suonare.

LISCIO EMILIANO

Rispetto al liscio romagnolo, il liscio emiliano



*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.*

non si basa sui fiati ma sulla fisarmonica (in origine, l'organino bolognese). I valzer bolognesi erano in origine velocissimi. Il liscio emiliano comprende le "Danze filuzziane", note anche come liscio bolognese, una danza che ha acquisito lo status di danza sportiva al pari del folk romagnolo. Il liscio filuzziano prevede l'esecuzione di figure staccate da parte dell'uomo, che deve avere particolari qualità atletiche.

LISCIO PIEMONTESE

Il liscio piemontese è più lento di quello romagnolo ed eseguito principalmente da fisarmonica, carinetto in DO, sassofono e voce. Alcune formazioni di liscio piemontese sostituiscono al basso elettrico il basso tuba e non utilizzano la chitarra; tale scelta è probabilmente diretto retaggio delle formazioni bandistiche precedenti.

Link per sentire l'esecuzione del brano da parte dei CRODAIOLI:

<https://www.youtube.com/watch?v=yBkzBaiS7tM>

e dei cantori di Santa Margherita:

<https://www.youtube.com/watch?v=AwCt0BXWuHQ>

Link ballo la Furlana:

<https://www.facebook.com/bortoloregazzol/videos/440501866624911/>

La Giga:

<https://www.folkmusicworld.com/la-giga-danza-popolare>

La Manfrina:

<https://www.youtube.com/watch?v=5sFniqUPrY>

Moresca:

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

Saltarello:

<https://www.youtube.com/watch?v=D-OEIVDeeHQ>

Liscio romagnolo:

<https://www.youtube.com/watch?v=cLEki9SlgS0>

Liscio emiliano:

<https://www.youtube.com/watch?v=4CLR6hk7mWo>

Liscio piemontese:

https://www.youtube.com/watch?v=FpHVwrXS_D8



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.



Era inevitabile che dopo avervi "istigato" per mesi a spadellare freneticamente nella preparazione di primi e secondi piatti, venisse il momento in cui invitarvi alla calma, al relax, magari assaporando qualche liquorino pazientemente preparato con le vostre stesse mani.

Quelle che stò per descrivervi sono quindi 5 ricette "clamorose" per preparare dei liquorini che quando li degusterete, da soli o in compagnia dei vostri amici, faranno letteralmente esplodere i vostri sensi olfattivi ed il vostro piacere.

Ed ancora una volta, questo mese, questa breve carrellata di capolavori non poteva non concludersi che con un liquorino destinato ad essere ricordato negli anni dagli amici della UET... il "Liquorino VOV dell'Unione Escursionisti Torinesi".

Ummm!

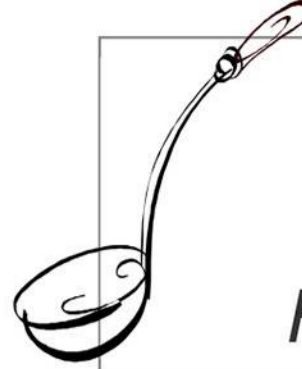
Liquorino al Caffè

INGREDIENTI per il liquore

- 1 litro di alcool a 95°
- 100 gr di caffè miscela arabica macinato
- 1 baccello di vaniglia



Liquorino al caffè



Il mestolo d'oro

Ricette della tradizione popolare

INGREDIENTI per lo sciroppo

- 300 gr di zucchero semolato finissimo
- 1 litro di acqua

PREPARAZIONE

Prendete il caffè e il baccello di vaniglia, poneteli in un recipiente insieme all'alcool e lasciate in infusione per 8 giorni.

Passato questo lasso di tempo, preparate lo sciroppo in una casseruola, facendo bollire l'acqua con lo zucchero per circa 5 minuti e assicurandovi che lo zucchero si scioglia completamente.

Spegnete il fuoco e lasciate raffreddare lo sciroppo.

Mescolate l'infuso e lo sciroppo controllando che vari componenti siano ben amalgamati, infine filtrate il liquore con un colino a maglie fini su cui avrete appoggiato una garza sterile. Imbottigliate e lasciate riposare per due mesi in un luogo buio e fresco.

CONSIGLI & SUGGERIMENTI

Oltre ad essere gradevole per il palato e a fungere da valida alternativa al caffè, è anche un buon “antinausea”

Liquorino del Frate

INGREDIENTI

- 4 tuorli d'uova
- 500 gr di zucchero semolato finissimo
- 100 gr di cioccolato fondente
- 200 ml di latte intero
- 200 ml di alcool a 95°
- 100 1 baccello di vaniglia ml di Marsala
- Cannella in polvere qb
- 1 bacca di vaniglia

PREPARAZIONE

Montate i tuorli con cento grammi di zucchero fino ad ottenere una miscela spumosa.

Versate il latte in un pentolino con il resto dello zucchero e portate ad ebollizione, mescolando di continuo.

Quando lo zucchero sarà completamente sciolto, aggiungete il cioccolato fondente precedentemente grattugiato.

Una volta ottenuto un composto omogeneo, lasciate raffreddare e poi unite la spuma di tuorli.

A questo punto unite, sempre mescolando, l'alcool, il Marsala, la cannella e i semi della bacca di vaniglia estratti raschiandone l'interno con la punta di un coltello affilato.

Dopodichè filtrate il liquore e imbottigliatelo, ricordandovi di agitare bene il contenitore ogni volta prima di servire il liquore.

CONSIGLI & SUGGERIMENTI

Consumatelo entro un anno dalla miscelazione.

Liquorino Nocino di San Giovanni

INGREDIENTI per il liquore

- 40 noci acerbe
- 1 limone
- 1,5 litri di alcool a 95°
- 10 chiodi garofano
- 1 pezzo di cannella

INGREDIENTI per lo sciroppo

- 1 kg di zucchero semolato finissimo
- 400 ml di acqua



Nocino di San Giovanni



Liquorino ai mirtilli

PREPARAZIONE

Tagliate le noci in quattro parti, senza privarle del mallo e mettetele a macerare nell'alcool in un vaso ermetico insieme alle spezie e alla scorza del limone.

Lasciate in infusione per 40 giorni, scuotendo il vaso ogni giorno.

Al termine di questo periodo preparate uno sciroppo dolce facendo bollire l'acqua con lo zucchero per 5 minuti: lasciate raffreddare e unitelo al macerato contenuto nel vaso.

Filtrate il tutto in modo da eliminare qualsiasi impurità.

Imbottigliate e lasciate riposare per due mesi in un luogo buio e fresco.

CONSIGLI & SUGGERIMENTI

Il nocino è un ottimo digestivo.

Alcune leggende pretenderebbero che le noci venissero raccolte e toccate solo da mani di fanciulle vergini ma, dato che fortunatamente i tempi sono cambiati, ci limitiamo a consigliare di raccogliere ed effettuare la preparazione del liquore nel periodo vicino alla festa di San Giovanni cioè il 24 giugno.

Alcuni riutilizzano gli ingredienti dell'infusione lasciandoli macerare un'altra decina di giorni in una bottiglia di vino bianco secco: se ne ottiene una bevanda dolce e liquorosa quasi quanto il vinsanto.

Liquorino ai Mirtilli

INGREDIENTI per il liquore

- 500 gr di mirtilli
- 2 limoni
- 30 ml di alcool a 95°
- 1 baccello di vaniglia

INGREDIENTI per lo sciroppo

- 500 gr di zucchero semolato finissimo
- 200 ml di acqua

PREPARAZIONE

Lavate ed asciugate i limoni, poi con l'aiuto di un pelapatate o di una grattugia ricavate la parte gialla della scorza, quindi tagliateli a metà e spremeteli.

Usate il succo per acidulare l'acqua in cui mettere a bagno i mirtilli: dopo qualche minuto scolateli, metteteli ad asciugare su della carta da cucina, poi trasferiteli in un vaso a chiusura ermetica.

Intanto fate sciogliere lo zucchero nell'acqua, mescolandolo per bene e quando è sciolto versate il composto nel vaso sopra i mirtilli.

Prima di chiudere il vaso aggiungete la scorza di limone e la bacca di vaniglia. Una volta chiuso, agitate un po' il vaso e lasciatelo riposare per 40 giorni al sole (la notte mettetelo in casa).

Quindi fatelo riposare per altri 40 giorni al buio ed in un luogo fresco.

Trascorsi gli 80 giorni stabiliti, ponete una garza su un colino a maglie sottili e filtrate il liquore, che a quel punto sarà pronto per essere imbottigliato.

Chiudete e lasciate riposare al buio per altri 3 mesi.

CONSIGLI & SUGGERIMENTI

Si tratta di una specialità dei monaci Sublacensi benedettini del monastero di Santa Scolastica e San Benedetto a Subiaco in provincia di Roma.

ed infine...

Liquorino VOV

dell'Unione Escursionisti Torinesi

INGREDIENTI

- 600 gr di zucchero semolato finissimo
- 10 uova
- 400 ml di latte intero
- 300 ml di alcool a 95°
- ½ litro di Marsala
- 1 stecca di vaniglia

PREPARAZIONE

Rompete le uova e dividete tuorli e albumi in due ciotole.

In una terrina a parte mescolate con un cucchiaino di legno i tuorli (i rossi d'uovo) e lo zucchero fino ad ottenere una crema omogenea e spumosa.

Versate questa crema in un tegame di acciaio inossidabile e, senza smettere di mescolare, diluitela con il latte e metà del Marsala.

Sempre mescolando, aggiungete la stecca di vaniglia e portate a ebollizione a fuoco molto basso.

A questo punto spegnete il fuoco e lasciate raffreddare.

Togliete la stecca di vaniglia, versate l'alcool e il resto del Marsala e mescolate bene. Trasferite il preparato in una bottiglia opaca e fate passare 2 mesi prima di assaggiare il liquore, ma cercate poi di consumarlo entro due anni dalla preparazione.

Il VOV è un ottimo energetico

CONSIGLI & SUGGERIMENTI

La ricetta originale che prevede anche l'utilizzo dei gusci delle uova, proviene dal monastero di Santa Maria del Monte a Bevagna, in provincia di Perugia.

Mauro Zanotto



*VOV dell'Unione
Escursionisti Torinesi*



La fienagione ieri a Laietto e Pratobotrile

(Fé 'l fen ier a Lajet e Pabotri)

Siamo ai primi giorni di giugno, nei prati di Laietto e Pratobotrile, borgate di Condove a circa 1000 m. di altezza, la fioritura è completa e quasi incomincia a sfiorire, il fieno è maturo, è giunto il momento della fienagione di primo taglio che si concluderà a settembre, con il fieno di secondo taglio: giornate faticose, specialmente per gli uomini.

Ci si alzava molto presto e si partiva con le falci a spalla quando il cielo era ancora stellato e la mulattiera per raggiungere i prati appena visibile.

La martellatura della falce era già stata fatta la sera precedente. Il lavoro veniva compiuto interamente a mano ed impegnava duramente e a lungo l'intera famiglia.

Gli attrezzi impiegati nella fienagione erano: falce (*ël daj o ranza*), rastrello (*rastel*), tridente (*trent*), cote (*la co*) e portacote (*pòrta-co*). La cote è un arnese per affilare la falce, formato da una pietra abrasiva naturale tagliata in varie forme.



Falce e cote



C'era una volta
Ricordi del nostro passato

All'alba l'uomo falciava l'erba, ancora madida di rugiada, incominciava da un angolo del terreno e procedeva in modo lineare a strisce, formando alla sua sinistra il cumulo di erba tagliata, ogni tanto si fermava per affilare la lama con la cote.

Quando tutta l'erba è caduta, risultava raccolta in file irregolari che erano immediatamente sparpagliate per favorirne l'essiccazione. In poche ore veniva tagliata un buona quantità di fieno, e lo sforzo fisico, con l'aria mattutina, faceva crescere l'appetito. L'arrivo della donna di casa con il paniere del pranzo era accolto con piacere.

L'uomo deponiva la falce e all'ombra di un albero mangiava pane e toma con del buon vino. Terminato il pasto l'uomo continuava il suo lavoro mentre la donna coi bambini si dava da fare intorno al fieno.

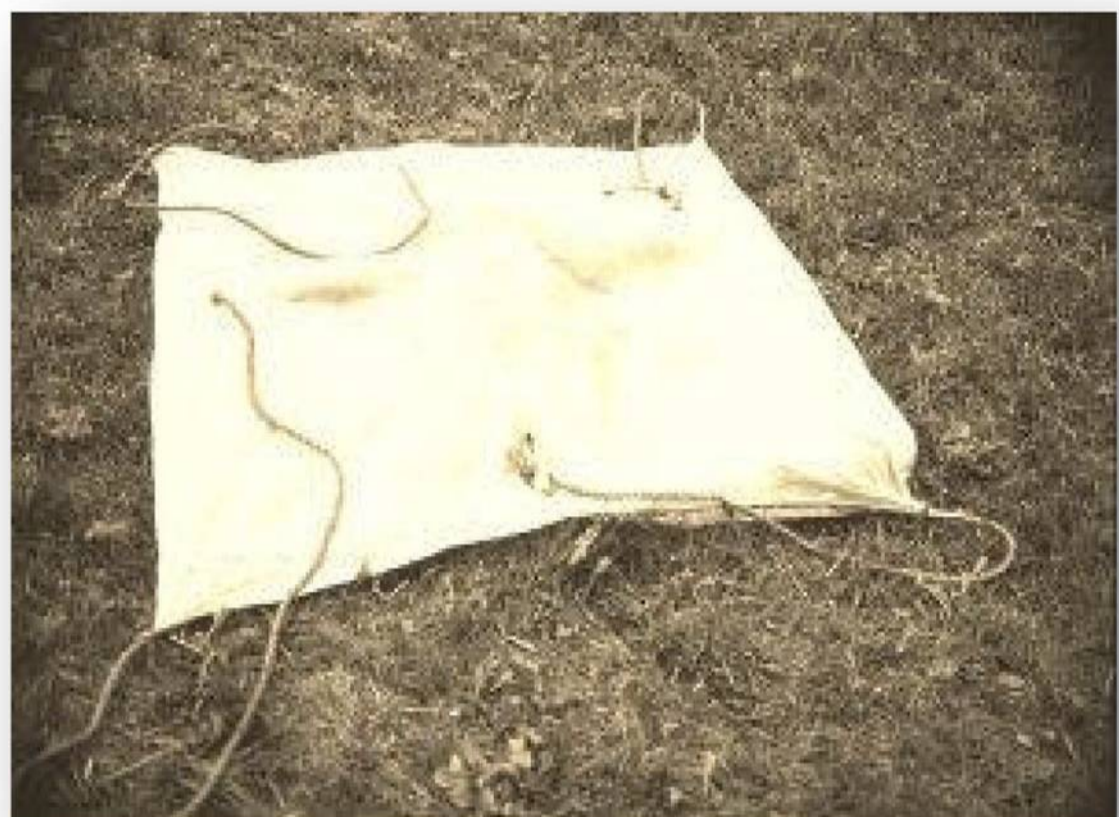
Fare il fieno, era un lavoro, ma anche una fantastica occasione di divertimento per i ragazzi. Il profumo acre dell'erba appena tagliata e quello dolciastro del fieno secco; il morbido volume dei mucchi di erba secca sui quali ci si buttava a capofitto.

Se era rimasta erba vicino agli alberi ed ai cespugli la donna la tagliava a mano con una piccola falce (*la mässòira*). Il giorno successivo, quando comunque il fieno aveva subito una parziale trasformazione e cominciava ad appassire, si provvedeva con il rastrello a formare lunghe file orizzontali.

Quando era accertata la completa essiccazione, si provvedeva alla raccolta per mezzo del tridente in grandi mucchi, mentre con i rastrelli si provvedeva alla minuziosa raccolta del fieno rimasto sul terreno.

Per la raccolta a seconda della quantità e della distanza da casa si avvaleva di diversi metodi: la coperta da fieno, la fraschera, il barione e la trappa.

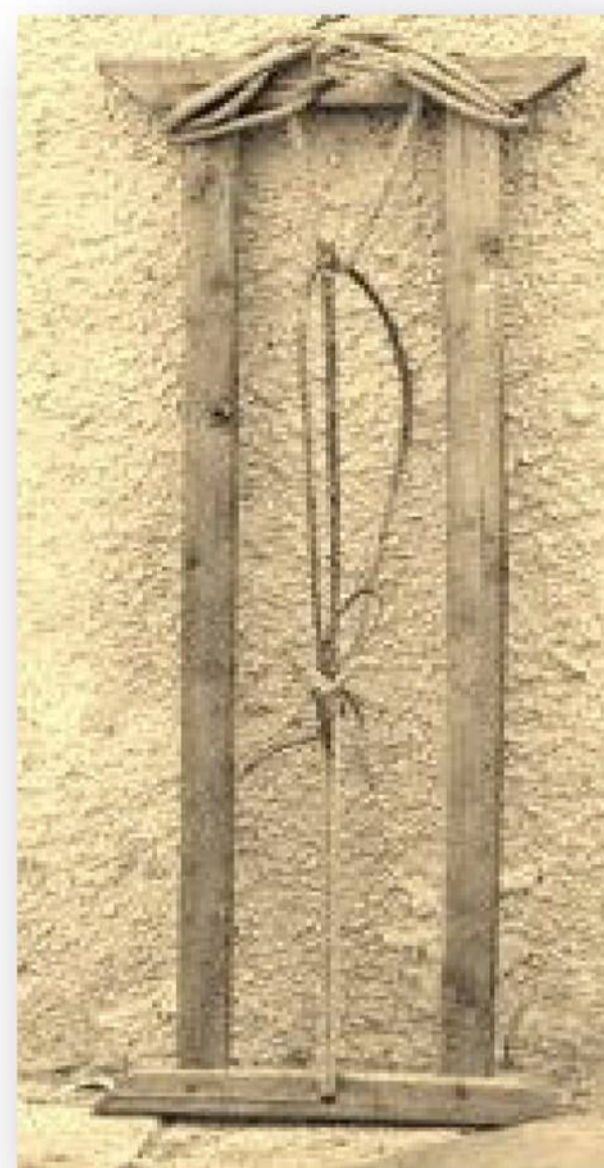
La **coperta da fieno** (*fioré*) era un pezzo di tela di cotone o canapa quadrato di circa due metri di lato, con corde fissate agli angoli; si distendeva sul terreno, vi si metteva il fieno sopra, legando le corde a due a due, incrociate e si portava a spalle.



Coperta da fieno

La **fraschera** (*la fëschera*), era un attrezzo costituito da due lunghe sbarre parallele, unite alle estremità da due listelli, in modo da formare un telaio; al centro dei lati corti vi era un foro, nel quale scorreva una corda, all'estremità della quale era fissato un apposito utensile di forma affusolata, che serviva per facilitare l'annodatura.

Veniva appoggiata sul terreno, con il tridente si caricava il fieno sopra, quindi si passavano le corde e si faceva il nodo. Per caricarla sulle spalle si metteva in verticale e con le mani si impugnavano le sbarre lunghe.



La fraschera

Il **barione** (*barion*), era costituito da due sbarre in legno, lunghe circa un metro e mezzo, con dei fori nei quali scorrevano delle corde parallele: alle estremità di una delle barre erano fissate altre due corde, che servivano per legare il carico.

Il barione si stendeva sul prato, poi con il tridente vi si metteva il fieno sopra, quindi si chiudeva in modo che il fascio assumeva una forma cilindrica come un grosso salame. A seconda della lunghezza dei bastoni il barione così formato era abbastanza pesante poteva essere trasportato sulle spalle o con la slitta (*la lesa ò levia*).

La **trappa** (*trapa*) era invece costituita da una rete di corda e due semicerchi in legno. Si distendeva aperta sul prato, vi si metteva sopra il fieno, si chiudeva avvicinando i legni, quindi si legava.

Questo sistema era utilizzato di solito per il trasporto di piccole quantità di fieno e per tratti non molto lunghi.



La trappa

Il fieno veniva stipato nel fienile, generalmente collocato nella parte alta dell'abitazione, in modo da essere aerati e da consentire al tempo stesso il trasferimento del foraggio nella stalla per tramite di una botola, per garantire l'alimentazione del bestiame durante il lungo inverno. Ma quanta fatica prima che il fieno fosse sistemato nel fienile.

La fienagione era ed è la base dell'agricoltura di montagna, rappresentava in passato un'operazione di importanza vitale per la sopravvivenza della comunità, in quanto la

possibilità di alimentare il bestiame durante il lungo inverno dipendeva strettamente dalla quantità di fieno che si riusciva a raccogliere durante l'estate, inoltre consentiva il pieno utilizzo dei prati e dei pascoli.

L'esito della raccolta dipendeva esclusivamente dalla pioggia che, se cadeva sopra il raccolto, la stagione era compromessa e il montanaro doveva acquistare foraggio o eliminare uno o più capi di bestiame.

Ma lo spopolamento della montagna ha fatto sì che tanti prati non vengono più falciati con il rischio, dopo fenomeni meteorologici di forte intensità, di eventi dannosi al territorio. Una regolare falciatura estiva dei pendii aiuta la prevenzione delle valanghe.

Naturalmente le masse di neve precipitano a una velocità maggiore se incontrano superfici scivolose sul loro cammino.

Se i prati vengono lasciati incustoditi durante l'estate, le piogge autunnali e la neve dell'inverno schiacciano l'erba alta, facilitando l'erosione in primavera.

Gianni Cordola



la Vedetta Alpina

la rubrica del
Museo Nazionale della Montagna



Ecophilia in 3D

*Dal 13 dicembre 2021 la mostra in corso al
Museomontagna*

Dal 13 dicembre 2021 la mostra in corso al Museomontagna *ECOPHILIA. Esplorare l'alterità, sviluppare empatia* è visitabile anche in 3D.

Dopo aver vinto la Call for VR Projects di Lieu.city, il Museo ha aperto alla visita virtuale del progetto espositivo in corso fino al 23 gennaio 2022, consentendo a quanti non hanno ancora potuto visitare la mostra presso gli spazi del Museo, o a quanti hanno piacere di rivederla, di fruirne gratuitamente da casa, avendo la calma e il tempo per approfondire tutti i contenuti realizzati.

L'operazione di virtualizzazione dell'esposizione curata da Andrea Lerda e allestita negli spazi al piano terra del Museo, è stata resa possibile tramite la Call a cui il Museomontagna ha partecipato nel 2021, aggiudicandosi, insieme ad altri sette progetti vincitori, la consulenza del team di Lieu.city e la realizzazione dell'ambiente virtuale.

Il progetto *Ecophilia* è stato selezionato grazie alla natura multidisciplinare della mostra, al tema che affronta – un nuovo modo di percepire la natura, cambiando lo sguardo antropocentrico che ci contraddistingue e riscoprendo quel senso di affiliazione alla

natura e alle sue forme viventi e non che è innato all'uomo e che può essere risvegliato tramite un sentimento di empatia verso l'ecosistema di cui facciamo parte – e alla qualità dei contenuti, anche multimediali, proposti al pubblico durante la visita.

La mostra, che sarà visitabile ancora fino al 23 gennaio, offre infatti, già in sede, l'opportunità di compiere un viaggio attraverso le opere e di fruire di contenuti extra – audio e testuali – generabili e scaricabili mediante tecnologia QR code.

Lieu.city, l'azienda che ha lanciato la Call for VR Projects, è una start-up innovativa, con sedi a Cagliari e Milano, specializzata nelle realizzazioni di esperienze in realtà virtuale nel campo delle esposizioni d'arte.

Fondata nel 2020 da Deodato Salafia, ha superato la fase di R&D (Ricerca e Sviluppo) e si trova ora nel primo lancio beta (fase MVP - "minimum viable product") con un team di sviluppo di 15 persone.

Alcune viste dell'ambiente virtuale realizzato da Lieu.city con il team Museomontagna per la virtualizzazione della mostra Ecophilia





Installation view della mostra Ecophilia, allestita nelle sale espositive del Museo, al piano terra.

Lieu.City, insieme ad Art Rights, è stata inoltre validata come soluzione culturale innovativa all'interno del progetto "Artathlon 2021", promosso dal MiC (Ministero della Cultura), Ernst&Young e Invitalia.

L'iniziativa della Call è nata proprio per individuare, premiare e promuovere soluzioni espositive innovative, capaci di mettere in atto un approccio fortemente orientato al miglioramento della fruizione di arte e cultura; con l'idea di una opportunità di crescita concreta e non solo di sfruttare le funzionalità di uno strumento tecnologico in tempo di pandemia.

D'altronde lo stesso Museomontagna negli ultimi tre anni ha apportato significativi cambiamenti alla conservazione e valorizzazione del proprio patrimonio, utilizzando tecnologie multimediali differenti volte soprattutto ad ampliare la fruibilità delle collezioni, senza rinunciare alla scientificità dei contenuti proposti.

Ciò è stato possibile soprattutto grazie alla partecipazione a *iAlp – Musei Alpini Interattivi*, progetto di cooperazione transfrontaliera INTERREG V-A ITALIA-FRANCIA ALCOTRA 2014-2020, finanziato dal FESR – Fondo Europeo di Sviluppo Regionale, che il Museo ha portato avanti con il Musée Alpin di Chamonix dal 2017 al 2020, e di cui abbiamo più volte scritto.

Con *iAlp* e la piattaforma *mountainmuseum.org*, in cui sono confluiti molti dei contenuti elaborati in questi anni di cooperazione, il Museomontagna e il Musée Alpin hanno realizzato una grande banca dati digitale sulla montagna, grazie al lavoro dei rispettivi team e al grande patrimonio sulle Alpi occidentali che entrambe le istituzioni conservano.

Sulla piattaforma Mountainmuseums, oltre a una selezione delle collezioni dei due musei sulle principali montagne dell'arco alpino

occidentale (Monte Bianco, Monviso, Cervino e Monte Rosa), trovano posto i contenuti multimediali che i musei hanno creato durante il progetto *iAlp*, come video con laboratori didattici per bambini, visite guidate alle collezioni del Museomontagna e le digitalizzazioni a 360° di una selezione di opere del Musée Alpin.

Sono comprese nei contenuti anche le digitalizzazioni delle tre esposizioni transfrontaliere organizzate nei tre anni di lavoro e che sono state virtualizzate con progetti specifici, pensati di volta in volta per il contenuto da rendere fruibile.

iAlp, come *Ecophilia*, ha risposto all'esigenza, sempre più diffusa – sentita in maniera più forte soprattutto dopo la pandemia – di rinnovare la fruizione dei beni culturali, in questo caso del grande patrimonio legato alla montagna.

L'accesso alle collezioni, la scoperta di documenti e oggetti di valore storico e artistico, devono oggi aprirsi alle nuove tecnologie anche per allargare il pubblico dei fruitori e interessare nuove fasce di visitatori, in particolare i giovani.

L'ecopedagogia di cui parla la mostra *Ecophilia* deve partire dai bambini più piccoli per farne adulti responsabili e consapevoli che abbiano cura delle risorse naturali, sia per conservare il mondo che abitiamo sia, in un'ottica meno funzionale, per poter riscoprire quel senso di affiliazione che l'essere umano possiede in maniera innata per la natura, responsabile del nostro benessere psicofisico e modello di riferimento, con la sua varietà di specie differenti, per la convivenza pacifica tra esseri diversi.

Per la visita alla mostra *Ecophilia* in 3D è necessario accedere alla pagina della mostra sul sito del Museomontagna (<https://www.museomontagna.org/events/ecophilia/>) o alla piattaforma di contenuti virtuali di Lieu.city (<https://www.lieu.city/>).

Ecophilia. Esplorare l'alterità, sviluppare empatia è una mostra del Museo Nazionale della Montagna – CAI Torino, con: Club Alpino Italiano, Città di Torino, con il sostegno di: Regione Piemonte Fondazione CRT. Sponso: Iren, L'OREAL Settimo Plant, Aquafil. Partner tecnico: Essent'ial.

A cura di Andrea Lerda.

Visitabile presso il Museomontagna fino al 23 gennaio 2022.

**MUSEO NAZIONALE DELLA MONTAGNA –
CAI TORINO**

www.museomontagna.org



Un anello per la Rocca Due Denti dalla chiesa di S. Giacomo



Marco Polo

Esplorando... per Monti e Valli

- Località di partenza: Chiesa di S. Giacomo sulla strada Torino – Pinerolo mt. 315
- Dislivello: mt. 575
- Tempo di salita: 2 ore e 30 minuti c.ca
- Tempo di discesa: 2 ore c.ca
- Difficoltà: E Un tratto EE
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 6 Pinerolese – Val Sangone Fraternali Editore

La lunga cresta di monti che elevandosi dalla pianura separa la valle del Noce da quella della Chisola ha come primo rilievo significativo la Rocca Due Denti che può essere raggiunta, da una parte dalle borgate montane di Frossasco e Cantalupa, dall'altra da Tavernette o da S. Gervasio di Cumiana.

Percorrendo sempre sentieri evidenti e ben segnati, anche se carenti di indicazioni a fondovalle, questo itinerario sale alla Rocca Due Denti partendo dai resti della chiesa romanica di S. Giacomo, edificio sacro

risalente all'anno mille, posta ai margini della strada Torino – Pinerolo al confine tra i comuni di Cumiana e Frossasco.

La scelta di iniziare il percorso di qui consente di effettuare un graduale avvicinamento al rilievo percorrendo uno stradello che progressivamente si porta verso le borgate montane di Cantalupa - Frossasco dove inizia il sentiero che prima di salire sulla Rocca Due Denti transita per la chiesetta di S. Sisto.

Quella dedicata a S. Bernardo, posta in vetta, si raggiunge in ascesa aggirando le asperità del monte sul lato di Tavernette. Si ritorna poi a S. Sisto stando sul crinale dov'è presente un tratto attrezzato a superare un'esposta placca rocciosa.

Dalla sua cima bella vista sugli insediamenti della pianura, sulla cerchia di monti e sulle valli.

Oltre le rotonde che portano a Cumiana e a Tavernette sulla strada per Pinerolo, giunti più



La Rocca Due Denti



Guardando al Monte Brunelo

avanti all'ampia curva, sulla destra sorge visibile la chiesa romanica di S. Giacomo. Appena dopo, lasciata la strada, si svolta a destra subito trovando degli ampi spazi dove lasciare l'auto.

Presso un'area ecologica, a margine di una bacheca, trascurato lo stradello che prosegue dritto, si prende a sinistra e poi a destra uno stradello asfaltato che più avanti, superato un edificio industriale, si fa sterrato.

Inoltrandosi a margine della boscaglia, rasentate più avanti vigne, prati e coltivi, alcuni da tempo abbandonati, percorso lungamente e piacevolmente perché praticamente procede sempre in piano, si porta in direzione degli insediamenti montani di Frossasco – Cantalupa.

Lasciato sulla destra uno stradello secondario riservato solo ai mezzi agricoli, giunti più avanti al secondo, dove un cartello messo dal comune ricorda il rispetto della natura, si lascia lo stradello principale prendendo a destra quello che s'inoltra nei boschi.

Superato un rigagnolo, sempre continuando in falsopiano ci si porta ad un bivio dove si prende verso monte così raggiungendo più sopra il

rudere di una casa al limitare di coltivi da tempo incolti trovando sul posto un bivio fatto a T.

Poiché per il sentiero sulla sinistra si tornerà, si prende quello di destra che piacevolmente traversa in falsopiano aggirando così la boscosa dorsale che dalla pianura sottostante s'eleva verso monte sulla cui sommità s'erge la chiesetta di S. Sisto. Tutti sentieri che si dipartono sulla sinistra, percorsi, portano a questo edificio sacro.

Più avanti, nel punto in cui sembra che improvvisamente termini, mentre una ripida traccia scende a valle, un'altra, alla stessa maniera, sale verso monte, e questa si prende. Da prima per la linea di massima pendenza, con qualche opportuna svolta poi, si guadagna faticosamente di sopra un colletto alle spalle della chiesetta di S. Sisto che rapidamente si raggiunge.

1 ora e 15 minuti c.ca dalla chiesa di S. Giacomo

Come si prosegue sul crinale oltre a segni blu compaiono anche quelli bianco rossi. Di poco più sopra, giunti ad un pianoro, la traccia di



Chiesetta in vetta alla Rocca Due Denti

fronte porta direttamente alla Rocca Due Denti e sarà quella che si utilizzerà per tornare come l'altra che s'abbassa sulla sinistra, mentre quella di destra, il sentiero 022A, come da iscrizione posta su di un albero, porta a Tavernette e questa si prende.

Con un lungo traverso in piano, salvo brevi tratti dove si sale di poco tra le rocce, si raggiunge l'asciutto letto di un rio e poi la dorsale dove ci s'immette sulla segnata traccia che salendo da Tavernette si porta verso monte.

Sulla propria testa è già bel visibile l'ammasso roccioso sulla cui sommità s'intravede la chiesetta in vetta alla Rocca Due Denti. Dopo un breve tratto in salita ed un altro in piano sempre traversando si raggiunge la successiva, aperta dorsale dove si fa quasi inversione.

Percorsa per poco, più avanti, dove il pendio pur essendo sempre ripido si fa più agevole, tre traversi ascendenti e altrettante svolte consentono alla traccia rapidamente di alzarsi. Il terzo traverso, il più lungo, termina, più sopra, sul sentiero proveniente da S. Gervasio di Cumiana.

Su questo ci s'immette subito raggiungendo il colletto alla base del rilievo e poi, al termine di un ripido tratto tra le rocce, la chiesetta di S. Bernardo posta in vetta alla Rocca Due Denti mt. 890 dove la vista s'apre ampissima verso ogni dove.

1 ora e 15 minuti c.ca dalla chiesetta di S. Sisto

Scesi al colletto dove durante la resistenza un partigiano perse la vita, una traccia prosegue per cresta verso il colle Marione continuando poi per il monte Brunello e ancora oltre, mentre quella che si prende scende all'opposto alla cappella di S. Sisto passando per le Rocce della Gallina poste più in basso.

L'impegnativo tratto che segue, per escursionisti esperti, affronta l'attraversamento di un'estesa placca rocciosa, abbastanza esposta, che si supera grazie all'ausilio di una robusta corda fissa tassellata alla roccia che facilita il passaggio.

Più avanti, oltre dei modesti salti rocciosi, il transito diventa più agevole percorrendo fedelmente la traccia il crinale che si fa via via boscoso e piano. Incontrato un primo ammasso roccioso, si riprende a scendere

ripidi sino ad un secondo dove emerge un grosso masso tondeggiante a forma d'uovo da cui, probabilmente, il nome dato di "Rocce della Gallina", oltre il quale, superata una friabile placca, si raggiunge il già citato pianoro di poco a monte della chiesetta di S. Sisto dove si chiude la prima parte dell'anello.

Rifacendo piè pari il lungo percorso di salita, volendolo, si ritorna in questo modo alla chiesetta di S. Giacomo.

In alternativa, alle indicazioni sul pianoro, si prende la traccia che scende sul versante di Frossasco traversando per un po' quasi in piano. Al termine di un tratto discendente si raggiunge più in basso uno stradello, presso una prima casa dove, piegando a destra, la traccia si porta alla recinzione di una villa, n° 47 di numero civico, che si aggira sulla sinistra stando per un breve tratto sull' asfalto. Fatta l'ampia svolta che segue parte sulla sinistra uno stradello con segni blu su un palo del telefono che percorso termina ad una vigna.

In basso a questa, sul lato sinistro, si scende a superare un rigagnolo oltre il quale ci si immette su un sentierino che, più sotto, finisce su uno stradello che si segue per pochi metri verso monte sin quando, sulla destra, ancora

parte una traccia che, attraversando lungamente in piano, porta alla casetta diruta già incontrata nel percorso di salita dove, a questo punto, l'anello si chiude.

Non resta che scendere di sotto, piegare a destra, per terminare, più avanti, sullo stradello principale che, interminabile, lungamente percorso riporta alla chiesa di S. Giacomo.

2 ore c.ca dalla vetta della Rocca Due Denti

Beppe Sabadini



Tratto attrezzato

Portatori di un'idea
Riflessioni di Theodor Wundt

Michele Bettega sul Cimone della Pala

"Avevo messo piede sulla vetta più alta di tutta la catena montuosa e avevo lasciato che le sue immagini mi passassero davanti.

Nessuno potrà negare un certo orgoglio, perché a pervaderci non è solo la coscienza di un'impresa portata a termine, ma il fatto che di fronte alla natura immobile ci sentiamo anche esseri spirituali, portatori di un'idea, di una forza di volontà cosciente che si eleva molto al di sopra degli elementi".

Così scriveva Theodor Wundt nel libro *"L'ascensione del Cimone della Pala. Un album per scalatori e amici delle Dolomiti"*, edito nel 1892 e ora magistralmente tradotto da Luca Calvi, nell'edizione italiana recentemente pubblicata a cura della redazione della rivista *Aquile magazine*.

Un volume significativamente *"dedicato alla sezione di Berlino del Club alpino, in grato ricordo del tempo ivi passato"*.

L'autore era un militare tedesco, nato nel 1858, figlio di un ministro della guerra dell'epoca, che da ragazzo veniva portato dal padre sulle Alpi svizzere.

E che poi, come lui stesso racconta (in *"Io e la montagna - Una vita escursionistica"*, Berlino, 1917), andava da solo su *"montagne che all'epoca erano considerate impossibili da scalare, motivo per cui i valligiani spesso dubitavano della salita o la consideravano pazza"*.

A volte Wundt non andava da solo, ma in compagnia: come durante la sua luna di miele nel 1894, quando lui e la moglie, l'inglese Maud Walters, scalarono insieme il Cervino.

Forse anche per questo, Theodor Wundt era uno dei pionieri dell'alpinismo e soprattutto uno dei primi fotografi delle Dolomiti, le cui immagini in bianco e nero costituiscono ancor oggi un patrimonio straordinario.

Il pregio di questa edizione italiana del suo libro sulla salita del Cimone è sia storico sia letterario, perché l'opera risulta perfettamente conforme all'originale, nel primo formato orizzontale e nella sua ricca parte iconografica. Si scopre così un racconto di fine Ottocento, un resoconto dettagliato e mai banale, che rende piacevole seguire il suo viaggio d'altri tempi da



La scalata del Cimone della Pala, un album di fine Ottocento di Theodor Wundt.

Edizione tradotta in italiano da Luca Calvi
a cura di Aquile Magazine.



AQUILE



Neumarkt ("una graziosa cittadina con una vera atmosfera italiana" a pochi chilometri da Bolzano) lungo le valli del Trentino, attraverso la foresta di Paneveggio con i suoi fitti abeti, e poi oltre il valico di Passo Rolle, fino a San Martino di Castrozza, nel cuore delle Dolomiti.

Dove ad attenderlo c'era un valligiano, una delle prime guide alpine del tempo, Michele Bettega, che aveva anche il compito di

trasportare la sua pesante attrezzatura. "Un simpaticone", precisava Wundt, "che nel suo temperamento meridionale e nella sua vivace allegria ha ottime qualità, da aggiungere a quelle di guida alpina".

Del resto, era "la stessa persona che aveva trasportato i nostri bagagli in hotel e che, all'occorrenza, si trasforma in falegname o muratore; mentre la domenica officia come chierico nella cappella dell'hotel", aggiungeva

nel 1889 George Scriven, un suo altro cliente, membro del Club alpino, irlandese.

E così Michele era chiamato anche a posare per le foto di Wundt e quindi - benedett'uomo - a mettersi nelle posizioni dove la foto veniva meglio: e non importava se fossero posti pericolosi, perché allora era così.

Anzi, ammoniva Wundt, *"coloro che parlano solo degli incidenti che si verificano e che vorrebbero porre un divieto alla pratica dell'alpinismo, farebbero bene a considerare quanto bene esso faccia, favorendo la crescita di uomini con gli occhi aperti e sensibili alla natura e con quel meraviglioso desiderio di agire e di osare con determinazione ed energia"*.

"Come dappertutto, anche qui ci sono ostacoli da superare prima di arrivare a ottenere qualche risultato, e questo rientra perfettamente nell'ordine delle cose. Grazie a Dio in questo mondo esistono ancora difficoltà da superare, altrimenti sarebbe una vera e propria noia".

Appunto, *"come dappertutto"*: sono parole, difficoltà e noie che narrano di altri tempi. Chissà, si era alla vigilia del Futurismo e alcuni animi si avviavano a esserne invaghiti.

E tuttavia un pensiero resta, e riesce ad attraversare le foto in bianco e nero, o le stampe dell'Ottocento, fino ad arrivare a queste nostre riviste elettroniche a colori: *"dall'ampia cresta sulla quale arrivammo, dopo essere saliti scalando per circa due ore, ci si aprì davanti un panorama fenomenale su tutto quell'aspro mondo roccioso e su quelle valli selvagge"*.

Theodor Wundt diceva di sentirsi *"portatore di un'idea"*.

Forse, se ci è consentito un accostamento ai giorni nostri, quella stessa idea che ha condotto un gruppo di amici del CAI UET di Torino a recarsi proprio là, in quei luoghi, a trascorrere insieme una settimana di passeggiate nella neve, sotto il Cimone della Pala, in occasione del capodanno 2022.

Questo è verosimilmente ciò che resta intatto nel trascorrere dei tempi ed è ciò che quest'opera, finalmente edita anche nella nostra lingua, aiuta a farci ritrovare.

Post scriptum: questo pezzo è anche un ricordo della prima salita al Cimone, lungo la Bolver-Lugli, la ferrata delle Aquile di San Martino, fatta a 22 anni. Dice Wikipedia, una ferrata con *"più di 700 metri di dislivello positivo, considerata piuttosto difficile e a tratti molto esposta"*. Fatta con un solo moschettone, perché da ragazzi del secolo scorso non ci si pensava tanto su.

Fatta di ritorno da Bologna poche ore prima, in treno e corriera, dopo l'esame di diritto romano (le cose che si fanno a quell'età, probabilmente in qualsiasi secolo, perché a quell'età ci si riesce. O forse semplicemente perché a quell'età è così).

E soprattutto fatta insieme a Fabio Kinspergher, l'amico di una vita. Che è bello ricordare anche qua, per chi l'ha conosciuto e per chi gli ha voluto bene, nel mese del suo compleanno.

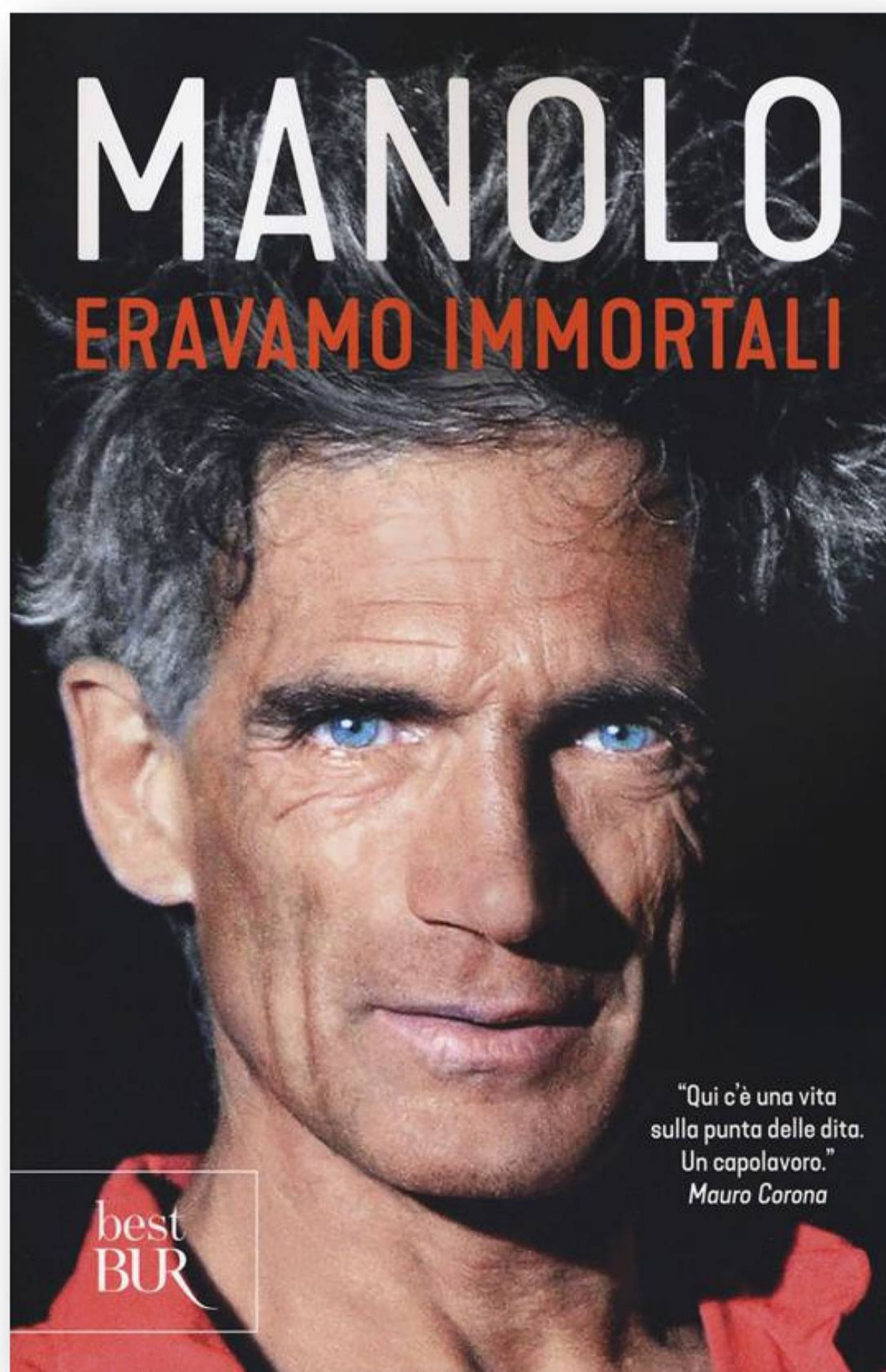
Un ringraziamento a Manuela Crepaz, dalle cui righe sono tratti larghi brani di questo pezzo, e a Luciano Gadenz, che ha fornito i materiali che sono qua riprodotti. Con la consapevolezza che tutti i materiali e le righe che qua mancano sono custoditi dentro la preziosa riedizione di un'opera, curata *"da chi ama profondamente questi luoghi e la loro storia"*.

Gianluigi Pasqualetto





l'ultimo libro di Manolo...



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.

Lo yoga e i dolori mestruali

Lo yoga è una soluzione naturale per alleviare i dolori mestruali. Secondo la filosofia indiana, lo yoga insieme all'ayurveda, è una tecnica che si prende cura del nostro corpo e della nostra salute al punto da essere definite, entrambe, tecniche di auto-guarigione dello spirito e della mente.

Nella tradizione indiana queste due discipline hanno molto in comune, nascono dalla stessa filosofia (Samkhya Karika) e il loro scopo è l'auto-guarigione e la consapevolezza del sé. L'auto-guarigione intesa come la capacità di prendersi cura del proprio corpo e alleviarne le sofferenze (mantenendo fermo il principio che comunque in caso di patologie è necessario rivolgersi ai medici che ci aiuteranno nel percorso di guarigione).

L'ayurveda si occupa principalmente della guarigione spirituale, necessaria per alleviare le sofferenze fisiche e promuovere il benessere fisico e mentale.

Lo yoga per alleviare la sofferenza

Lo yoga è quella disciplina che si occupa di alleviare, attraverso la pratica corporea e meditativa, la sofferenza umana cercando di muovere la propria consapevolezza verso una maggiore conoscenza del sé, ricercando la realizzazione non nelle cose materiali ma nel proprio cuore e nella propria anima. Quindi, lo yoga promuove la consapevolezza del sé e la conoscenza e ci spinge a ricercare la serenità e l'auto-realizzazione al di là delle cose superflue e materiali mentre l'Ayurveda promuove la ricerca e la consapevolezza del proprio benessere fisico e mentale nel corpo stesso. Insieme si occupano della totalità dell'individuo.

Tecniche corporee di guarigione

Entrambe, attraverso varie tecniche corporee, ricercano nel corpo e nella mente la soluzione alla sofferenza (fisica e emotiva) dell'individuo.

Lo Yoga come aiuto nei dolori mestruali

Attraverso queste tecniche ci è possibile alleviare la mente dal turbinio dei pensieri con



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

tutte le tecniche di pranayama e meditazione. Attraverso lo yoga utilizziamo gli asana, le posizioni, per portare il corpo a ricercare maggiore flessibilità, stabilità e forza, alla ricerca di un equilibrio che nasce dal corpo ma che poi si espande anche alla mente, regalandoci quella chiarezza mentale che è alla base della nostra pratica.

Lo yoga viene utilizzato in India per alleviare problemi fisici veri e propri.

Come può aiutarci lo yoga con i dolori mestruali?

Nel femminile (ma anche per i maschietti, per quel che riguarda i disturbi e le patologie intestinali) come può lo yoga aiutarci ad alleviare alcune problematiche comuni come i dolori mestruali o i dolori legati a problemi intestinali?

Ciò che avviene quando abbiamo un ciclo doloroso o delle patologie legate al nostro intestino (ma non solo) è, per istinto, chiudere ancora di più questi gli spazi doloranti del corpo con posizioni che tendono a raccogliere invece che a distendere.

In verità, per riuscire a rilassare queste zone quando abbiamo dolore, ciò che dobbiamo fare è tutto il contrario, ovvero, creare più spazio possibile, permettere ai nostri organi interni di riprendersi la loro collocazione e dimensione, evitare di portare ancora più tensione in quelle zone fin troppo compresse o vascolarizzate.

Allentare le tensioni e fare spazio

Ciò che dobbiamo fare è rilassare. Difficile, perché spesso i dolori sono proprio causati da una tensione che oltre ad essere fisica, è emotiva, soprattutto nel caso di problemi intestinali, definito anche il nostro secondo cervello (ma primo, per quel che riguarda la somatizzazione delle emozioni) Quante volte ci siamo trovati con crampi



Lo yoga e i dolori mestruali

addominali o problemi addominali nell'istante o nelle ore che hanno preceduto un esame scolastico, un esame clinico, un colloquio di lavoro o qualsiasi altra situazione in cui le nostre emozioni erano messe sotto pressione? Moltissime volte.

Sicuramente, ogni volta, il gesto che abbiamo fatto è stato quello di contrarci e chiuderci a riccio sul nostro addome.

Ebbene no Tutto ciò che dobbiamo fare per alleviare i dolori legati a quanto sopra è allentare la tensione e fare spazio.

Posizioni che aiutano

Bastano poche posizioni supportate da cuscini (rotondi o a mezza luna), palline da pilates, mattonelle e coperte e fare una pratica di Yin yoga o ancora meglio, di restorative yoga.

Lasciare andare, fare spazio Così nel corpo, così nella mente. Importantissimo e

determinante questo fattore: così nel corpo, così nella mente.

Se la nostra mente sarà offuscata da pensieri, allora il nostro corpo non riuscirà a rilassarsi e a poco servirà entrare in una pratica. Dobbiamo essere compassionevoli e amorevoli non solo con il corpo ma anche con la mente, dedicarci e pretendere qualche minuto di silenzio dove l'ascolto sarà interamente dedicato al nostro corpo, senza alcun pensiero o distrazione mentale, senza interloquire con le centinaia di pensieri che si presenteranno alla mente.

Rilassare e lasciar andare.

Elena Petrunina



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

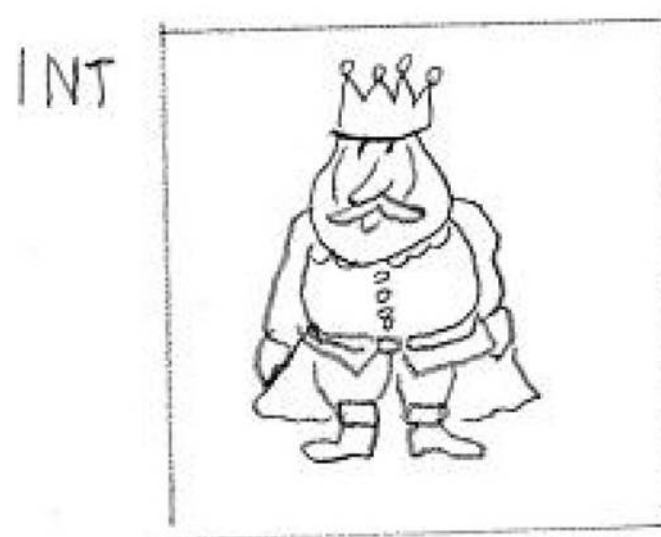
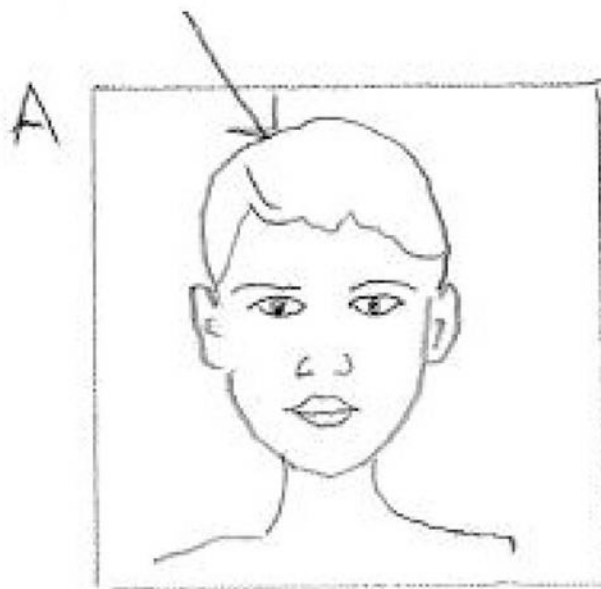
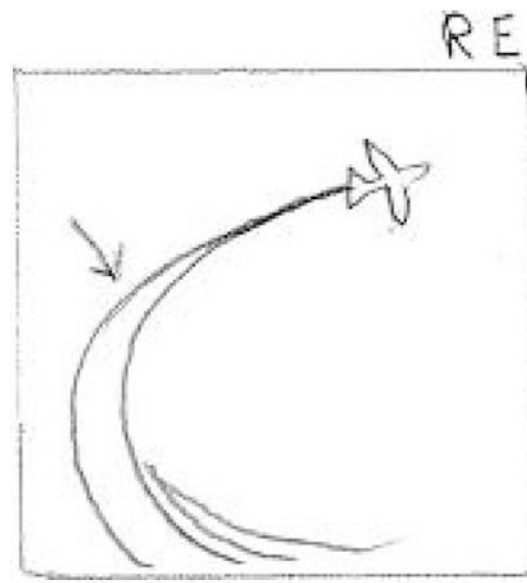
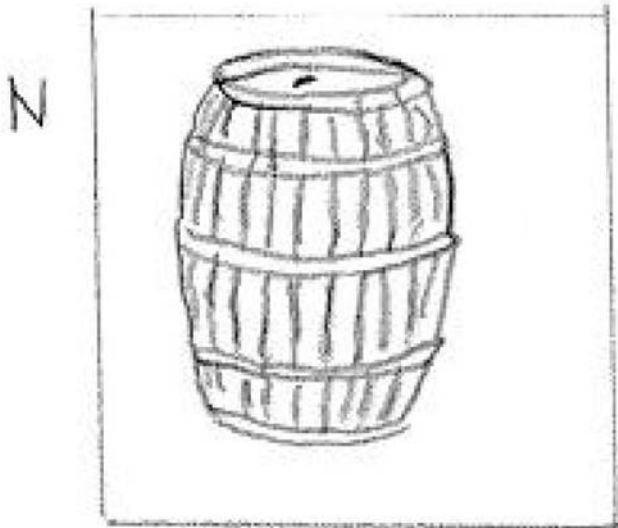
In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)























REBUS DA RIORDINARE



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

IL CRUCIVERBA del mese

(a cura di www.crucienigmi.it)

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

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



ORIZZONTALI:

1. Pinnipede con i baffi
4. Bonolis conduttore
9. Altari per sacrifici
10. Non brutto
11. Poco frequente
12. Coda di rondine
13. I loro nomi sono riportati sui calendari
14. Nome di molti Papi
15. La materia della parte solida e compatta dell'albero
16. Esperimento inteso a trarre valutazioni
17. È nota come la città dei Papi
18. Fu re di Persia e di Egitto
19. Sarcastico, satirico
21. La metà di otto
22. Iniziali di Campanella
24. Esclusivi
26. Servi della gleba di proprietà di Sparta
28. Scelto dai votanti
29. Costoso, salato
30. Monastero in zona isolata
31. Antenato
32. Una città della Turchia
33. Simbolo del calcio
34. Fine della carriera
35. Albero di alto fusto con foglie a cinque lobi
36. Il famoso King Cole
37. La capitale della Grecia
38. Una luce sul... capo.

VERTICALI:

1. Immaginare cose difficilmente realizzabili
2. Il giorno ne ha ventiquattro
3. Il cerio nelle formule
4. Si intingevano per scrivere
5. Sopra la media
6. Lubrificanti
7. Articolo per scolaro
8. Un territorio controllato da uno Stato più forte
10. Un quartiere della periferia occidentale di Napoli
11. Il posto più ambito
13. È famoso quello di Pulcinella
14. Il segno tra i fattori
15. Breve componimento in lingua volgare
16. Ogni proposizione che sia dimostrabile
18. Un triangolo i cui tre angoli sono diversi
20. Fare di nuovo, ripetere
23. Randello più grosso nell'estremità d'urto usato come arma dai popoli primitivi
25. Andato in breve
27. Il metallo del vincitore
30. Il Paradiso terrestre nell'Antico Testamento
32. Bevanda analcolica composta prevalentemente da acqua, arancia, carota e limone
33. Automobile inglese
35. In mezzo al lato
36. Simbolo del nanoampere.

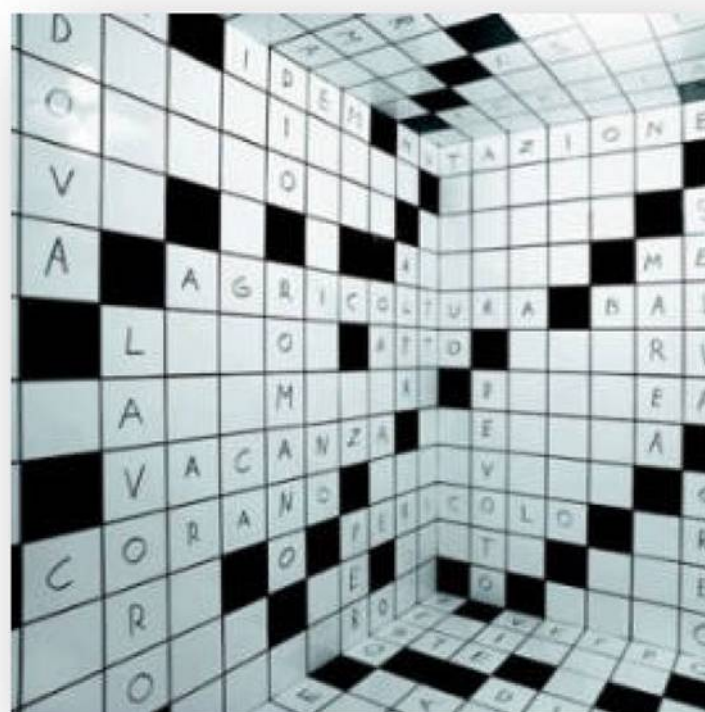


CRUCIVERBA

(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											
37					38					39	
		40				41					

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

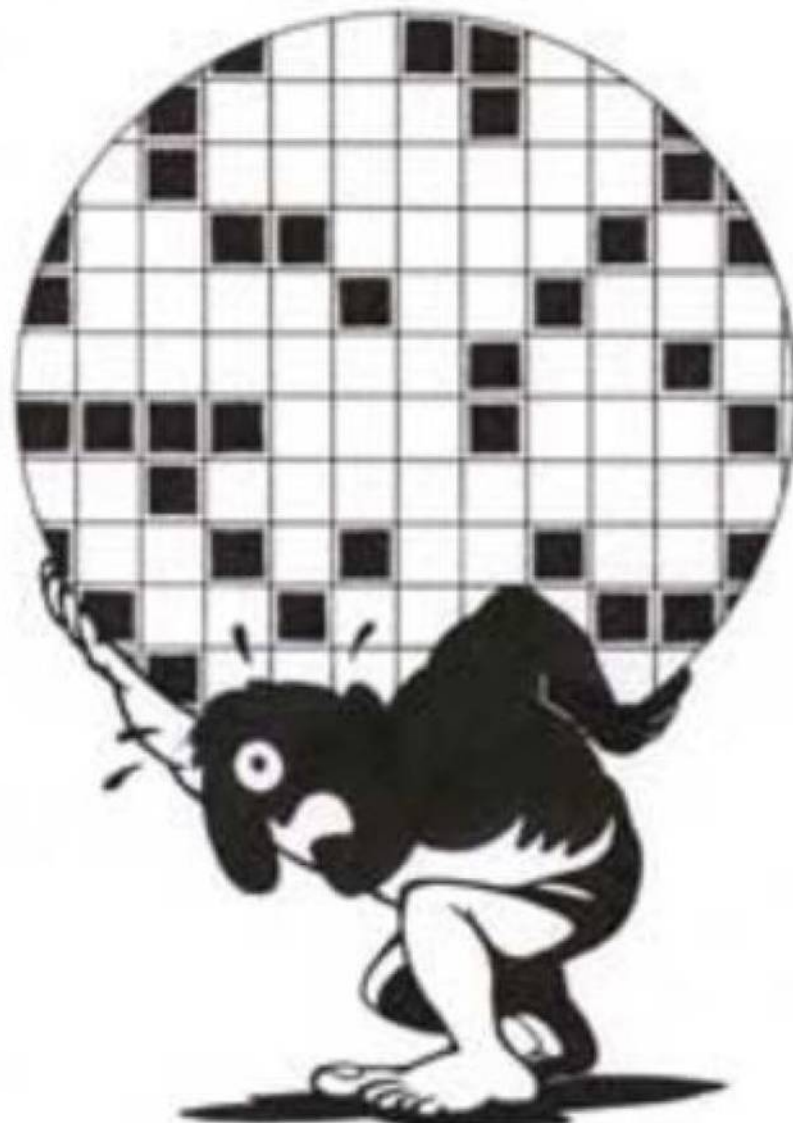


ORIZZONTALI:

- 1 E' meno di due
 4 Donano con cuore
 11 Turbolente, fanatiche
 14 Militari dell'Aeronautica
 15 In mezzo
 17 Taranto
 19 Un Natale... straniero
 20 Avversione, non amicizia
 25 Cura dei disturbi mentali
 29 Piene di rischi e pericoli
 30 Comune in provincia di Novara sul lago Maggiore
 31 Genova
 32 Scoppio di risate
 33 ... et labora
 34 Un fratello francese
 35 Malattia della pelle di origine virale
 37 Con Porgy in un melodramma di Ira Gershwin
 38 Encomio
 39 Esercito italiano
 40 Uno in tedesco
 41 Ciclo di preghiere di nove giorni

VERTICALI:

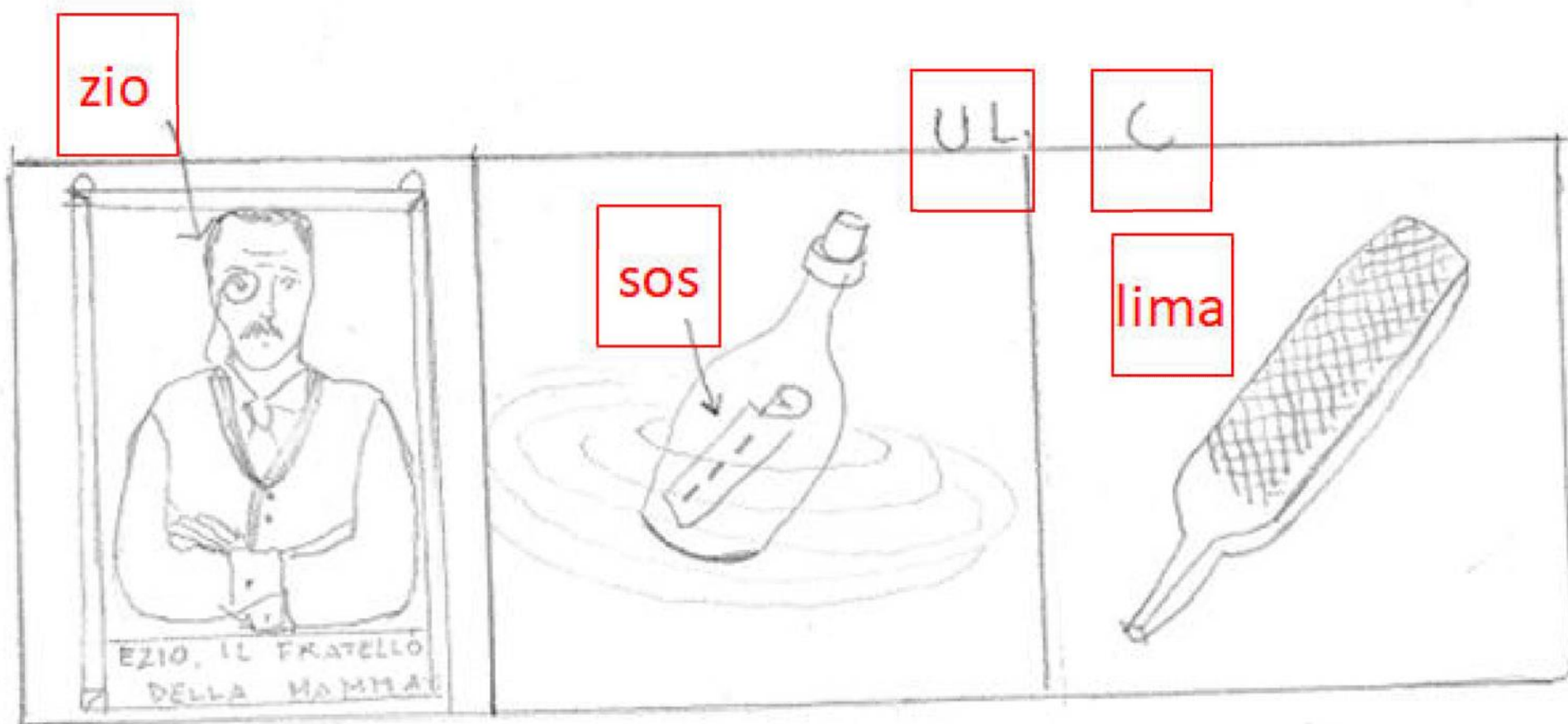
- 2 Nostro in breve
 3 Bipede da cortile
 4 Articolo
 5 Famoso, notorio
 6 Nuclei Armati Rivoluzionari
 7 Fu fondata da Mattei
 8 Un finale di gara
 9 Un numero bifronte
 10 Pacati, tranquilli
 13 Un indimenticabile Paolo attore
 16 Alessandria
 18 Affermare
 21 Abitante del Tirolo
 22 Affittare
 23 Gara televisiva di solidarietà
 24 Quello titano è il fiore più grande del mondo
 26 E qui valeva ai din
 27 Palermo
 28 Il nome della Marcuzzi
 31 Verde in inglese
 33 Un capo senza testa ne coda
 34 La polizia americana
 36 Reverendo in breve



Le soluzioni dei giochi del mese di DICEMBRE

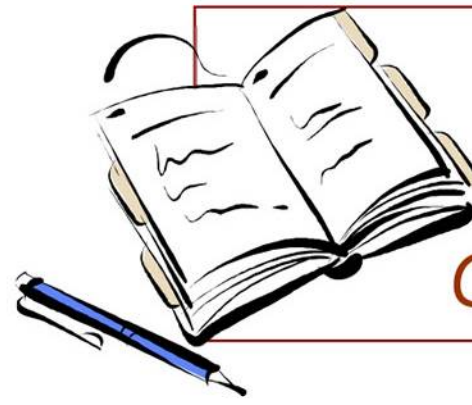
REBUS: 4, 2, 8, 9, 3, 5

Soluzione: F are UN pro getto ambi zio sos UL C lima
Fare un progetto ambizioso sul clima.



1	2	3	4	5	6	7	8	9		
E	S	T	A	T	E	M	O	C	R	
10					11			12		
M	E	R	C	E	R	A	M	A	R	E
	13				14					
	R	E	C	A	P	I	T	A	R	E
15				16						
P	E	N	A	E	D	I	S	O	N	
17			18					19	20	
I	N	O	E	R	A	T	O	D	I	
21			22					23		
R	O	S	P	I	R	E	P	I	N	
	24						25			
O	P	I	A	N	E	M	U	T	A	
26	27				28					
G	L	A	B	R	E	M	A	N	E	T
29					30					
A	U	R	I	C	O	L	A	R	I	T
	31				32					
	P	O	L	O	A	R	A	C	N	E
33				34						
F	I	L	O	A	N	I	T	A	S	
35			36					37		
O	N	E	D	A	D	O	N	O		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
O	P	E	C		O	F	F	E	R	T	A
11				12			13				
C	A	R	I	D	D	I	S	E	R	E	
	R										
16		17	18		19			20			
R	I	D	I	S	C	E	S	E	T	E	
O		21						22			
23	24										
B	A	L	A	U	S	T	R	I	N	O	
25										26	
E	S	E	N	T	A	R	E	D	V		
27					28						
R	E	G	I	E	I	M	P	A	R	I	
T				29							
30	31		32		33		34		35		
O	P	A	L	E	O	S	S	U	T	A	
	36			37		38					
	E	T	A	I	T	E	S	T	I		
39											
C	R	I	S	A	N	T	E	M	I	O	



Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

Sotto la neve pane, sotto l'acqua fame

Gennaio è il primo mese dell'anno secondo il calendario gregoriano, conta 31 giorni e si colloca nella prima metà di un anno civile. Il nome gennaio deriva dal dio romano Giano (Ianuarius), divinità preposta alle porte e ai ponti, ma più in generale rappresentava ogni forma di passaggio e mutamento (infatti gennaio è il mese che apre le porte del nuovo anno).

Il calendario romano originale era però più breve di quello gregoriano (304 giorni), in quanto i Romani consideravano l'inverno un periodo senza mesi. Fu Numa Pompilio ad aggiungere Gennaio e Febbraio, rendendo l'anno uguale a quello solare.

Con la riforma giuliana del 46 a.C. il primo giorno del mese è stato fatto coincidere con il Capodanno, ma quest'ordine del calendario non è stato sempre mantenuto nelle varie epoche. Nel medioevo, ad esempio, venivano considerati come primo giorno dell'anno a volte il 1° marzo (come nella Repubblica di Venezia) oppure il 1° settembre (Impero d'Oriente e Russia) ed è stato così fino al XVIII secolo.

Gennaio chiude infine i festeggiamenti del Natale cristiano con l'ultima festività dell'Epifania, celebrata il 6 gennaio.

Ma passati i festeggiamenti di questo periodo (ed i relativi bagordi che un pò tutti abbiamo "commesso" sopra le nostre belle tavole imbandite) quali sono i primi appuntamenti sociali con la quale la UET apre formalmente la stagione escursionistica invernale 2021?

Vediamoli e che *tanta neve per tanto pane* sia...

- Domenica 9 gennaio calzeremo le ciaspole per fare un bellissimo Giro ad anello delle borgate Vanzon in alta Val di Susa. Il sentiero ad anello attraverserà alcune delle più antiche borgate montanare di Oulx, un posto pieno di fascino, storia e natura.
- Domenica 16 gennaio si va di sci di fondo ad Usseglio, ultimo comune della Valle di Viù con le sue piste che si sviluppano sui due lati del torrente Stura. La località è ben attrezzata per la pratica degli sport invernali; in particolare per lo sci di fondo. Usseglio dispone di tre piste di diverse difficoltà e sviluppo.





- Domenica 23 gennaio rimetteremo ai piedi le ciaspole per salire al Colle Lazzarè. Questa facile escursione, adatta anche a chi vuole provare a usare le ciaspole per la prima volta, si snoda su una vecchia strada poderale che sale dapprima in un caratteristico bosco di larici e abeti, molto bello soprattutto dopo una bella nevicata, e poi attraversa dei bei prati innevati fino al colle.
- Domenica 30 gennaio torneremo a divertirci con gli sci di fondo sulle piste di Torgnon, una splendida località dell'alta Valtournenche, posta sulla destra orografica della valle. La particolare esposizione la rende ben soleggiata, offrendo nella stagione invernale piste di fondo, di varie difficoltà, che sono tra le più estese della Valle d'Aosta.

Non male vero, questa ripartenza delle attività sociali UET che (pandemia permettendo...) abbiamo programmato per Gennaio, vero?

Vi aspettiamo in tanti!

Mauro Zanotto
Direttore Editoriale



L'importante è partire

Tranquilli non sono diventato uno strizzacervelli, ne' tanto meno sto per scrivere un trattato di psicologia del viaggiatore.

Ma andando con la mente indietro nel tempo, me lo sono chiesto.

E quindi la Corsica del 1985 fu in campeggio perché l'amico di allora conobbe a Bardonecchia due ragazze francesi e quindi via con lo zaino Falchi con intelaiatura in ferro e tenda canadese da farci sembrare Fantozzi e Filini.

Cosa non si fa a 20 anni per il gentil sesso...

Ma poi cominciarono i viaggi seri come il 1987 con un Torino Capo Nord a bordo di una fiammante Golf Gti della compagna di allora.

Anche perché ero ancora convinto di patire il caldo.

Non erano ancora stati costruiti i ponti dalla Danimarca alla Svezia e così fermi 2 giorni a Fredrikshaven in attesa del traghetto, sotto una copiosissima nevicata.



Reportage Ai "confini" del mondo

Poi con un collega del mio primo ufficio decidemmo per una Turchia

Meta? Ci piacque molto una foto sull'unica guida all'ora disponibile di un palazzotto posizionato a nido d'aquila.

Ebbene sull'unica cartina geografica allora esistente cominció la febbrile ricerca di tal Dogubayazid.

Ebbene si trattava dell'ultimo paesino prima del confine iraniano.

Ma così si era deciso e così con Nissan King Cab aspirato si partì e si arrivò pure.



Bazar di Isfahan



Nomadi in Mauritania

Bis nel 1988 quasi stesso itinerario ma un pochino più turistico.

Africa. Mamma Africa. Entrò prepotentemente nella mia vita nel 1993.

Un mio collega comprerò un Mitsubishi Pajero, io possedevo una Land Rover Discovery e per festeggiare scegliemmo il Marocco; quando si viaggiava con i Pirelli Road Book, altro che tablet, navigatori e gps.

Caldo bestiale e così come in Turchia capii che potevo sopportarlo egregiamente.

E grazie all'incontro da un gommista di Torino e di due esperti sahariani che parlando di Algeria si misero entrambi a piangere per le forti emozioni vissute, eccomi a Caselle il 25 dicembre in volo sull'Algeria.

Voi direte cosa c'è di strano?

Nulla se non fosse che in Algeria c'era la guerra civile e mi dovetti blindare dentro un 5 stelle che sembrava più ad una caserma in zona di guerra.

Ma tutto è bene ciò che finisce bene.

Tranne per i miei vicini che non avranno di sicuro apprezzato sul volo del ritorno i 10 giorni passati a dorso di cammello, ops dromedario. Da quel giorno misi le basi per diventare quello che sono oggi.

L'uomo del Sahara.

In Libia ci andammo nel 94, appena aperta.

Solo indicazioni in arabo ed ovunque i nostri mezzi parcheggiati sotto statue del Colonello, idem per gli hotel.

Poi tra una Tunisia ed un Marocco fu sempre e solo Algeria, con qualche puntata in Niger e Mali.

Come quando andai in Niger a vendere il furgone che avevo usato per trasferirmi a Tamanrasset con mia moglie Dalila.

Ebbene per un disguido amministrativo con i visti, rimasi a giugno con 50 gradi all'ombra nella terra di nessuno.

Con solo un po' di latte in polvere.

Quando mi portarono un vassoio di spaghetti scotti per festeggiare l'arrivo del visto mi sentii molto Toto' in Miseria e Nobiltà.

Poi si parte per dei progetti sponsorizzati dall'Etna a Capo Nord.

Come la Traversata delle Alpi con Angelika Rainer come special guest.

Quest'anno Kungsleden Wild Trek, talmente wild che il nuovo zaino Ferrino pesava 25 kg.

Ma si parte anche per aiutare.

Con le Citroën 2cv fino in Algeria e Mauritania a consegnare pacchi di Bambini nel Deserto.

Oppure con le Renault 4 anche qui Italia Mauritania per portare aiuti ai più bisognosi.

Insomma non importa come, dove, quando e perché.

L'importante è partire.

Fabrizio Rovella

(Esploratore e Sognatore)

 **Saharamonamour**

www.saharamonamour.com



Ararat



Color seppia Cartoline dal nostro passato



Valtournanche

5 e 6 gennaio 1913

Un'altra relazione? O non è sempre l'identica cosa? La partenza mattutina nell'alba limpida o caliginosa, lo sfilare dei variopinti berretti e il picchiar sodo delle scarpe ferrate? il *ferreo mostro* che varca in breve spazio d'ora la distesa del piano e ci accosta gradatamente alle Alpi? il rapido affratellarsi dei compagni del giorno? lo svolgersi anche più rapido di mille angoli silvestri di terra?

Pure le ore ch'io vado rievocando, mentre il sacco e il bastone accusano ancora la recente salita, non sono passate senza lasciare una loro traccia profonda di gaudio e di serenità.

E quello sfilare ininterrotto di conche nevose e di purissime vette, quel placido aggrupparsi di casolari nell'ampia solitudine alpina, quella pace invernale che supera nella sua maestà inesprimibile la bellezza ridente della montagna nella sua veste d'estate : tutto rivive nell'attimo di raccoglimento e di quiete.

Un resoconto della nostra spedizione ?

Si giunge a Valtournanche alle tredici della domenica 5 gennaio, e grazie all'abilità del

nostro Direttore e alle premure dell'ottima famiglia Hosquet, proprietaria dell'Albergo delle Alpi, ci si accomoda prontamente nelle relative camere e ci si dispone a gustare il primo pasto comune.

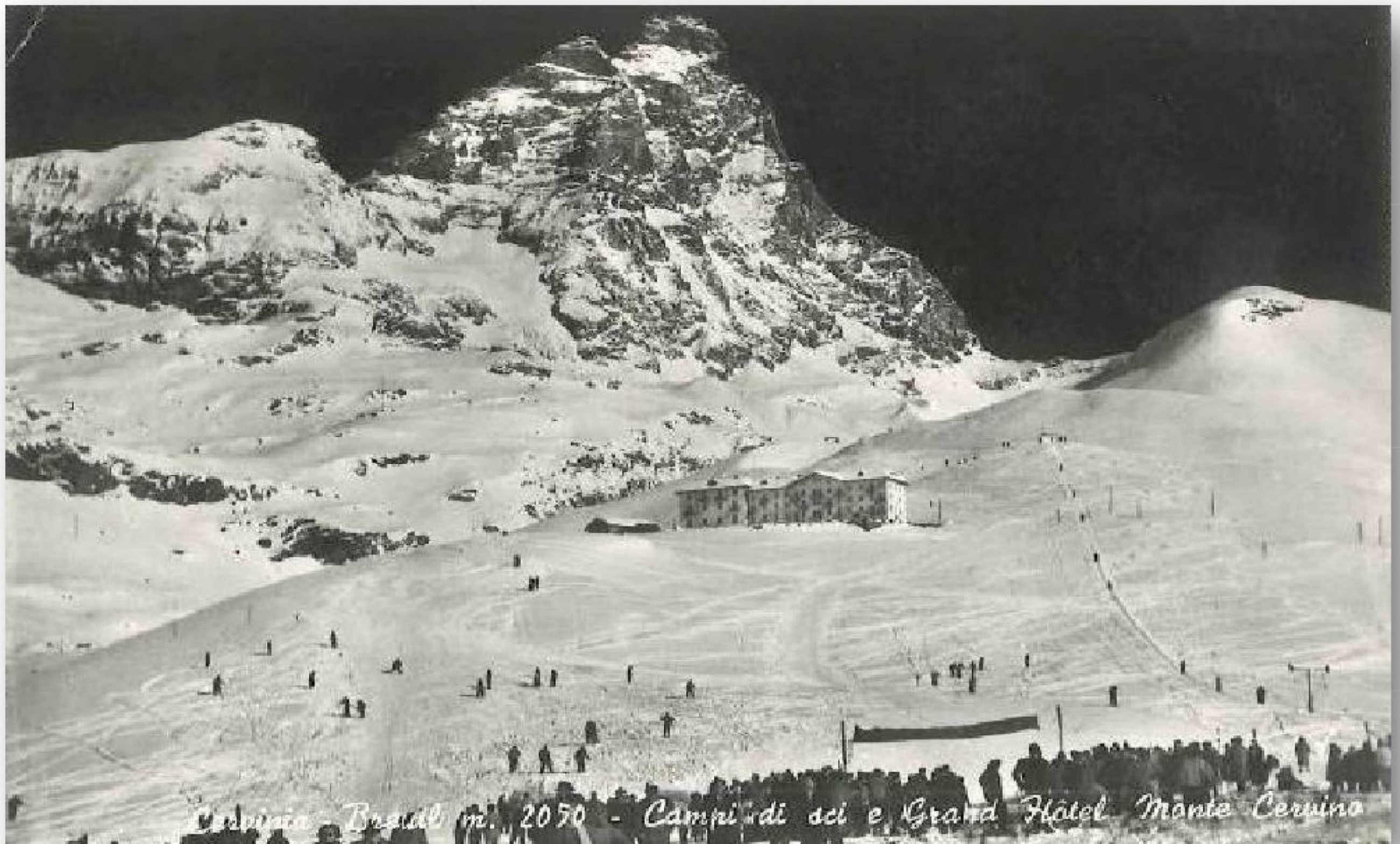
S'è appena terminato che la montagna ne invita fuori, all'aperto: quali fra le viuzze lastricate di ghiaccio ove s'aggira, curiosa e simpatica, la parte giovanile della popolazione ; quali nelle più ripide praterie a provare la soddisfazione dello *ski* e delle cadute inevitabili; quali su per le coste sinuose, sino alla capanna della guida Meynet e poi nell'attraente *chalet* delle famiglie Bobba-Boniscontro, ove la cavalleria e la cordialità d'altri tempi accolgono la turbolenta schiera degli escursionisti.

Chiudono lietamente la prima serata i suoni più o meno armonici del pianoforte, le danze rumorose, le parole ispirate e gentili d'un nostro bravo oratore e finalmente il coro delle guide: un canto bizzarro

nel quale la melodia melanconica di certe note lunghe e dolcissime contrasta coll'asprezza selvaggia degli acuti imprevisi.

Montagnes de mes vallées

Vous êtes mes amours...



Monte Cervino, Breuil m. 2050 - Campi di sci e Grand Hôtel Monte Cervino

... Le amiamo noi pure, le grandi fascinatrici, allorché ci avviamo il mattino seguente, mentre regna ancora piena la notte.

La lunga fila indiana si svolge cupa sul candor della neve; poche lanterne oscillano a rischiarare la via; qualche lumicino appare fra le sparse capanne: le rare parole rompono il silenzio austero dei monti.

Oh, quei luoghi nell'austera bellezza di cui l'inverno è generoso soltanto alle vaste solitudini! Non più il verde ammanto dei pascoli rigogliosi di mille vite, le splendide fioriture ricche di tale esuberanza di colori che la valle può invidiare, ma imitare giammai; e i torrentelli gonfi, trattenuti a stento fra le pinte sponde; e voci innumerevoli, da quella delle spumeggianti cascate ai trilli delle alpigiane, dal muggito

delle mandre al tintinnar dei campani...

Nulla di tutti i fascino antichi. Ma quel cielo che si scopre e si rischiarava di mano in mano che si procede in altezza, quello sbocciare quasi irreali di vette, su in alto, oltre la zona delle nebbie, quella fioritura

di gelide stalattiti azzurrine che strappano grida d'ammirazione ai più indifferenti, quei deserti di

neve immacolata nei quali ci apriamo faticosamente la via, sono ricchi di possenti inviti e di bellezza inesprimibile.

E quando, seguendo l'orma delle guide pazienti, superato con baldanza l'ultimo tratto, ci troviamo finalmente al piano" del Breuil, lasciamo che un grido, un grido entusiastico d'ammirazione erompa dai precordi.

D'intorno, per tutto, è ancora il deserto immacolato della neve, ma su, in alto, sul cielo limpido come turchese, è il Cervino che appare.

Già colla superba visione del monte più imponente e più bello, ogni senso di fatica è scomparso, quando una *grangia* benedetta si schiude per noi, facendo rivivere la vecchia immagine dell'isola perduta nell'immenso oceano...

La sosta fu breve, le ore fuggirono... e pure l'incantevole piano rivive per me. Non invano l'occhio lo scopre con un senso di commozione vivissima nelle belle fotografie del Castellano e dell'avv. Zucconi.

Ma resta qualche altra cosa oltre ai ricordi sensibili : quell'allegria da buoni camerati che brillava su trenta volti sereni; che eccelleva

forse un poco talvolta e avrebbe suscitato un'espressione di stupore in certi individui pedanti che paiono nati cogli occhiali neri sul naso: la sana allegria che ciascuno di noi benedice quando, dopo la breve sosta radiosa, riprende più gaiamente il cammino e resistenza faragginosa di questi nostri grandi centri ove tutto è attività febbrile, fatica di pensiero e d'azione.

E con ciò il distacco passeggero da tutte le inezie che la società civile eleva a dogmi e un po' di semplice vita alpina riduce alle proporzioni reali; e la solidarietà che si forma così rapidamente in montagna dove un'ora di vita comune rivela a nudo le anime; e la buona fratellanza che i giorni venturi potranno ostacolare ma non più cancellare: tutti i sentimenti sbocciati in quel candido *regno del Cervino*, — come l'ha chiamato un nostro caro scrittore — si collegheranno al ricordo del 5 e del 6 gennaio 1913.

Quando un'impresa è bella e buona, quand'è coronata da completo successo, vien tanto naturale di sciogliere un inno di lode a chi l'ha ideata.

E noi lo sciogliamo anche ora ad Angelo Treves, come si è fatto lassù nelle *grange* del Breuil, come s'è ripetuto a Valtournanche, levando lietamente il bicchiere.

Lidia Torretta

*Tratto da "l'Escursionista" n°1
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE
ESCURSIONISTI DI TORINO
del 28 gennaio 1913*





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

Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!

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

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

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

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

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

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

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

*Scrivici alla casella email
info@uetcaitorino.it*

l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

Gennaio 2022

segui su

