



# l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino Luglio-Agosto 2022  
€ 0,00

## Bivacco Soardi

Una escursione nel cuore della Val Grande di Lanzo

**Quassù siamo integrati e integranti**

Cambiano le stagioni, cambiano le abitudini e modo di vivere

**CIAK, si scala!**

Esposizione su Cinema di alpinismo e arrampicata al MuseoMontagna

**Un anello nella valle di Rochemolles**

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

**Nec Descendere, Nec Morari**

Le origini dell'Unione Escursionisti Torino

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 102/2022

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





Sezione di Torino



## *Cosa cerchiamo veramente in montagna*

Il giorno prima della partenza, ci sono i preparativi e tiro fuori quello che mi servirà in uscita.

Anni prima per non correre il rischio di dimenticare qualcosa usavo la lista.

Oggi, che la memoria prova a giocarmi qualche scherzo, rischio e provo a mettere nello zaino quello che mi occorre, via via che mi viene in mente, senza l'aiuto dell'elenco.

La sera del sabato c'è sempre qualcosa da fare. Mi propongo di andare a riposare presto per il timore di non svegliarmi all'ora giusta, col rischio di non arrivare in tempo alla partenza il giorno dopo, ma si fa sempre tardi.

Il giorno prima si vive l'attesa dell'uscita, dell'evasione, dell'incontro con gli altri, con volti noti che non vediamo da tempo, dell'incontro con la natura, di cui sentiamo di più la mancanza se viviamo in città. Insomma viviamo la vigilia dell'uscita come "il sabato del villaggio". Finalmente, il giorno dopo siamo lì!

Arriviamo alla spicciolata, ancora mezzo assonnati, nel luogo di ritrovo. Ci salutiamo con viva cordialità (tra noi che ci conosciamo), anche se siamo ancora titubanti all'abbraccio per via del timore che deriva da due lunghi anni di pandemia.

Oltre ai volti noti, talvolta, troviamo anche persone che non conosciamo. Ci chiediamo perché vengono in montagna con noi? Cosa cercano in montagna? Cosa cerchiamo noi in montagna?

Io credo che si vada in montagna per diversi motivi. Ciascuno ha il suo.

C'è chi va semplicemente per evadere dai problemi della quotidianità. C'è chi vuole verificare i propri limiti fisici.

Ma c'è anche chi va per uscire dal rumore e stare in silenzio a contatto con la natura. In questo caso, si va anche da soli (che non è mai una cosa prudente).

Cercare il silenzio, cercare sé stessi, cosa questa che normalmente non amiamo fare. Può anche succedere che alcune volte rifuggiamo da noi stessi, quasi avessimo paura di riflettere e scoprire qualcosa di noi che non ci piace.

Credo che la montagna possa offrire, a chi sa cercarla, anche questa possibilità; ossia un confronto franco e leale con noi stessi



(in certe situazioni, da noi cercate, non possiamo mentire a noi stessi).

Se sappiamo fare silenzio attorno a noi, allora la montagna, più in generale la natura con la sua maestosità, la sua bellezza, i suoi pericoli, le sue curiosità ed i suoi segreti ci interroga, ci pone delle domande e, via via che “procediamo”, incominciamo a trovare qualche risposta.

Ma questo non è un discorso che si possa esaurire in breve, anzi è solo all’inizio e non finirà mai fin quando noi avremo voglia di continuare a cercare. Questa molla della curiosità ci stimola a tornare in montagna.

Ogni volta che proviamo a “guardare oltre”, non solo fisicamente, scopriamo cose nuove, anche di noi stessi. Cose difficili da scoprire solo con gli stimoli che ci provengono dal nostro itinerario di routine: città-lavoro-casa-amici-etc...

Itinerario che percorriamo di corsa senza avere quasi mai il tempo di fermarci, appunto, con noi stessi.

Personalmente poi, credo che la dimensione più appagante dell’andare in montagna sia quella del gruppo; ossia, salire insieme ad altre persone che condividono questa nostra passione. In tale ambito, il CAI può e deve saper fare la sua proposta di conoscenza, frequentazione e rispetto della montagna. Ma questo è un altro discorso.

Ripuntiamo la focale sul singolo e sul gruppo. Frequentare la montagna insieme ad altre persone, oltre a migliorare la sicurezza (perché non si è da soli), rappresenta un valore aggiunto che è appunto quello della condivisione.

Quest’ultima rappresenta un’esigenza insita nella nostra natura umana. Quando siamo in “ambiente”, quello che percepiamo con i nostri sensi suscita entusiasmo, emozioni, sorpresa, paure, domande.

Ecco, noi abbiamo il bisogno di condividere queste sensazioni con altre persone (incluso quelle che non conosciamo).

E’ da questo confronto, da questa relazione che scaturisce un modo diverso di vedere e vivere la montagna. Dunque, si genera un arricchimento per il singolo e, pertanto, anche per il gruppo.

Quando poi rientriamo in città, a casa, ci sentiamo meglio, ci sentiamo appagati di cosa abbiamo appreso, dell’esperienza che abbiamo vissuto.

Ma ci siamo posti anche nuove domande per rispondere alle quali, sappiamo che dovremo ancora “cercare”, dovremo ancora “salire”, dovremo ancora confrontarci con la montagna, con gli altri e, soprattutto, con noi stessi.

**Beppe Previti**  
*Presidente UET*



Sezione di Torino





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

# Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 10 – Numero 102/2022  
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, Enrico Volpiano

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

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

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

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

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

## Sommario Luglio-Agosto 2022

Editoriale – Riflessioni del Presidente	
<b>Cosa cerchiamo veramente in montagna</b>	<b>02</b>
Sul cappello un bel fior - La rubrica dell'Escursionismo Estivo	
<b>Bivacco Soardi</b>	
<i>Una escursione nel cuore della Val Grande</i>	<b>05</b>
<b>Oasi faunistica di Sant'Albano Stura e Parco Crava Morozzo</b>	<b>09</b>
<b>Un'escursione nelle borgate dell'Alta valle di Susa</b>	<b>12</b>
Escursionismo – Con gli occhi, col cuore, con la mente	
<b>Annibale passò: ma dove passò?</b>	
<i>Riflessioni di un escursionista</i>	<b>15</b>
Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare	
<b>Two of us – Noi due</b>	<b>23</b>
Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi	
<b>La Torre dei Saraceni</b>	<b>26</b>
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis	
<b>Un joli endroit</b>	<b>30</b>
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare	
<b>La Cucina popolare della Basilicata</b>	<b>34</b>
C'era una volta - Ricordi del nostro passato	
<b>La coltivazione della patata ieri</b>	<b>38</b>
la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna	
<b>ClAK, si scala!</b>	
<i>Esposizione su Cinema di alpinismo e arrampicata</i>	<b>41</b>
Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli	
<b>Un anello nella valle di Rochemolles</b>	
<i>Dal rifugio Scarfiotti alla Cresta e alla Punta S. Michele rientrando per il Passage de Courousset e il col d'Etiache</i>	<b>45</b>
Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino	
<b>Quassù siamo integrati e integranti</b>	<b>49</b>
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute	
<b>Come imparare a rilassarsi e combattere lo stress</b>	<b>56</b>
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici	
<b>Strizzacervello</b>	<b>59</b>
Prossimi passi - Calendario delle attività UET	
<b>Se no fa caldo di luglio e di agosto, sarà tristo il mosto</b>	<b>66</b>
Reportage – Ai confini del mondo	
<b>Pakistan Snow Leopard</b>	<b>68</b>
Color seppia - Cartoline dal nostro passato	
<b>NEC DESCENDERE, NEC MORARI</b>	
<i>Le origini dell'Unione Escursionisti Torino</i>	<b>69</b>

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

## Bivacco Soardi

Una escursione nel cuore della Val Grande di Lanzo



Sul cappello un bel fior  
la rubrica dell'Escursionismo estivo

Si è svolta lo scorso 19 giugno l'escursione al Bivacco Soardi-Fassero, la prima delle due gite nelle Valli di Lanzo che la UET ha proposto nel calendario di escursionismo estivo di quest'anno.

La pandemia, che ha bloccato per due anni anche le uscite sociali del CAI, ha imposto la necessità di nuove e diverse regole per la ripresa delle attività escursionistiche.

Perciò sono state scelte "mete di prossimità" per evitare, in tal modo, lunghi spostamenti in auto e al massimo della capienza per quanto riguarda il numero dei passeggeri, al fine di scongiurare i contagi e poter comunque fare le gite in sicurezza.

Così, quando nell'ottobre 2021, si è trattato di stendere il nuovo programma di gite, ho pensato subito alle Valli di Lanzo: vicine, affascinanti, selvagge.

Conoscendo poco la Val Grande ho optato per questo bivacco che, da Forno Alpi Graie, si raggiunge attraverso il solitario Vallone di Sea,

ricco di storia antica e recente, incastonato fra pareti rocciose altissime che si sviluppano per diversi chilometri e che hanno fatto la storia dell'arrampicata piemontese e non solo.

Nomi del calibro di Carlo Grassi, Gian Piero Motti, Ugo Manara, solo per citarne alcuni, hanno reso questa zona di fama internazionale, aprendo centinaia di vie. Ma torniamo alla nostra gita.

Il venerdì precedente l'escursione, un nostro socio, il geologo Luigi Leardi, che ben conosce la struttura di queste montagne, la loro storia e quella delle popolazioni che le hanno abitate nel corso dei secoli, ha tenuto, presso la sede del Monte dei Cappuccini, una conferenza sul tema, trasmettendoci tutta una serie di conoscenze molto utili per vivere, con una maggiore consapevolezza, l'escursione che da lì a poco ci attendeva. Per questo lo ringrazio a nome della Sottosezione.





La mattina della gita, il luogo di incontro di tutti partecipanti è la stazione ferroviaria di Germagnano. Compattate le auto, ci dirigiamo a Forno Alpi Graie, da dove inizierà la nostra camminata.

Siamo in 28 iscritti. Certo un buon numero se si considera lo sviluppo del percorso e il dislivello. Anche Luigi, il nostro geologo ha deciso di accompagnarci.

Sono sicura che sarà un valore aggiunto non da poco. Gli accompagnatori sono Domenica, Marco, Enrico, Luciano ed io. Ci ha affiancato anche il nostro presidente Beppe assieme a Franco e Gigi.

È un gruppo composto non solo da Uettini ma anche soci di altre sezioni, fra cui una decina di giovani. due ragazze Rossella e Francesca sono socie CAI da pochi mesi.

La più giovane è Adele, sedicenne che ama la montagna e che sui sentieri si trova a suo agio. Della serie, giovani escursionisti crescono e, perché no, magari anche futuri accompagnatori... chissà...

Divagazioni a parte, siamo in ritardo di 20 minuti sull'orario di partenza e dobbiamo muoverci. Ci mettiamo in cammino alle 8.50.

Per questa uscita è prevista anche una meta alternativa, rispetto al Bivacco Soardi, l'Alpe di Sea con possibilità di salita fino al pianoro del Gias Nuovo dove è presente l'omonimo bivacco di recente costruzione.

C'è un buon entusiasmo fra tutti e mentre camminiamo si chiacchiera. Dalle condizioni meteo risulta che non è prevista pioggia ma nemmeno "sole a palla".

Questo mi fa ben pensare che i due litri d'acqua che ciascuno ha nello zaino possano bastare per tutta la gita.

Il gruppo, con in testa Luciano procede con passo piuttosto brillante... e ben presto recuperiamo il ritardo accumulato prima della partenza. Si va su spediti, soprattutto chi sale al Soardi e sono circa una ventina.

Ci immettiamo nel selvaggio vallone di Sea. Il primo tratto è boschivo, incontriamo splendide fioriture.

Il "maggio ciondolo" ci offre il meglio di sé con i suoi grappoli di fiori di giallo intenso, quasi a darci il benvenuto in questo ambiente che via, via, si fa sempre più maestoso e severo, man mano che procediamo. Il bosco però lascia presto spazio alla vegetazione arbustiva e i

rododendri danno un nota di colore che si inserisce bene nel contesto.

Il percorso ora è interamente fiancheggiato da enormi massi di roccia, prevalenti gneiss facenti parte del massiccio del Gran Paradiso, disposti in modo confusionario, ammassati gli uni agli altri, a testimonianza degli imponenti movimenti franosi avvenuti a seguito del ritiro delle enormi masse di ghiaccio che hanno gradualmente abbandonato la valle durante il periodo pleistocenico, terminato all'incirca 12000 anni fa.

Mentre lo risaliamo parlo con Luigi delle cose che ha detto nella conferenza dei giorni precedenti a proposito di questo vallone delle Alpi Graie e del suo patrimonio naturale. Il territorio, così com'è oggi è frutto dell'erosione operata dai ghiacciai, in lento movimento, che hanno lasciato la loro traccia, sui versanti vallivi, per diverse centinaia di metri di altezza. L'alternarsi, poi, di imponenti alluvioni hanno originato importanti fenomeni erosivi nei fondovalle. Questo lo si noterà particolarmente

quando arriveremo nella vasta conca glaciale del Gias Nuovo, dove è presente la formazione dei gradini di valle.

La scala di Napoleone, che percorreremo per salire al Soardi, situata poco sopra al Bivacco del Gias Nuovo, ne è un esempio.

Mentre camminiamo, Luigi mi fa notare che ci troviamo in uno dei più suggestivi valloni delle alpi, caratterizzato, come il resto della Val Grande, da una intensa attività mineraria per l'estrazione di minerali di ferro, di rame e argento.

Tale attività è iniziata fin dai primi anni del 1200 e si è protratta fino ai primi decenni del secolo scorso. Per la lavorazione delle materie prime era necessaria una grande quantità di carbone di legna e l'unico modo per ottenerlo era l'abbattimento ingente degli alberi d'alto fusto.

Il conseguente disboscamento che ne è derivato ha portato alla modifica del paesaggio e permene anche oggi.



A Forno Alpi Graie, sin dal Medioevo, erano presenti diverse fucine per la lavorazione dei minerali di cui ho parlato.

Da qui ha avuto origine il suo toponimo. Il gruppo intanto procede con passo costante e, dopo una breve sosta al Gias Nuovo, prosegue verso il Soardi. Enrico guida il gruppo mentre Luciano si è fermato ad aspettarmi.

La scalinata napoleonica, incassata fra grossi massi rocciosi, parte subito molto ripida e non molla. Sarà così anche dopo, lungo il vasto Gias Platou che si sviluppa su cresta erbosa e ghiaina.

Salgo con Gianluigi che, da buon "trentino" allenato sulle sue Dolomiti a San Martino di Castrozza, mi precede fino al Bivacco Soardi – Fassero e ci riuniamo agli altri.

La fatica della lunga salita viene ripagata da branchi di stambecchi che sembrano gradire la nostra presenza.

La struttura di proprietà dell'UGET è stata costruita nel 1993 sui resti di un precedente bivacco del 1957 ed offre 14 posti letto.

La vista è imponente sull'Albaron di Sea, sull'Uja di Mondrone e altre vette. Il tempo di una sosta per mangiare e fare qualche foto tutti insieme e si scende. Mi faccio aiutare da

Alberto e Beppe nella discesa fino al Gias Nuovo.

Devo ancora evitare possibili movimenti bruschi dopo la frattura al braccio sx di fine dicembre.

Ci riuniamo poi con il resto del gruppo che ha scelto la meta alternativa e torniamo alle auto. Siamo stanchi ma soddisfatti.

Rientriamo a casa più ricchi: di bellezza per la natura maestosa che abbiamo ammirato, di energie nuove per le mete raggiunte e di cultura alpina per le conoscenze acquisite.

Cosa chiedere di più?

**Luisella Carrus**





## Oasi faunistica di Sant'Albano Stura e Parco Crava Morozzo

E' difficile non rimanere affascinati dalla Natura.

Per iniziare due parole di storia.

Com'è nata la riserva?

La Riserva è un territorio di passaggio e la sua genesi ha origini antropiche. Nel 1929 sono stati realizzati laghi artificiali per ricavare energia idroelettrica, che con il passare del tempo sono ritornati alla Natura, diventando luogo di ristoro per uccelli migratori del bacino del Mediterraneo e di quelli stanziali.

Nella riserva si attua il Wild Life Management, una metodologia di conservazione della natura per la conservazione della biodiversità; in sostanza è una delle poche zone in cui l'intervento dell'uomo coesiste con la tutela dell'ambiente.

L'oasi, voluta dalla LIPU, coadiuvata dalla Regione Piemonte è oggi gestita da Aree Protette delle Alpi Marittime. Il territorio coincide quasi interamente con la ZSC (zona speciale di conservazione) e fa parte della Rete Natura 2000.

Ma veniamo a cose più interessanti.

Appena lasciato la macchina sono accompagnata da Franco, il guardia parco, persona carismatica, entusiasta della sua attività e consapevole del ruolo che riveste di dispensatore di informazioni che possono risultare anche noiose, che accompagna i discepoli lungo sentieri che ben conosce, che bacia gli alberi e che li chiama amici e tali li considera.

Sotto una leggera pioggerellina quasi autunnale, accolta da pioppi giganti e querce secolari, ogni odore, ogni cosa che si muove o fa rumore, attiva i miei sensi ed incomincio ad immergermi nel mondo della biodiversità.

A tratti riesco a vedere e percepire le cose in modo completamente diverso. La mutevolezza dell'ambiente ha favorito la sosta per riposare e rifocillare molte specie di uccelli.

Oltre ai due laghi di Crava e Morozzo, sono stati creati quattro stagni più piccoli per la salvaguardia di "specie più timide" e vulnerabili ai predatori.

E' presente nella Riserva Naturale anche flora di tutto rispetto, molto ricca e diversificata.

Personalmente, ammetto che di piante non capisco assolutamente nulla e a malapena distinguo il larice dalla betulla e soprattutto i





*Garzetta*

loro complicatissimi nomi non mi entrano in testa.

Con questi miei personalissimi limiti, sono comunque rimasta molto colpita dall'equiseto dei campi.

Pianta molto antica, la cui storia è incredibile (equisetum = crine di cavallo, arvense = dei campi), dai fossili ritrovati si pensa sia comparsa circa 300 milioni di anni fa; oppure la *Pulmonaria officinalis*, usata in passato per curare la tosse e le malattie del petto chiamata così da Linneo, proprio per questo motivo.

Ma passiamo agli animali.

Tracce di cinghiali e poi loro: gli uccelli.

Bellissimi, maestosi, colorati a volte chiassosi. Garzette, cavalieri d'Italia aironi bianchi, aironi guardia buoi, aironi rossi, folaghe, gallinelle d'acqua, tuffetti, cormorani, svassi maggiori e piccoli, morette e porciglioni (così chiamati perché il loro verso ricorda quello del porcello).

Nel pomeriggio siamo andati a visitare l'Oasi della Madonnina, gestita da un gruppo di Volontari che hanno voluto dare una mano alla natura per trarre gioia e serenità, per conoscere e rispettare gli "ospiti alati" e le numerose piante ed ambienti. L'intento ultimo



*Cavaliere d'Italia*



*Porciglione*

Ci ha accompagnato un'altra guida, Riccardo, forse meno empatica, ma sicuramente sempre molto preparata e che ha spiegato con dovizia di particolari il luogo che stavamo visitando.

Forse perché più abituati all'uomo o forse per pura fortuna, abbiamo visto molti uccelli, che dopo il primo incontro nella riserva di Crava e Morozzo, sapevo anche riconoscere da sola.

Stanchi e umidi abbiamo finito il giro e, come sempre, tornati alle macchine, udite udite ... è tornato il "sole"!

Il compito di Franco il guardia parco è compiuto: ho portato a casa un bel bagaglio di nozioni, voglia di ritornare alla riserva, e soprattutto mi sono comprata una pianta di equisetolo!

**Giovanna Vera Traversa**

è quello di "aspirare ad un futuro più consapevole per cambiare la qualità della vita". Anche questa oasi nasce da un intervento umano.



## Un'escursione nelle borgate dell'Alta valle di Susa

Sopra la cittadina di Oulx si trovano antiche borgate testimoni di una storia di vita passata, fatta di agricoltura e pastorizia.

Il sentiero delle cinque borgate è un percorso ad anello che attraversa Vazon, Lauzet, Granges Millaures, Desertese Soubras.

Oggi le borgate sono prive di abitanti, ma fino a prima della Seconda guerra mondiale, erano densamente popolate.

Nonostante siano passati molti anni, le fontane continuano a sgorgare acqua.

Nei boschi a farla da padrona è la Carlina, da cui prende il nome il rifugio del Vazon, insieme alla rosa canina e alle piante di ginepro.

Questi sentieri godono di un'ottima esposizione al sole.

Ci siamo ritrovati all'ex istituto Maffei alle ore 06:15. Siamo poi partiti verso le 06:30.

A Oulx, in piazza del Mercato, abbiamo atteso altri escursionisti che si sono uniti al gruppo di partenza.

Una volta rifocillati, siamo partiti in auto per Vazon (la prima borgata) con arrivo alle 8:30.

Successivamente, una volta che il capo gita Giuseppe ha illustrato l'organizzazione



generale della gita, abbiamo iniziato l'escursione per le 09:00.

La prima tappa dell'escursione prevedeva 50' di camminata (+ eventuali soste) da Vazon a Lauzet (1725 MT.S.L.M.).

*Rifugio del Vazon "La Chardouse"*





*Fontana a Lauzet*

La seconda tappa ci ha visti impegnati in una camminata di 1h30' da Lauzet a Granges Millaures.

Da lì siamo giunti dopo una mezz'ora a Desertes (per un totale di 6 km circa). Poi, ci siamo fermati per visitare la borgata (30' circa).

Abbiamo dunque ripreso il cammino e ci siamo diretto verso Soubras (3h circa per una distanza orizzontale di 10 km).

Non sono mancati nel mentre, segnali di possibili avvistamenti di volatili lasciati in libertà di cui dovevamo essere opportunamente informati onde evitare problemi.

*Pericolo: galline in libertà*





*Gli sci donati dai parenti dei vecchi abitanti di Soubras.*

A Soubras abbiamo fatto sosta, visitato la borgata e poi pranzato al sacco.

La quarta tappa del nostro cammino ci ha poi visti coinvolti nel tragitto da Soubras a Vazon (da dove eravamo partiti).

In totale abbiamo fatto 4 ore circa di solo cammino più soste varie e circa 12 km di tracciato con un dislivello di 500m (livello di difficoltà: E).

Ho trovato i paesaggi molto incantevoli e devo dire che, siamo stati fortunati per la bellissima giornata di sole. Io faccio parte della sottosezione Gruppo Giovanile di Torino.

Mi sono sentita subito accolta da tutti e tutte. Ho trovato un gruppo di persone splendide a livello umano e molto appassionate della montagna.

Spero di ripetere quanto prima una nuova esperienza con voi.

Grazie!

**Rossella Medaglia**



## Annibale passò: ma dove passò?

Riflessioni di un escursionista

Conoscere, scoprire, capire il territorio che mi circonda è un interesse che affonda le radici nell'infanzia, quando cercavo di trasformare in presente i racconti del passato dei miei genitori.

Amo profondamente i luoghi in cui vivo e la scoperta di quanto racchiudono mi affascina e mi stimola nella continua ricerca di nuove informazioni che spesso partono da insignificanti indizi per arrivare a un "qualche cosa" che aggiunge tasselli alla precedente conoscenza.

Il più delle volte le tracce del passato non esistono più o sono talmente tenui che senza "l'allenamento al vedere" non si riescono a percepire.

Il voler obbligatoriamente interpretare il non perfettamente visibile può essere forviante della realtà e diventare fantasia: ritengo comunque molto più appagante costruire "castelli di carta" che si autodistruggono con il proseguo della conoscenza, che appiattirsi su sguardi senza visione.



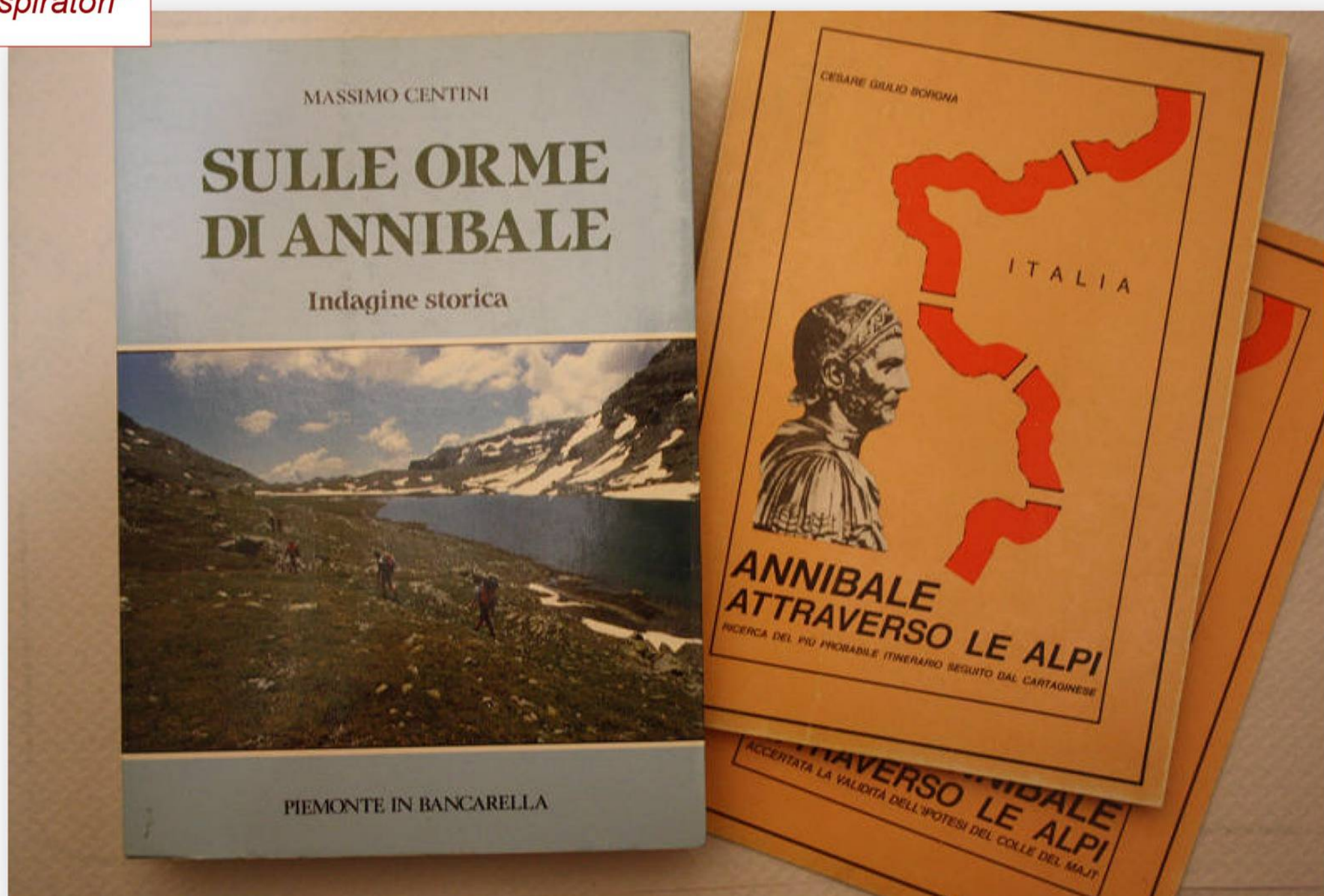
Quando la storia locale si interseca con la "storia ufficiale" dei testi scolastici, il mio interesse accresce ulteriormente, facendo assumere al luogo percorso un'importanza maggiore.

Una di queste correlazioni è sicuramente fornita da Annibale che nel 218 a.C., con l'attraversamento della catena alpina, raggiunse con il suo esercito il suolo italico.

Storicamente è assodato che i Cartaginesi partiti dalla Spagna, valicarono le nostre Alpi Occidentali e arrivarono nelle terre dei Taurini, ma il punto esatto di scavalcamento non è ancora stato identificato.

Il pensare che questa impresa abbia avuto come scenario la corona alpina che sovrasta i tetti delle nostre case e nel contempo sia ancora oggi priva di un riscontro storico

### I libri "ispiratori"





*L'attuale lago Losetta al colle del Sestriere*

sull'itinerario percorso, stuzzica prepotentemente la mia voglia di scoperta.

Da anni seguo le notizie sull'argomento, leggo, percorro itinerari montani verosimilmente collegabili all'avvenimento e oggi, con questo articolo, mi propongo di aggiungere anche la mia tesi all'immenso mondo di ipotesi accumulate nel tempo.

Non essendo un cattedratico e neppure uno storico, posso permettermi una libertà interpretativa con rivisitazioni che sconfinano tra fantasia e leggenda, ma nel contempo ritengo che una "visione escursionistica" dell'argomento possa apportare nuovi spunti di riflessione per avvicinarci alla soluzione della "vexata quaestio".

Iniziamo con la descrizione di tre "ritrovamenti" che potrebbero essere tracce lasciate dall'esercito cartaginese lungo il suo itinerario, per poi esporre il collegamento tra essi e formulare una nuova ipotesi del valico ad oggi non ancora trovato.

Prima della lettura del libro di Massimo Centini "Sulle orme di Annibale" pubblicato nel maggio del 1987, la mia propensione al collocamento del valico di Annibale era indirizzata verso l'area del Cenisio.

La presenza di un lago (Savine), l'aspetto glaciale del luogo, la visuale verso la pianura, il passaggio non sulla via di grande transito, la difficoltà della discesa verso il fondo valle, erano tutti elementi che combaciavano con la descrizione dello scavalco fornita dal cronista greco Polibio (203-121 a.C.) e dal latino Tito Livio (59-17 a.C.).

In questo libro vengono passati in rassegna tutti i principali valichi delle Alpi Occidentali partendo dal Tenda per arrivare al Gran San Bernardo.

Nella parte finale viene descritto un percorso (Annibale 85) che Centini insieme ad un gruppo di persone accomunate dall'interesse di trovare il colle, compie tra l'area del col Clapier (Cenisio) e il colle del Majt (alta val della Ripa).

Quest'ultimo colle costituisce l'ipotesi di scavalco più recente formulata dagli storici che si sono interessati all'argomento. Tra i promotori l'archeologo e studioso pinerolese di arte preistorica Cesare Giulio Borgna, che nel suo libro del 1983 "Annibale attraverso le Alpi" e relativo supplemento avente come sottotitolo "accertata la validità



dell'ipotesi del colle del Majt" ha ben descritto questa tesi.

La pubblicazione è oramai introvabile, ma per una serie di fortuite circostanze sono riuscito a procurarmela alcuni anni fa presso la "Grafica Cavourese" dove era stata stampata.

Nel libro di Borgna, ripresa anche da Centini, abbiamo la trascrizione della testimonianza di Maggiorino Marcellin, comandante partigiano della prima divisione alpina autonoma "Val Chisone", in cui racconta che nella primavera estate del '44, durante la realizzazione di trincee nella zona del lago Losetta al colle del Sestriere venne rinvenuta una zanna di elefante consunta dal tempo e anelli semi rotondi probabilmente di rame e ottone.

Sempre nello stesso periodo vennero trovati altri reperti di fattezza antica anche sopra Balboutet e in regione Bessen Haut. I momenti non erano sicuramente tra i più felici, era in corso da parte dei tedeschi e fascisti una vasta operazione (Nachtigall) che aveva per obiettivo lo smantellamento delle formazioni partigiane e la "riconquista" del territorio delle alte valli di Susa e Chisone.

Il libero accesso dell'area di confine tra Italia e Francia era per i tedeschi di vitale importanza,

visto che gli alleati stavano avanzando dalla Provenza e dal sud Italia.

In quel frangente l'interesse per la "chincaglieria forse antica" era di sicuro marginale. Prima di ripiegare dall'area del Sestriere il comandante si premurò di far collocare i reperti in due o tre casse, occultandole nella tomba della famiglia Mallen al cimitero di Champlas du Col.

Dalle testuali parole di Marcellin "I tedeschi in rastrellamento, frugarono dappertutto, anche nei cimiteri, trovarono ed asportarono le casse. Una si ruppe e rimasero i pezzi per la strada di Champlas. Cercai di recuperare qualche cosa alla liberazione ma i paesani, che forse ancora oggi danno da mangiare alle galline nei vasi, non mi consegnarono mai nulla. Qualcuno, ricordando il fatto disse che forse qualcosa era stato venduto a dei ferrivecchi".

Ancor oggi questo ritrovamento ha avuto poco risalto e spesso mi trovo a dialogare con persone che, anche se conoscono diversi aspetti della vicenda annibalica, nulla sanno di questo specifico argomento.

Solo dopo dieci anni dalla pubblicazione del libro di Borgna lessi sulla Stampa del 6 aprile '93 (cronaca di Torino) un articolo dal titolo "Annibale passò dal Sestriere – sul colle una

*Tomba della famiglia Mallen nel cimitero di Champlas du Col*



Le prove trovate nel '44 dai partigiani-alpini che combattevano i tedeschi

# Annibale passò dal Sestriere

## Sul Colle una zanna d'elefante

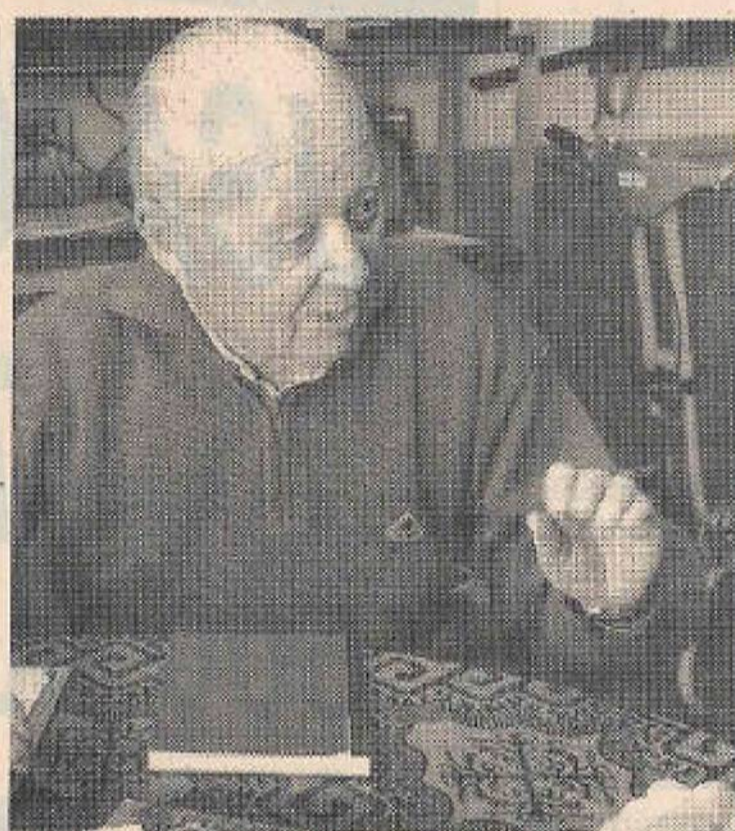
Annibale passò dal Sestriere 2211 anni fa. Ninnoli e vasellame di foggia cartaginese, assieme ad una zanna di elefante, furono trovati da alcuni alpini mentre scavavano un trincerone nei pressi del lago Losetta, nell'estate del '44. La circostanza, finora solo parzialmente nota, è stata rivelata da Maggiore Marcellin, ex ufficiale degli alpini, ex comandante partigiano della prima divisione alpina «Val Chisone», medaglia d'argento al valor militare. E' un contributo importante per chiarire il mistero del viaggio del condottiero cartaginese, che riuscì nell'incredibile impresa di valicare le Alpi d'inverno, alla testa di un formidabile esercito, che accusò però pesanti perdite per le proibitive condizioni climatiche.

Quella che offre Marcellin, pur con dovizia di particolari e grande lucidità di mente, non è comunque prova decisiva, perché quei reperti sono andati perduti: caddero infatti in mano dei tedeschi pochi mesi dopo il ritrovamento. Degli utensili e dei monili resta, però, un prezioso schizzo fatto da un altro ufficiale degli alpini, Gastone Gallobona, che fu poi catturato dai tedeschi, portato a Mauthausen e lì fucilato.

Marcellin, che ora ha 78 anni e gestisce un negozio in via Fraiteve, proprio a Sestriere, ricorda bene quei giorni: «Era il

giugno del '44 e comandavo oltre 1600 uomini impegnati in una dura guerra con le formazioni tedesche. Venne da me il comandante del battaglione genio a riferirmi che, mentre scavavano sul Pian Prà, alcuni soldati avevano rinvenuto una zanna di elefante, vasellame ed altri reperti archeologici e che lui non sapeva cosa farne. Non mi resi conto dell'importanza della scoperta né pensai ad Annibale, anche perché in quei giorni la battaglia infuriava e stavamo subendo forti perdite. Risposi che si trattava di una sciocchezza al confronto dei mille altri problemi che avevamo in quel momento. Diedi comunque ordine di raccogliere i reperti in una cassa, insieme ad altro materiale ed a documenti. Quella cassa fu nascosta nella tomba della famiglia Mallen, a Champlas du Col, anche perché temevamo da un momento all'altro l'avanzata dei tedeschi. Che ad agosto arrivarono davvero e, forse per una delazione, riuscirono a trovare anche quella cassa. Non sappiamo cosa abbiano fatto dei reperti, ma è probabile che siano finiti in Germania».

Il grande rimpianto dell'ex comandante alpino è non essere riuscito a trattenere per sé la zanna o qualche reperto a riprova della propria versione: «Avevamo altri problemi, c'erano fame e malattie. Se penso - dice



con amarezza - che magari in questo momento qualche contadino della zona sta dando da mangiare alle galline su una coppa cartaginese...».

E gli studiosi? Quel che dice Marcellin è valutato con prudenza, ma con interesse: «La versione dell'ex comandante alpino - dice lo storico Franco Bandini - va valutata con attenzione ma è senz'altro plausibile. Qualche anno fa una campagna di ricerca inglese giunse alla conclusione che Annibale doveva essere passato per il Sestrie-

re. D'altronde il condottiero cartaginese era quasi obbligato, per eludere le mosse dei romani, ad evitare passi alpini più agevoli, come il Colle di Tenda. L'ipotesi Briançon-Champlas acquista perciò fondamento». Pare comunque impossibile pensare ad una campagna di nuovi scavi nella zona del ritrovamento: «Proprio lì è stato costruito il Palazzetto dello sport - spiega Marcellin - ed è stato fatto un robusto battuto di cemento. Se è rimasta qualche traccia di Annibale ora è sotto le piste

di atletica».

La storia dice che l'impresa di Annibale fu ai limiti delle possibilità umane. Dopo quindici giorni di marce forzate il condottiero riuscì a scendere in pianura con 20 mila fanti e 6 mila cavalieri, lasciandone migliaia sul terreno durante il cammino. Poche decine (sembra una trentina) gli elefanti che riuscirono a varcare le asperità della montagna. Almeno 150 animali morirono sulle Alpi.

Angelo Conti



Maggiolino Marcellin, l'ex ufficiale degli alpini e comandante partigiano che racconta il ritrovamento. A fianco lo schizzo dei reperti fatto da Gastone Gallobona

«Vennero a dirmi che i soldati avevano rinvenuto sul Pian Prà vasellame e altri reperti. Sciocchezze, in quei momenti»

zanna di elefante" in cui si intervistava Marcellin e si riportava la notizia del ritrovamento.

Il non aver potuto consegnare agli storici questi reperti lascia spalancata la porta del dubbio; reperti archeologici che nulla hanno a che fare con i punici, zanna che potrebbe appartenere ad un periodo più recente ed essere arrivata in questo luogo in un contesto sconosciuto o resti di un elefante preistorico: possiamo pensare a tutto e all'opposto di tutto, ma a mio avviso questo è un passo nella "giusta direzione".

Estate 1977: secondo potenziale ritrovamento. Nel sud della Francia, alle spalle del monte Ventoux nelle gole del Toulourenc (comune di Mollans sur Ouvèze), venne scoperta una

grotta ubicata a livello del letto del fiume con dei disegni rupestri.

Le immagini che rappresentano uomini, animali in marcia e un elefante, si trovano ad una ventina di metri dall'entrata dell'antro e vennero visionate da esperti che le attribuirono al periodo storico dell'età del ferro (800 a. C - 50 d. C.) escludendo la loro appartenenza al Neolitico.

Da loro osservazioni comparative con i disegni dei Mammut presenti in altre località e ascrivibili a opere degli uomini preistorici, si

La Stampa 6 aprile 1993,  
intervista a Maggiore Marcellin

rileva che il pachiderma raffigurato in questo ritrovamento è sicuramente un elefante ed in particolare per la dimensione dell'orecchio, riconducibile alla specie africana.

I disegni della grotta attualmente denominata "degli elefanti" sono stati cancellati dagli eventi naturali, privandoci della possibilità di ulteriori indagini scientifiche atte a collocare in modo inequivocabile la datazione storica.

Dall'immagine dell'elefante all'accostamento con Annibale il passo è stato breve: ma perché proprio qui abbiamo questa testimonianza del transito dell'esercito punico?

Soffermiamoci brevemente sul percorso francese del condottiero.

Sembra assodato che l'attraversamento del Rodano da parte di Annibale sia avvenuto a sud di Avignone nella zona di Tarascon; questo luogo e la distruzione della città dei Taurini sono le due citazioni geograficamente "certe" riportate negli scritti di Polibio e Tito Livio: partenza e arrivo dell'attraversamento delle Alpi.

La "storia ufficiale" riporta che con l'avvicinarsi dei cartaginesi al Rodano, i romani fecero affluire truppe nell'area di Marsiglia per

sbarrare il passo all'invasore e nel contempo proteggere la città loro alleata.

L'ipotesi più plausibile della direttrice di marcia dei punici per raggiungere la pianura Padana, sembrava essere quella di un valico nelle Marittime.

O per adattamento alla situazione o per una strategia precedentemente concepita, la "volpe cartaginese" non fece quanto i generali romani si attendevano. Non ingaggiò battaglia e non continuò la marcia verso est ma dopo aver superato il Rodano andò a nord facendo credere di risalire il corso del fiume appena varcato.

L'inverno era alle porte (le Pleiadi erano prossime al tramonto) e non ci si poteva attendere; le Alpi dovevano essere superate prima che la neve rendesse impossibile l'impresa.

Anche per l'attraversamento del Rodano il generale cartaginese adottò una soluzione inusuale per la tattica militare dell'epoca. Guerrieri Galli delle tribù autoctone alleate a Roma si erano attestati sulla sponda opposta del fiume, per impedirne l'attraversamento.

Un contingente cartaginese risalì la corrente e in un punto favorevole attraversò il fiume,

*Scendendo dal colle delle Traversette verso Crissolo*





*Pian del Re arrivando dalle Traversette*

mentre il grosso dell'esercito approntava zattere per poter traghettare sull'altra sponda tutto "l'armamentario", compresi gli elefanti.

Quando i cartaginesi, che avevano attraversato il fiume, furono alle spalle dei Galli, iniziò la traversata fluviale dell'esercito, chiudendo in una morsa senza scampo coloro che intralciavano l'avanzata.

Ricordiamoci di questa tattica militare, ci servirà per meglio comprendere l'ipotesi inerente al valico che andrò ad esporre.

Ritorniamo ai disegni della grotta. Se, come ci dicono gli studiosi, queste immagini possono essere attribuite ad un abitante del luogo che "impressionato" dalla grandezza di quanto aveva visto decise di lasciarne traccia, dobbiamo cercare la correlazione tra il passaggio di Annibale e il luogo.

Come riportato precedentemente le legioni romane si erano posizionate sulla strada verso le Alpi, si doveva quindi trovare un'alternativa per non dare battaglia.

Applicando anche a questa situazione i comportamenti tattici "non scontati" del cartaginese, possiamo ipotizzare che questa soluzione fosse preventivata.

Il muoversi su rotte fluviali e su collegamenti tra esse era un metodo ben conosciuto sin dall'antichità.

Singoli o masse di persone in viaggio avevano come prima necessità il bisogno d'acqua; spostarsi a ridosso dei fiumi soddisfaceva questa esigenza e nel contempo era fonte di nutrimento per gli animali al seguito (dove c'è acqua c'è erba) e aumentava la sicurezza del cammino proteggendone un fianco.

Mollans sur Ouvèrze è all'inizio di un percorso che collega il bacino del Rodano alla valle della Durance accorciando il percorso che più a sud risale tutta la Durance.

La "scorciatoia" ricalca sommariamente l'antico tracciato denominato "chemin des Ligures". Proprio in queste zone nel 1985, in un riparo sotto roccia, viene segnalato un ritrovamento di una ventina di monete d'argento risalenti al III secolo a.C. La scoperta conferma ulteriormente che questo percorso è utilizzato sin dall'epoca preromana.

Dal luogo del ritrovamento pittorico, passando per Buis le Baronnie, La Rochette du Buis e Mevouillon, si arriva nella valle della Durance a Laragne-Monteglin, località ubicata tra Sisteron e Embrun.

Questo percorso attraversa l'area tra gli attuali dipartimenti della Drome e delle Hautes Alpes,

nella spettacolare cornice geologica delle Baronnies.

In questo modo i Romani sembrerebbero disorientati e per “intercettare” nuovamente il nemico dobbiamo attendere la battaglia del Ticino, che obiettivamente è ad una certa distanza dal Rodano.

Come per i ritrovamenti del Sestriere, anche in questo caso la scoperta non certifica una matematica certezza del passaggio dell'esercito punico, ma se inseriamo i due ritrovamenti su di una carta geografica, avvaloriamo l'ipotesi che il valico di Annibale sia ubicato sul crinale che divide l'area idrografica della Durance dalla Dora valsusina. Tesi sostenuta da Borgna per i colli del Majt e del Sestriere.

Dopo queste letture e successivi approfondimenti, la mia personale opinione in merito al colle annibalico si sposta decisamente a favore del Majt.

Parere espresso anche in un mio articolo pubblicato sul notiziario CAInforma della sezione di Orbassano nel dicembre del '96; scritto “stuzzicato” dalla mascotte dei campionati del mondo di sci alpino che si svolsero al Sestriere nel febbraio 1997. Un elefante sugli sci chiamato Annifant.

12 e 19 luglio 2017, da due articoli apparsi sull'Eco del Chisone apprendo che da alcuni anni erano in atto delle ricerche interdisciplinari (biologiche-archeologiche) finalizzate alla ricerca del valico alpino di Annibale tra la val del Guil e la val Po.

Le recensioni informavano che lo stato dei lavori veniva presentato a Crissolo (14 luglio 2017) dal coordinatore delle ricerche William Mahaney (università di Toronto), Chris Allen microbiologo dell'università di Belfast, Rady Dirszowsky esperto di geomorfologia dell'università di Toronto e Peeter Somelar ricercatore di geologia e mineralogia all'università di Tartu in Estonia. La stessa notizia viene anche ripresa il 19 luglio dal quotidiano La Stampa.

La cosa mi incuriosì enormemente e subito iniziai ad informarmi sull'argomento. Costatai che la notizia da anni era presente negli ambienti scientifici, ma solamente all'inizio di aprile 2016 fece la sua apparizione su Internet. Le comunicazioni comunque non erano molte e in qualche caso risultavano anche contraddittorie tra loro e per ora non sono ancora riuscito ad avere riscontri di “prima mano” sull'argomento. In sintesi: i ricercatori sulla base delle descrizioni tramandate dagli storici Polibio e Tito Livio pensano di aver

*Il tenue disegno dell'elefante di Mollans sur Ouvèrze*



individuato il punto di attraversamento delle Alpi nel colle delle Traversette.

Seguendo questa intuizione analizzano gli strati di terreno delle zone umide presenti sui due versanti del colle e in particolare l'area del Pian del Re. I prelievi fornirono resti di escrementi che con l'analisi genetica rilevano la presenza di Clostridia, batterio caratteristico delle feci equine.

Questa materia organica rinvenuta in quantità rilevante, non poteva essere imputabile al normale passaggio di mandrie transumanti, ma doveva essere stata lasciata da una massa considerevole di cavalli. In questi luoghi non abbiamo memoria storica di transiti di eserciti con al seguito la cavalleria, ecco quindi che l'ipotesi diventa quella del passaggio dell'armata punica, ulteriormente avvalorata dalle analisi che datano i ritrovamenti approssimativamente al secondo secolo avanti Cristo.

Il colle interessato da questa ricerca non è nuovo nel panorama "dei papabili" e questo supporto scientifico introduce una pesante propensione alla sua candidatura.

Rispetto al tracciato Majt-Sestriere, l'itinerario delle Traversette è decisamente più difficoltoso, in particolare per la discesa sul versante italiano.

Qui la presenza di "neve vecchia" e le varie insidie di percorso descritte dagli antichi storici sono sicuramente più realistiche, anche se mi chiedo come abbiano fatto a far scendere gli elefanti sul passaggio obbligato del crinale roccioso che dal colle porta sotto l'attuale Buco di Viso.

Le ricerche sul materiale organico proseguono "a tutto campo"; fondamentale sarebbe trovare riscontri che oltre ad avvalorare la presenza di un elevato numero di equini, confermassero anche la presenza degli elefanti.

In merito a questo ho trovato "tra le righe" delle varie cose lette, una frase imputata a Mahaney che testualmente diceva "Anche sul versante francese, dall'altra parte delle Traversette, abbiamo trovato reperti che certificavano la presenza di cavalli.

In una zona paludosa sono stati scoperti batteri provenienti da apparati digerenti di mammiferi. Si trattava di equini e, in due casi, addirittura di elefanti". Non conoscendo altro di questa

affermazione per ora la "parcheggio" con le altre informazioni.

Dopo questa scoperta le mie precedenti convinzioni su dove Annibale varcò le Alpi "vacillano", ma nel contempo non capisco come possano esserci due potenziali prove posizionate su punti di valico completamente diversi. Per quanto concerne l'ubicazione dell'elefante di Mollans si concilia con tutte e due i siti del potenziale attraversamento.

Maggio 2018, è disponibile il libro di Roberto Giacobbo "Il segreto di Annibale" che, oltre al racconto di tutta l'epopea annibalica, dà ampio spazio alle ricerche di Mahaney.

Per l'autore questo ritrovamento costituisce il passo forse definitivo nella scoperta del valico. Nelle pagine non trovo accenno agli altri due ritrovamenti (Sestreire e Mollans) e questa mancanza di contraddittorio non mi aiuta nelle mie elucubrazioni verso l'identificazione del colle.

Come ogni "giallo" che si rispetti, la soluzione deve essere "sofferta".

Arrivederci a settembre sul prossimo numero de "L'Escursionista".

*Fine della Prima parte*

**Pier Mario Migliore**



Caro amico mio,  
non ti vedo e non ti sento da troppo, so che oggi per è un gran giorno per te ed io vorrei poter spazzare via spazio e tempo, riabbracciarti e dirti quanto tu sia stato importante per me, anche durante i litigi, anche quando mi urtavi con i tuoi modi da perfezionista, anche quando ti lanciavi in battute un po' fuori luogo.

Lo sai, sono sempre stato una persona con molta immaginazione e tutto mi ero immaginato, ma non ciò che è stato della mia vita, come è finita.

Odio la violenza e non alzavo le mani quasi mai, ma se penso a cosa è capitato davanti a quel portone più di quarant'anni fa a New York, le mani le avrei alzate se solo avessi avuto la possibilità di farlo.

Perchè?

Da quarant'anni mi faccio la stessa domanda, mentre la gente che mi ha amato allora e mi ama ora continua ad ascoltare la mia musica, immaginando un mondo migliore.

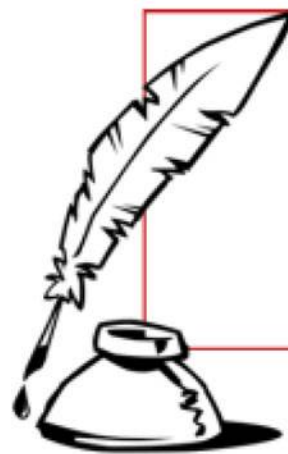
Sono un sognatore, visionario e anche un po' estremo nelle mie esternazioni, questo mi ha portato a vivere in modo aperto e condiviso.

Nel bel mezzo del casino con la guerra del Vietnam mi venne quell'idea che speravo sensibilizzasse l'opinione pubblica e chi stava alla cabina di comando, anche se il mondo ed i giornalisti si concentravano su altro, sperando che in quel letto d'hotel facessi qualcosa di piccante con la mia donna.

La guerra, le armi, le mine rappresentavano per me un terribile modo per risolvere le questioni; se le persone avessero avuto modo di confrontarsi pacificamente al posto dei potenti, magari non ci sarebbe stato bisogno di quello.

Se il potere fosse stato un po' di più in mano al popolo, forse la Storia avrebbe avuto un altro corso.

Abbiamo scritto e cantato che l'amore è tutto ciò di cui hai bisogno e ci credevamo...certo è una affermazione che sembra facile vivere, ma non lo è affatto, non lo è stata nemmeno per chi ha deciso che quel giorno la mia vita sarebbe terminata.



## Penna e calamaio

### Racconti per chi sa ascoltare

Non lo so, forse il mio atteggiamento molto critico e scettico nei confronti di qualsiasi credo religioso ha scatenato in più di una persona l'ira e la rabbia, qualcuno ha tollerato quando ho affermato che eravamo più famosi di Gesù Cristo; in qualcuno invece questa frase ha alimentato il pensiero che io fossi una persona miscredente e non degna di stare a questo mondo, decidendo di redimere la mia anima sacrificando la mia vita e consegnandomi così all'eternità.

Sicuramente saprai che la motivazione di quel gesto è stata associata ad una malattia mentale di chi l'ha compiuto.

Che Mark fosse malato era chiaro: ultimamente lo trovavo ovunque: al parco, davanti al bar, sulla strada della Record Plant Studio; non chiedeva nulla: né un autografo, nientemeno una foto, si limitava a guardarmi negli occhi con quella sua espressione lontana ed assente.

Mia moglie mi diceva che dovevo stare attento, secondo lei questo tipo non era affatto normale, a posteriori aveva decisamente ragione.

E quel mattino dell'8 dicembre uscendo dal portone del Dakota per andare a registrare alcuni pezzi, me lo trovai ancora una volta davanti...e questa volta l'autografo me lo chiese.

Come ti chiami?

Scrivi: a Mark con amicizia.

Ci conosciamo?

Sì, io ti conosco molto bene, grazie e buona giornata.

Arrivederci Mark!

Tutto il giorno pensai a lui: forse vuole confidarsi, esprimere ciò che porta dentro ed ha iniziato con il chiedermi un autografo.

Ero contento, mi sono ricordato quando da giovane ero tormentato da migliaia di dubbi e non riuscivo a parlarne con nessuno, poi



finalmente ti conobbi, eravamo ragazzini, alla scoperta del mondo.

Il mondo però ci ha un po' ingoiati, tutti. Fino a quando decidemmo di mettere un punto alla nostra storia di gruppo per percorrere ciascuno la propria strada. Anche tu hai lavorato, studiato, sperimentato senza vivere di rendita come invece avresti potuto fare e oggi ad 80 anni scrivi ancora canzoni.

Sono fiero di te, amico mio!

Tornando a quel giorno, anzi quella sera, mi ricordo la stanchezza e il passo pesante mentre stavamo tornando a casa.

Arrivederci Mark! Le mie parole ritornarono e pensai che lui non mi aveva risposto.

Mentre mi stavo avvicinando al portone avvertivo nettamente la sensazione di avere dimenticato qualcosa, come quando esci di casa senza dare un bacio a tua moglie, a tuo figlio: cose così...

E proprio in quel mentre sentii chiamare: ehi, Mr Lennon!

Mi sarei fermato, girato e sarei andato verso di lui, poi lo avrei ascoltato volentieri anche se ero molto stanco, ma tu lo sai che non sono riuscito e dopo avere sentito le pallottole che mi trapassavano la schiena, sono rimasto lì sull'asfalto, mentre la mia anima volava via.

*80 anni e non sentirli. Si può dire tutto a Paul McCartney, tranne che sia un vecchietto ormai prossimo alla pensione. In fondo, perché dovrebbe andare in pensione un artista che continua a fare sold-out in tutto il mondo regalando gioia ovunque?*

*Scherzi a parte, compie 80 anni una leggenda vivente. Uno degli uomini che hanno maggiormente influenzato il secolo scorso, non solo a livello musicale, ma anche a livello artistico e culturale. Ma più di ogni altra cosa, un uomo che da oltre 50 anni continua a regalare gioie ed emozioni ai suoi fan di tutte le età in ogni angolo del globo.*

Mi spiace di non averti potuto salutare, di non avere più potuto parlare con te come in quelle sere: le nostre parole, miste agli accordi, alla birra, al fumo e alla nostra amicizia.

Noi due, io da più di quarant'anni di qua e tu da ottanta di là, io mito per sempre e tu ancora mito.

Noi due, amici, fratelli, divisi da più di quarant'anni, ma ancora uniti...nella musica.

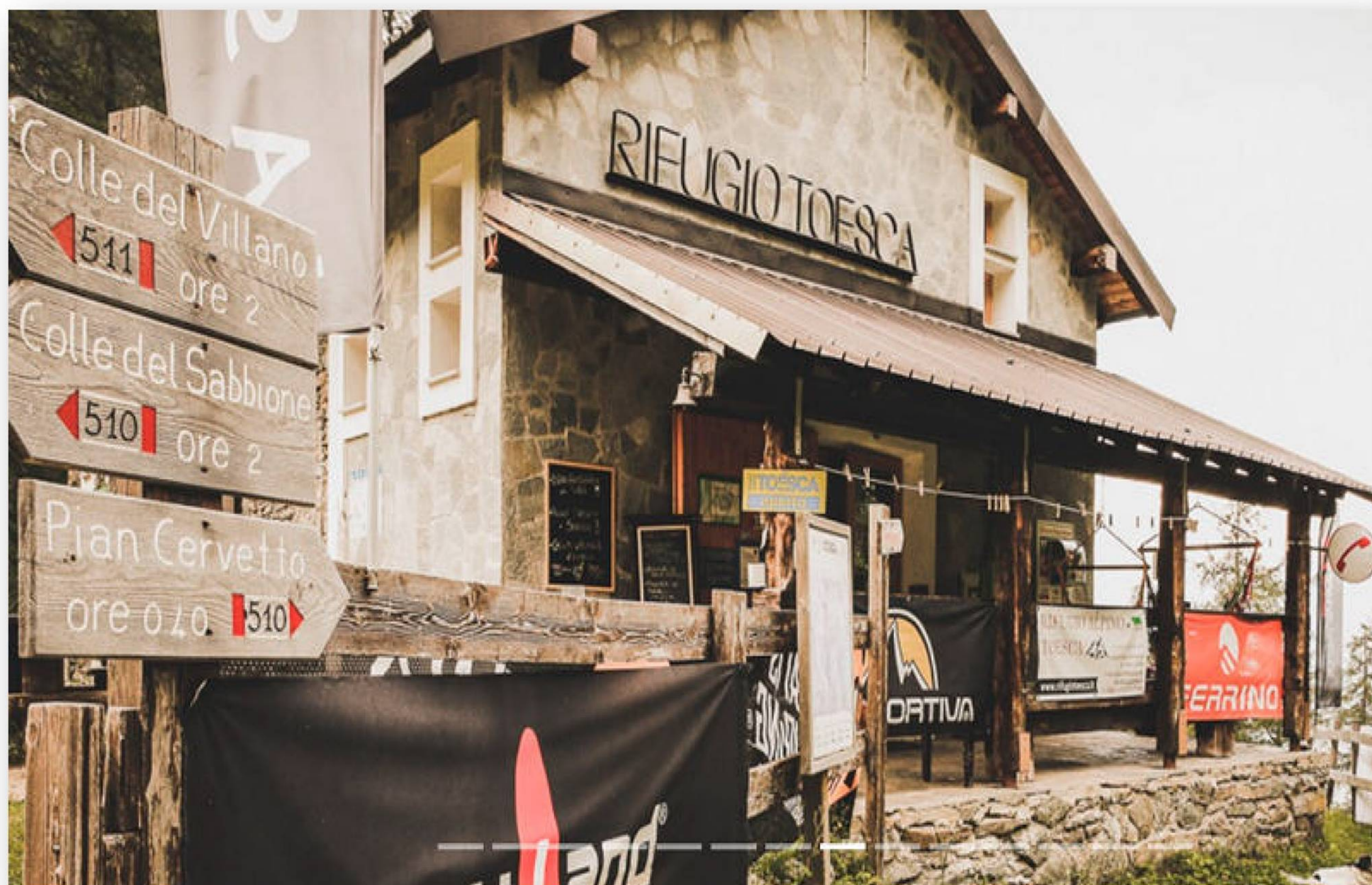
Mi manchi...Buon compleanno Paul!

*Il tuo caro amico e fratello John*

**Michela Fassina**



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



*Dal 30 aprile al 2 ottobre,  
sempre APERTO!*



## La Torre dei Saraceni



## Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

*Uno dei temi ricorrenti nei racconti delle lunghe sere d'inverno dell'alta Valle Tanaro era quello delle scorribande dei Saraceni che in epoche diverse terrorizzarono la popolazione di queste terre.*

*Scarsi sono i documenti di queste vicende, ma l'orrore scorre nel solco di tutte le guerre fissandone i ricordi nella cultura del popolo, non perché questi invasori fossero, come vengono definiti, arabi, musulmani, turchi o mori, ma bensì perché la violenza è il frutto amaro che ogni popolo deve mandar giù quando si trova alla mercé di un esercito nemico.*

*La dominazione saracena, nella Valle Tanaro e nei territori vicini fu particolarmente intensa, facile quindi immaginare che la popolazione abbia pagato un pesante tributo.*

*Sono numerose le torri di avvistamento, che spesso vengono dette anche "torri saracene" - rimaste a testimonianza di quei tempi bui - che ancora si possono vedere lungo la via che porta verso il mare di Liguria.*

*In realtà queste torri avevano sì la funzione di avvistamento, ma spesso facevano parte di strutture fortificate liguri o romane e quindi precedenti alle invasioni saracene.*

*I Saraceni giunsero nel Cuneese da diverse vie, che si sviluppavano sia dalla costa francese che da quella ligure; qui i predoni sbarcavano e si incamminavano verso l'entroterra alla ricerca di paesi da occupare.*

*La Valle Tanaro era facilmente raggiungibile, sia dalla piana di Albenga che da Oneglia attraverso*

*il colle di Nava da cui la strada scende inoltrandosi, dopo un breve tratto, nel territorio del comune di Ormea.*

*Percorrendo la strada statale tra Garessio e Ormea, giunti all'altezza della frazione Barchi, sopra un ardito spuntone roccioso, si erge ancora oggi solinga un'antica costruzione cilindrica costruita con pietre e calce.*

*La torre viene fatta risalire alle invasioni saracene dei secoli IX e X e da quanto si racconta era abitata dagli stessi Saraceni che da qui partivano per saccheggiare i poveri villaggi locali, dove compivano ogni genere di angheria sulla popolazione inerme.*

*Una torre gemella, oggi diruta, esisteva anche sul territorio di Ormea, in località detta il Castelletto; anche questa era posizionata su una panoramica punta.*

*Quella di Garessio veniva detta anche Torre mozza in quanto appare come troncata nella parte superiore, probabilmente un tempo era molto più alta e una parte è rovinata col tempo o è stata abbattuta; oggi è conosciuta anche come Torre di Barchi, in onore del villaggio sottostante.*

*Più di una leggenda ha ispirato la torre che da molti secoli è là a testimoniare un scuro passato, ma una in particolare ha spaventato e rallegrato i giovani che la sentivano raccontare dagli anziani e molti sono ancora quelli che oggi la raccontano.*

*Una guarnigione di Saraceni si era insediata nell'ardito e sinistro torrione che dall'alto dominava i territori di Ormea e Garessio.*

*I predoni erano in pochi ma quasi ogni giorno uscivano dalla torre per compiere le loro razzie nei paesi vicini e lasciavano un solo soldato di guardia alla loro base; quando rientravano, giunti nei pressi della torre, lanciavano un segnale alla guardia che li attendeva e li aiutava ad entrare.*

*Per accedere alla fortificazione i soldati dovevano transitare dall'unico ingresso esistente che dava su uno spaventoso burrone e il passaggio era così stretto che dovevano avanzare uno alla volta addossandosi alla roccia per non cadere nel precipizio sottostante, giunti alla porta davano la mano a colui che stava dentro e ruotando attorno al muro entravano.*

*Quando erano tutti dentro chiudevano la porta e dormivano sonni tranquilli perché nessuno poteva in alcun modo raggiungerli per assalirli. Un giorno i Saraceni scesero nel villaggio di Barchi per una delle loro solite violente scorribande e si accanirono sulla popolazione.*



Nel borgo viveva un bravo e forte giovane, di una certa famiglia Zita, che non sopportava proprio che questi prepotenti compissero furti e violenze sulla povera gente e anche sulle ragazze della sua età.

Da quel momento il coraggioso giovane pensò che doveva escogitare qualcosa per mettere fine a quei soprusi. Iniziò a osservare i movimenti dei Saraceni nascosto dietro a una roccia che consentiva la visione sulla porta di ingresso alla torre e nella sua mente maturò un piano preciso quanto ardimentoso.

Tornò a Barchi e rassicurò i suoi compaesani dicendo loro che presto li avrebbe liberati dai quei malvagi predoni: tutti lo guardarono increduli, rassegnati a quello stato di cose.

Un mattino presto Zita salì di nascosto come al solito verso la torre ma si sentiva addosso una grande inquietudine, era venuto il momento di agire, di mettere in atto il suo piano.

Si nascose dietro la rupe e vide uscire tutti i saraceni, all'interno della torre come al solito rimase solo la guardia.

Lasciò passare diverse ore per non destare sospetti e poi si avvicinò alla torre e lanciò alla guardia il segnale convenzionale, avanzò addossato alla roccia e giunto alla porta si attaccò alla mano che la guardia gli porgeva e con un salto fu dentro; la sorpresa giocò a suo favore e dopo una breve colluttazione ebbe la meglio sulla guardia che precipitò inerme nel burrone.

Zita, attese trepidante il ritorno dei turchi e quando udì il segnale rispose come faceva la guardia.

I soldati avanzarono come sempre ad uno ad uno afferrando la mano protesa che doveva aiutarli a superare il burrone, ma quella mano uno alla volta li scaraventò nell'orrido sottostante.

Nulla si udì in quanto il rumore dell'acqua del Tanaro ricoprì le urla disperate dei Saraceni che precipitavano.

Il giovane un po' turbato ma consapevole che quello che aveva fatto era stato a fin di bene, tornò a Barchi e raccontò euforico che aveva liberato il paese dai malvagi Saraceni, ma quella sera nessuno volle credergli, anzi gli diedero del matto.

Il giorno dopo però qualche curioso del villaggio volle avvicinarsi alla torre, vide che non vi erano più movimenti di soldati e comprese che quanto Zita aveva raccontato corrispondeva al vero, allora corse in paese ad avvertire tutti.

Il giovane Zita che da solo e con l'astuzia aveva sconfitto i Saraceni venne acclamato e abbracciato da tutti e in suo onore venne organizzata una grande festa.

I paesani pensarono poi che per evitare che altri Saraceni si insediassero nella torre bisognava demolirla, salirono sulla roccia armati di mazze e picconi e ne atterrarono la parte alta lasciandola scoperta agli agenti atmosferici in modo che non potesse più dare rifugio a nessuno.

E la torre è ancora così adesso, cupa e solitaria sull'ardito spuntone roccioso a celare chissà quale segreto del passato e ad ispirare alla mente umana le storie più fantasiose.

**Mauro Zanotto**

*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...*





## *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.*



## Un joli endroit

*J'habite un bel endroit  
pas trop chaud ni trop froid  
j'habite dans un coin  
du paradis pas trop loin.*

*On y voit le Zerbion  
et un tas d'autres monts,  
des sommets important  
en premier le Mont Blanc.*

*On s'éveille le matin  
à la voix d'un coq malin  
on s'endort chaque nuit  
à l'oreille pas un bruit.*

*Comme l'eau de la rivière  
s'écoule notre vie entière  
mais dans ce bel endroit  
mon cœur n'aura pas froid.*

*Vivo in un posto bellissimo non troppo caldo  
né troppo freddo  
vivo in un angolo di paradiso non troppo  
lontano.*

*Vediamo lo Zerbion e un mucchio di altre  
montagne,  
picchi importanti per primo il Monte Bianco  
Ci svegliamo la mattina con la voce di un gallo  
intelligente  
ci addormentiamo ogni notte senza un suono  
nell'orecchio.  
Come l'acqua del fiume così la nostra vita  
passa  
ma in questo bel posto il mio cuore non sarà  
mai freddo.*

Su parole di Jole Treves, Corrado Margutti ha composto questo canto eseguito dal "Coro Alpini di Saint Vincent".

La località descritta nella realtà esiste, e si chiama Les Combes d'Introd.

Il villaggio di Les Combes sovrasta il comune di Arvier, ma fa parte del comune di Introd.

Sorge in una radura in dolce pendenza, dedicata all'agropastoralismo, al grano e ai fieni ed è attraversato dall'itinerario escursionistico "Cammino Balteo".



**Canta che ti passa !**

*la rubrica del Coro Edelweiss*

L'architettura tradizionale di Les Combes usa soprattutto la pietra, ed è composta da grandi abitazioni la cui evoluzione si dispiega dal Basso Medioevo al XIX secolo.

Diverse costruzioni massicce del XV secolo, sempre in pietra, sono conservate al centro del villaggio, e sono affiancate, qua e là, da un granaio in legno.

Alcuni edifici rurali esibiscono gronde sostenute da colonne circolari di pietra.

Tali colonne, simbolo del potere, testimoniano che in queste dimore dall'aspetto rurale visse un giudice, un castellano o un notaio.

Furono innalzate da mastri costruttori esperti, provenienti soprattutto dalla valle del Lys, da Gaby e da Issime, culle native degli emigranti stagionali, specialisti nel lavorare la pietra, che operarono tra il XVI e il XIX secolo.

Le colonne circolari sono una caratteristica architettonica da mettere in relazione con il prestigio del podere signorile del Castello di Introd, *L'Ola*.

L'aspetto possente de *L'Ola* ha influenzato i mastri costruttori che hanno edificato le abitazioni rurali nei paesi vicini, nella valle di Rhêmes e, sporadicamente, le case dei notabili dell'intera Valle d'Aosta e della vicinissima Tarantasia savoiarda.

Non lontano da Les Combes, nel villaggio di Villes-dessus di Introd, sorge la maison Bruil.

È un edificio eccezionale, appartenuto dal XVII al XX secolo alle famiglie Buillet et Bruil.

Adattamenti successivi, ne hanno fatto una grande abitazione multi-funzionale, con una corte interna coperta, che fiancheggia la facciata a tre colonne circolari del 1680, oggi inglobate all'interno della struttura del 1856.

L'edificio ospita un museo etnografico sull'alimentazione in montagna.

"Cascina *L'Ola*" servì in passato come stalla e pagliaio dei Signori d'Introd. Più recente è la parte del vecchio stabile che è sostenuta da cinque grandi colonne e coperta da tetto aggettante.

Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=ggfo6P7ivJk>



Di rilievo, sul lato Ovest, l'architrave di una porta, decorato da un motivo ad arco carenato. Altra costruzione situata accanto al castello è poi il granaio, costruzione in pietra e legno sorta sulle fondamenta di un edificio precedente.

Attraverso una piccola porta (molto interessante la serratura gotica che raffigura un castello medievale riccamente merlato), si accede alle due sale che si trovano nel sottosuolo.

Queste sale sono fornite di feritoie oggi completamente interrate. Si racconta che nei secoli passati questo granaio fosse spesso teatro di furti di granaglie.

“Maison Bruil”, in località Ville Dessus di Introd, è uno dei maggiori esempi dell'architettura rurale del Gran Paradiso.

Si caratterizza come un'antica casa rurale a funzioni concentrate: tutti gli spazi necessari alla sopravvivenza di persone e animali erano infatti raggruppati sotto un unico tetto.

La forma attuale è frutto di una evoluzione architettonica complessa databile tra il 1680 ed il 1856, periodo in cui diversi corpi di fabbrica si sono fusi a formare un unico nucleo.

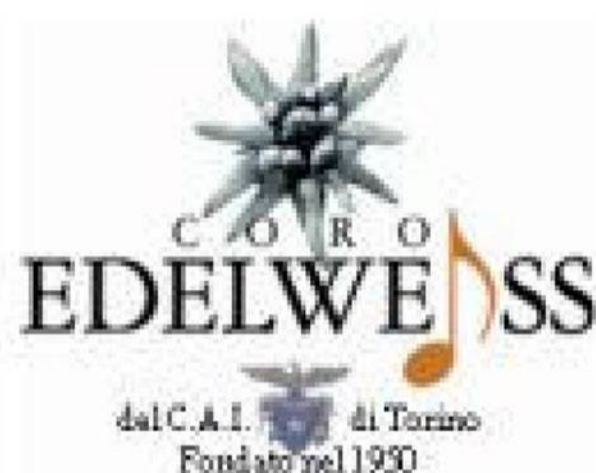


*Nasce nel 1950 il **Coro Edelweiss** del CAI di Torino, da un gruppo di giovani ed entusiasti amanti del canto di montagna. Conta oggi 35 elementi, tutti rigorosamente dilettanti. Nella sua lunga storia, ha visto passare oltre 180 coristi, 5 diversi maestri, ha eseguito centinaia di concerti in Italia 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.*

La visita si snoda su tre piani fra i vari ambienti tipici della casa tradizionale e riportati con un restauro alla loro funzione originaria.

La “crotta”, la ghiacciaia naturale, il “crotteun”, il “peillo”, le zone di essiccazione e il solaio sono alcuni degli spazi a disposizione del pubblico che voglia approfondire la propria conoscenza sull’architettura tradizionale.

**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.*



## La Cucina popolare della Basilicata

*Cari lettori ed ancora più cari allievi Chef... superata la prova della "cucina calabra"?*

*Benissimo! Ma affinché non pensiate di potervi crogiolare sugli allori, eccovi un'altro obiettivo impegnativo con cui confrontarsi sui fornelli della vostra cucina: questo mese si va in Basilicata, e su questo territorio la cucina popolare non scherza!*

*Vi anticipo che ai vostri commensali questo mese proporrete davvero antichissime ricette... vedi il piatto "Lagane e Ceci" di cui parla il poeta latino Orazio nei suoi componimenti chiamati "le Satire" nel 30 a.C. o piatti i cui sapori provocheranno ancestrali passioni anche a quelle persone non necessariamente Lucane che frequentano la vostra casa.*

*Una cosa è certa, queste 4 ricette porteranno una fetta di storia e di cultura all'interno delle vostre cucine regalando un'esperienza inattesa ai vostri ospiti e tutto ciò grazie alla rubrica "Il mestolo d'oro" e questo mese in particolare, grazie alla consulenza di una cara amica, Maria Picardi, che ringrazio per i preziosi consigli ricevuti durante la preparazione di questo articolo e di questo menù Lucano.*

*Buon lavoro e buon appetito!*

### *Polpette di Lampascioni*

*Per chi non li conoscesse, i lampascioni sono dei cipollotti selvatici, dal colore rosa-violaceo e dal retrogusto "piacevolmente amarognolo".*

*Crescono spontaneamente sulla Murgia, un'area condivisa tra Matera e la provincia di Bari-Taranto e non si trovano da nessun'altra parte.*

*Forse per questo motivo è stato mantenuto il loro nome originale "lambascione" e non è stato sostituito con una forma italiana. Spesso sento qualcuno che li chiama "lamponi", ma è del tutto scorretto.*

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

- 300 gr di lampascioni
- 3 uova



## Il mestolo d'oro

Ricette della tradizione popolare



- 1 cucchiaio di pecorino lucano grattugiato
- sale, prezzemolo, pangrattato q.b.
- olio extra vergine oliva

#### **PREPARAZIONE**

Pulite i lampascioni eliminando la base e le radici, poi lavateli per eliminare la terra.

*Polpette di Lampascioni*



Lasciateli in ammollo per un paio d'ore per eliminare l'amaro in eccesso e cambiate l'acqua più volte.

A questo punto, sbollentate i lampascioni per 30-45 minuti in modo tale che si ammorbidiscano. Infine passateli in un passaverdure a fori larghi.

Sbattete le uova, poi aggiungeteci i lampascioni passati grossolanamente.

Salate, aggiungete il pecorino, il prezzemolo e completate con il pangrattato, fino ad ottenere un composto consistente.

In una casseruola, fate riscaldare dell'olio per frittura (io olio evo).

Con l'aiuto di un cucchiaino, prendete un po' di composto e fatelo scivolare con il dito direttamente nell'olio bollente.

Fate dorare e poi mettete le polpette ad asciugare su carta assorbente.

## Lagane e Ceci

*Lagane e ceci, pasta e cicere, lampe e tuone, lo possiamo chiamare in quanti modi vogliamo, resta sempre un meraviglioso piatto di pasta e legumi, nonostante la sua veneranda età (qualche millennio).*

*Le lagane sono un tipo di pasta fresca molto diffuso nel sud Italia, particolarmente in Campania, Basilicata, Calabria e Marche. Possiamo definirle le antenate delle attuali lasagne.*

*L'impasto è composto da farina di semola, acqua e sale. Dopo averlo lavorato con le mani e fatto riposare, lo si stende con il "laganaturò", termine in lingua napoletana che sta ad indicare un cilindro di legno lungo circa 50 cm e dal diametro di 4/5 cm col quale si stende l'impasto sulla spianatoia, in pratica l'attuale "matterello".*

*La loro forma è simile alle pappardelle, solo più larghe e più corte.*

### INGREDIENTI (per 4 persone)

*per le lagane*

- 300 g farina di semola
- 100 g farina 00

- acqua
- un pizzico di sale

*per la zuppa di ceci*

- ceci 400 g
- guancialetto 100 g
- aglio uno spicchio
- olio olio extra vergine oliva q.b.
- sale pepe q.b.
- prezzemolo tritato
- un pizzico di bicarbonato

### PREPARAZIONE

Disporre sulla spianatoia le farine ed impastarle con un acqua tiepida ed un pizzico di sale.

Lavorare l'impasto con le mani sino ad ottenere una pasta elastica ed asciutta. Fatela riposare per circa un ora.

Stendere la pasta con il "laganaturò" (matterello) ottenendone una sfoglia di circa 3 mm di spessore, dalla quale ricaverete delle strisce di circa 4 cm di larghezza, che taglierete ad una lunghezza di 7/10 cm.

*Prepariamo la zuppa di ceci*

Dopo averli tenuti a bagno in acqua con un pizzico di bicarbonato per almeno 12 ore, lavateli accuratamente e fateli cuocere in acqua abbondante per non meno di 150 minuti.

*Lagane e Ceci*



In una padella fate soffriggere olio extra vergine oliva uno spicchio d'aglio. Quando sarà imbiondito toglietelo ed aggiungete il guanciale fagliato a dadini.

Quando anche il guanciale sarà imbiondito versate il tutto nella pentola con i ceci.

Aggiungete un po di prezzemolo tritato, regolate di sale e portate a bollore, aggiungendo, se necessario, un po d'acqua.

Quando bolle calate le lagane e portate a cottura.

Quando saranno cotte al dente, spegnete il fuoco, aggiungete, se necessario il sale, una spolverata di pepe e prezzemolo tritato.

Fate riposare per qualche minuto. Impiattate, quindi, versando sul piatto un filo di olio EVO.

## SUGGERIMENTI

Questa ricetta ha origini antichissime: mi basta citare Orazio, nelle satire (VI, I libro) "*...inde domum me ad porri et ciceris refero laganique cantinum*" ("*quindi me ne ritorno a casa per mangiare una scodella di porri, ceci e lagane*")!

Nel napoletano è abitudine cuocere la pasta direttamente nei legumi preparati in precedenza, quindi dopo aver preparato le lagane, le si fanno cuocere in una zuppa di ceci.

Perchè a Napoli la tradizione vuole che questo piatto si chiami "lampe e tuone"? Si tratta di un simpatico riferimento al temporale "viscerale" che questo legume provoca durante la digestione.

## Baccalà al peperone "Crusco"

*Il baccalà con i peperoni "cruschi" è una ricetta tradizionale della Basilicata, perfetta per essere preparata al tempo della Quaresima; infatti rispetta i criteri di dieta di magro (solo pesce, verdure e olio d'oliva).*

*Si tratta comunque di una preparazione molto saporita caratterizzata dal contrasto tra il croccante dei peperoni cruschi (si tratta di peperoni dolci seccati al sole, prodotto tipico lucano) ed il morbido e sapido del baccalà e tra il rosso ed il bianco, che*

*conferma che si può mangiare benissimo anche in Quaresima.*

## INGREDIENTI (per 4 persone)

- 700/800 gr. di baccalà già ammollato
- 300 gr. di peperoni cruschi (peperoni dolci seccati al sole)
- olio extra vergine di oliva dal gusto deciso
- un mazzettino di prezzemolo tritato
- 1 spicchio di aglio
- un pò di peperoncino rosso piccante o olio al peperoncino
- sale q.b.

## PREPARAZIONE

Lessate il baccalà in acqua salata, ma attenzione controllate prima quanto è salato ancora il baccalà. Scolatelo, eliminate la pelle e fatelo a pezzetti. Mettetelo in un piatto da portata concavo.

Pulite il prezzemolo e tritatelo assieme all'aglio e al peperoncino, se li usate.

*Baccalà al peperone "Crusco"*



Pulite i peperoni cruschi con un panno, non usate assolutamente acqua, neanche uno straccio umido.

Eliminate i piccioli ed i semini contenuti all'intero, poi a scelta lasciateli interi oppure tagliateli a pezzi.

Fate scaldare l'olio in una padella profonda, unitevi un po' di sale e quando l'olio è caldo gettatevi i peperoni secchi che al contatto con l'olio caldo divederanno croccanti; ma attenzione bruciano facilmente, per cui vi suggeriamo di togliere la padella dal fuoco appena dopo averci messo i peperoni e continuare la cottura a fuoco spento.

Versate i peperoni con il loro olio sul baccalà, cospargete con il trito di prezzemolo e servite subito.

## **Strazzate**

*Altre bontà tutte materane sono le cosiddette strazzate, delle paste fatte con zucchero, cacao e mandorle.*

*Si tratta di un dolce molto gustoso e molto amato sia dai lucani che da coloro che arrivano a Matera.*

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

- 250 gr. di farina 00
- 250 gr. di mandorle abbrustolite e tritate
- 250 gr. di zucchero
- 5 gr. di ammoniaca
- 20 gr. di cacao amaro
- noce moscata, cannella, limone grattugiato
- 1 bustina di vanillina
- 50 gr. di cioccolato fondente a pezzetti
- caffè amaro o liquore (Strega o Limoncello) per impastare

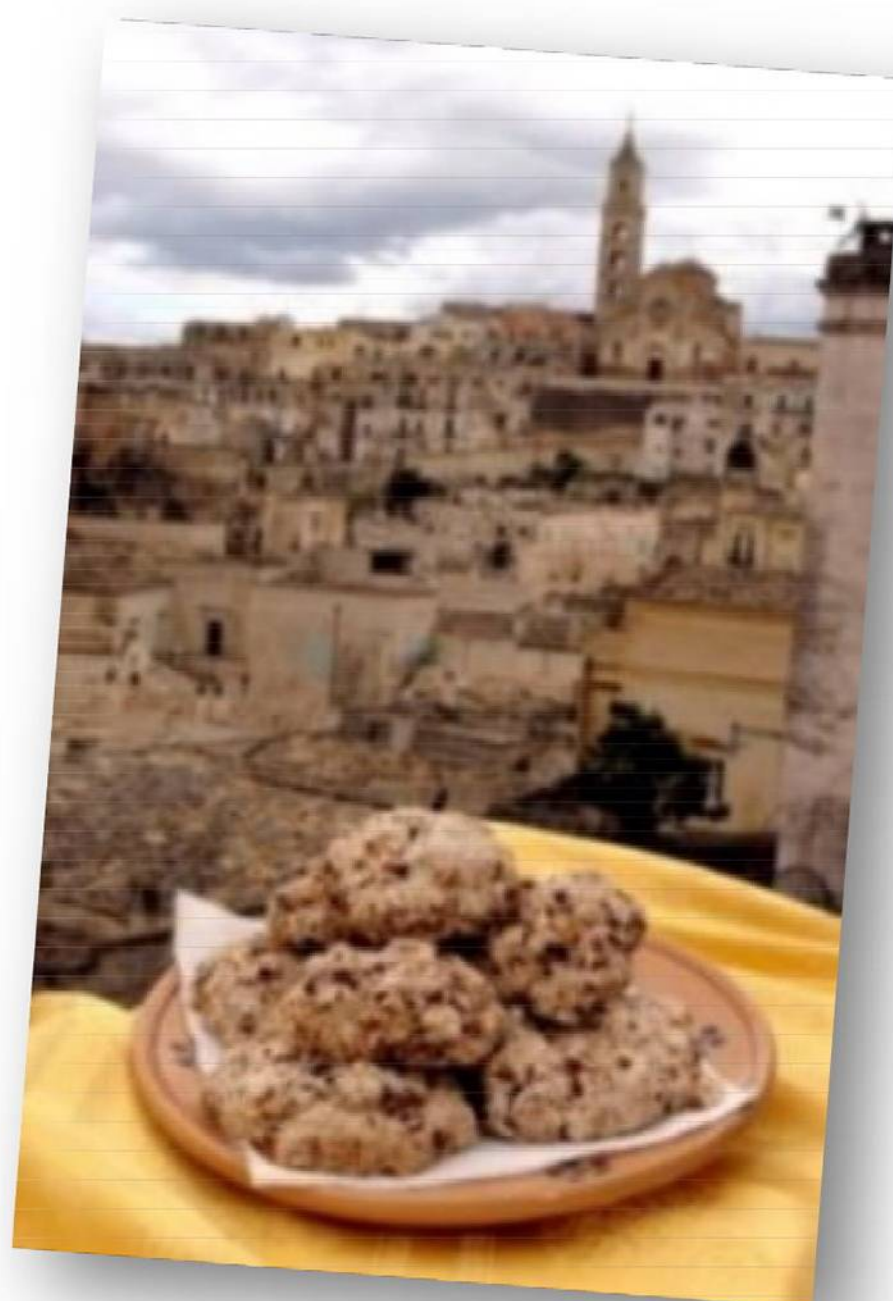
### **PREPARAZIONE**

Mescolare insieme gli ingredienti fino ad ottenere un impasto duro.

Formare delle palline e disporle in una teglia foderata con carta da forno.

Infornare a 140° C per 20 minuti circa.

**Mauro Zanotto e Maria Picardi**



*Le Strazzate di Matera*



## La coltivazione della patata ieri

Le patate ricche di idrati di carbonio, sali minerali, vitamine, acido folico e pantotenico, per le popolazioni di montagna si rivelarono una risorsa alimentare ed economica fondamentale.

La Valle di Susa è nota per la qualità delle sue patate, in particolare quelle coltivate in montagna, dove la maturazione è più lenta e gli antiparassitari non sono necessari: le particolarità organolettiche acquisite a queste altitudini le rendono molto più saporite rispetto a quelle di pianura.

Fin dall'800 la qualità delle patate coltivate sulla montagna Condovese, in particolare sui territori degli ex Comuni di Mocchie e Frassinere, era riconosciuta in tutta la provincia di Torino e particolarmente sui mercati cittadini, dove i contadini si recavano regolarmente per la vendita.

Pensate che nell'anno 1829 nel comune di Mocchie si producevano 6.000 rubbi di patate e in Frassinere 2.500 mentre Condove in pianura solamente 700; un rubbo di 25 libbre equivaleva a Kg 9,225.

Oggi questa coltivazione continua ad essere diffusa e i produttori del posto la commercializzano a vari livelli.

Approfondiamo ora la sua coltivazione, percorrendo le varie fasi dalla semina alla raccolta come si faceva nei tempi passati.

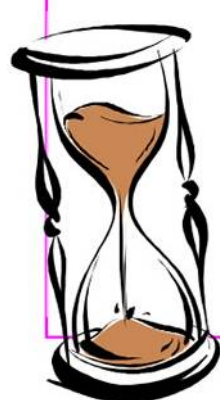
Per avere un terreno ottimale per la coltura delle patate occorre portare il letame nei campi per una buona concimazione di fondo.

La lavorazione del terreno per le patate doveva essere profonda, per offrire al momento della semina un suolo sciolto e drenante, per questo motivo si vangava affondando la lama fino ai 30/40 cm.

Le patate si seminavano in primavera quando le temperature medie arrivavano oltre i 15 gradi, ed in montagna questo avveniva tra la metà di aprile e i primi di maggio.

Si seminava per file, distanziate di circa 70 cm l'una dall'altra.

Si collocava una patata ogni 30 cm lungo ogni fila, interrata a 10 cm di profondità. Nella semina per talea si potevano usare patate intere, ma anche pezzi.



C'era una volta  
Ricordi del nostro passato

Se la misura superava i 50 grammi si poteva dividere il tubero a spicchi per avere più semente.

Nei lavori di campagna i montanari seguivano con attenzione le fasi della luna e le patate dovevano essere seminate non più tardi dei primi giorni dell'ultimo quarto di luna.

La tradizione montanara consigliava di seminare tutti gli ortaggi che crescono al di sopra del terreno con luna crescente e con luna calante quelli che crescono sotto terra e le verdure con crescita a cespo.

Per coltivare le patate nel campo le accortezze da avere erano relativamente poche, in un suolo ben lavorato e ben concimato la coltura richiedeva irrigazione solo al bisogno.

Il lavoro più importante durante la coltivazione era il ricalzo, che permetteva anche di eliminare la gran parte delle erbe infestanti.

La ricalzatura era utile, sia per mantenere soffice la terra, sia per proteggere i tuberi.

Il primo ricalzo dopo circa 20 giorni dalla semina, il secondo ricalzo dopo un mese, distribuendo una concimazione prima dell'operazione di ricalzo. Si creava in questo modo un cumulo sulla pianta, che riparava i tuberi dal sole.

Le patate non richiedevano moltissima irrigazione, sono piante resistenti e temevano anzi gli eccessi di acqua. In genere essendo i campi in pendenza si usava irrigare a scorrimento tra una fila e l'altra.

L'acqua si riversava sul campo grazie a un fossetto adduttore orizzontale, posto a monte del campo, e scorreva sulla superficie da irrigare sotto forma di un velo sottile e uniforme per tutta la durata dell'adacquamento sino a raggiungere il grado di saturazione desiderato per il terreno.

Il momento migliore per bagnare era il mattino presto, con temperature più fresche. I periodi in cui si richiedeva più acqua durante la coltivazione della patata erano quando

comparivano i primi boccioli e poi alla fine della fioritura.

Normalmente la resa di prodotto in un campo di patate era di circa 4 kg di tuberi per metro quadro di terreno coltivato.

Se si voleva le patate novelle occorreva raccoglierle quando la pianta era ancora verde, mentre le patate normali, adatte anche ad essere conservate, si raccoglievano una volta che la pianta si seccava ingiallendo completamente.

Per capire quando era ora di raccogliere le patate i montanari estirpavano una pianta e strofinavano la buccia del tubero: se non si staccava facilmente vuol dire che era il momento di raccogliere le patate.

La raccolta avveniva usando uno zappone bidente, un arnese con due robusti denti di ferro e lungo manico di legno, sollevando la zolla di terra sotto la pianta e scovando tutti i tuberi formati in corrispondenza delle radici.

Le patate si lasciavano asciugare qualche ora sul campo, poi si portavano nella cantina, dove venivano sistemate negli spazi loro riservati.

Si conservavano al buio perché non producessero solanina, che le rendeva non commestibili.

La presenza di eccessiva solanina si riconosceva dal colore verde che assumeva il tubero già dall'esterno.



*Zappone bidente*



Le patate trovano produzione in tutta la valle di Susa, ma particolarmente pregiate oltre a quelle di Mocchie e Frassinere sono quelle di Sauze d'Oulx, di Cesana Torinese, delle Ramats di Chiomonte e di Novalesa.

In montagna le varietà più adattabili alle condizioni climatiche erano e sono ancora: la piatlina, la patata del bur e la vitelotte noire.

### **Patata piatlina**

Antica varietà autoctona delle vallate Occitane e Francoprovenzali del Piemonte. pezzatura media e forma tonda leggermente appiattita (da cui il nome), la pasta è bianca, di consistenza tenace e profumata.

È ottima bollita e indicata per frittura.



*Patata piatlina*

## Patata del bur

È detta anche patata *del bec* o *ratte* e le sue origini vanno ricercate Oltralpe, nel Lyonnais. Coltivata da tempo nelle vallate alpine è la più diffusa in tutto l'arco alpino piemontese, in particolare nelle valli che hanno uno sbocco oltralpe.

Pezzatura piccola, forma allungata e leggermente ricurva (di qui il nome del *bec*), buccia sottile, color giallo paglierino, polpa morbida a grana finissima.

Ha pelle talmente sottile che può essere sbucciata semplicemente fregandola tra le dita.

Il sapore è delicato ed è ottima consumata con la buccia. È consigliata la cottura al vapore, al forno, bollita.



*Patata del bur*



## Patata viola o vitelotte noire o violette

Antica varietà di origine francese, ma coltivata anche sul versante italiano in Val Susa.

La buccia e la pasta hanno un curioso colore blu-violetto, molto scuro, che si mantiene anche dopo la cottura. Ha forma tendenzialmente allungata, irregolare e bitorzoluta.

Consigliata bollita e per vellutate, patatine fritte, purè e gnocchi.

Ottima tra le verdure della bagna cauda. E non dimentichiamo l'effetto visivo, visto il suo colore viola, di cui i cuochi possono approfittare.



*Patata viola*

**Gianni Cordola**  
[www.planetcordola.it](http://www.planetcordola.it)





**la Vedetta Alpina**  
*la rubrica del*  
**Museo Nazionale della Montagna**

Trento, Palazzo Roccabruna / 29.04 → 28.05.2022

Torino, Museomontagna / 15.07 → 23.10.2022

Ceresole, Casa Alpina / 3.07 → 18.09.2022

# CIAK SI SCALA!

Cinema di alpinismo e arrampicata



***CIAK, si scala!***

***Cinema di alpinismo e arrampicata***

Conclusa la mostra sull'alpinista Gian Carlo Grassi, inaugurata lo scorso aprile, il Museomontagna a luglio inaugura la mostra *Ciak, si scala!* che, dal primo film di alpinismo al cinema digitale del nuovo millennio, passando per film a soggetto e riprese di documentazione, racconta l'appassionante storia del cinema di alpinismo e arrampicata sviluppatasi negli ultimi centoventi anni.

Il progetto espositivo nasce dalle ricerche svolte per la realizzazione dell'omonimo volume edito dal Club Alpino Italiano con il Museo Nazionale della Montagna e l'International Alliance for Mountain Film, che percorre la lunga storia del cinema di alpinismo soffermandosi sui suoi capitoli più significativi. Dall'Europa orientale alle Americhe, dalla Russia all'Australia e alla Nuova Zelanda: sfida, avventura, cime e ghiacciai, ricerca individuale, orgogli nazionali, cordate, conquista dell'inutile, fatica condivisa, gesto atletico e attrezzature sono stati tutti

immortalati dalle pellicole o dai moderni strumenti digitali di questo genere cinematografico mai riconosciuto ufficialmente né dalla critica, né dalla produzione, ma amatissimo dagli appassionati del mondo delle altezze.

L'esposizione, curata da Marco Ribetti, vicedirettore del Museomontagna e conservatore della Cineteca storica e Videoteca, con testi del giornalista e storico dell'alpinismo Roberto Mantovani, è stata presentata durante il Trento Film Festival nelle sale di Palazzo Roccabruna, sede della Camera di Commercio, Industria e Artigianato di Trento, che partecipa al progetto.

Dal 15 luglio sarà allestita nelle sale del Monte dei Cappuccini di Torino, dove resterà fino al 23 ottobre.

*CERVINO 1901, di Frank Ormiston-Smith,  
USA, 1903.*





Una sezione speciale sarà visitabile fino al 18 settembre nella Casa Alpina presso la diga di Ceresole Reale in collaborazione con Iren e in occasione del centenario del Parco Nazionale del Gran Paradiso.

I manifesti originali e le foto di scena esposti fanno parte del Fondo Documentazione Cinema delle Raccolte iconografiche del Museomontagna e le sequenze dei film provengono dalla sua Cineteca storica e Videoteca.

Apri la mostra *Cervino 1901*, considerato il primo film di alpinismo esistente. Per molto tempo si è pensato che la data accanto al titolo indicasse il momento delle riprese, attribuite talvolta ad autore anonimo, ma più spesso all'americano Frederick Burlingham.

*SUL TETTO DEL MONDO. VIAGGIO DI S.A.R. IL DUCA DEGLI ABRUZZI AL KARAKORUM di Vittorio Sella, Italia, 1909.*

È invece certo che nel 1903 sulla Becca ci fosse un altro operatore americano, Frank Ormiston-Smith. *Ciak si scala!* accredita



MUSEO NAZIONALE  
DELLA MONTAGNA  
CAI-TORINO



l'ipotesi che il suo *Ascent of the Matterhorn e Cervino 1901* siano in realtà lo stesso film. Conclude la rassegna uno spazio dedicato all'International Alliance for Mountain Film, la rete che unisce i più importanti operatori del settore: 28 soci da 20 Paesi del mondo.

*DER VERLORENE SOHN (Il figliol prodigo)* di Luis Trenker, Germania, 1934.

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



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

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

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

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

*il rifugio Scarfiotti alle Grange du Fond*

**Un anello nella valle di Rochemolles.**  
Dal rifugio Scarfiotti alla Cresta e alla Punta S. Michele rientrando per il Passage de Courousset e il col d'Etache

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

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





*sci estivo su un ghiacciaio che ora non esiste più.*

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

*Meta di questa escursione è la cresta (Pierre Minieu) e la Punta S. Michele che si raggiungono dai ruderi dell'alpe d'Etache con un lunghissimo traverso che porta la traccia sin sotto l'imponente bastionata rocciosa del Pierre Menue (Aiguille de Scolette) da dove si sale alla cresta S. Michele che tutta si percorre sino alla cima che porta questo nome.*

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

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

*Il grande piano delle Grange du Fond*

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

Giunti a Bardonecchia, il alta valle Susa, si prosegue per Rochemolles. Superato l'abitato si rimane sulla polverosa strada per il rifugio Scarfiotti ed il colle del Sommeiller rasentando per via il lago di Rochemolles derivante dallo sbarramento sul rio di valle. Lungamente proseguendo si giunge infine all'incantevole pianoro presso le Grange du Fond dove a margine sorge il rifugio Scarfiotti. Qui giunti non è difficile trovare dove parcheggiare.

Attraversato il rio si prende il sentiero 727 per l'alpe ed il colle d'Etache che subito affronta ripido uno spoglio pendio rasentando per via una cospicua sorgente. Più su si sale a svolte sino al lungo traverso che porta la traccia presso un grosso pannello informativo, che già si nota da fondovalle, che anticipa di poco delle indicazioni e poi i ruderi dell'alpe d'Etache.



*Uno sguardo all'indietro alla cresta S.Michele percorsa*

Lasciata la traccia che prosegue per il colle d'Etiache, per il quale si passerà tornando, trascurata quella che percorre il Sentiero Geologico, occorre ora individuare il sentiero per la cresta e la Punta S. Michele. Al pannello informativo conviene portarsi per un tratto verso monte cercando di individuare la traccia per questa cima, cosa di per sé difficile per via delle numerose scie lasciate dal passaggio del bestiame.

Il riferimento, che permette di non sbagliare, è un modesto risalto roccioso che si nota dal pannello informativo di poco il alto sulla sinistra. La traccia in questione gli passa appena sopra ed ora è contrassegnata da un grosso ometto.

Per più di un'ora si camminerà compiendo il sentiero un assai piacevole ma interminabile traverso pianeggiante sotto le superiori cime che si toccheranno nel proseguo dell'itinerario. Superato il vallone Souchera, affrontato un saltino che può essere evitato sorpassandolo di sopra, lungamente proseguendo il sentiero

di porta progressivamente verso l'esteso vallone sottostante il Pierre Menue dove ora la traccia prende a salire.

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

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

Costeggiato un rio discendente da placche rocciose scoscese, superati più sopra due ravvicinati rigagnoli, il secondo derivante da una sorgente a cui conviene attingere non trovando nel proseguo più acqua, la traccia appena individuabile tra le erbe, si porta sulla sinistra cominciando a salire un esteso pendio erboso con una lunga serie di svolte e traversi che mitigano l'ascesa.

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



*Passage di Courousset*

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

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

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

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

*4 ore c.ca dalle Grange du Fond.*

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

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

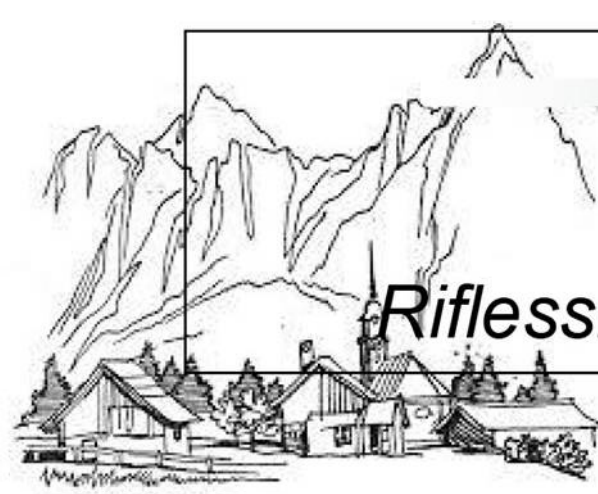
Questo è l'unico passaggio che permette di scendere a valle e pertanto occorre affrontarlo con giudizio e prudenza. Lentamente ci si abbassa sugli sfasciumi che contraddistinguono la parte alta per poi percorrere le estese pietraie sottostanti che liberamente senza una via obbligata si discendono avendo già in vista l'ampia sella del col d'Etache.

Raggiunto più avanti il punto dove transita il sentiero salente dal vallone d'Etache che porta in vetta al Gros Peyron, tutto lo si discende per l'evidente e segnata traccia che porta ai ruderi dell'alpe e poi al pannello esplicativo dove questo lungo anello si chiude. Non resta che proseguire sul sentiero 727 che di sotto raggiunge il grande pianoro delle Grange du Fond dove sorge il rifugio Scarfiotti.

*3 ore c.ca dalla Punta S. Michele.*

**Beppe Sabadini**





Terre Alte  
*Riflessioni sull'ambiente alpino*



*Quassù siamo  
integrati e integranti  
Cambiano le stagioni,  
cambiano le abitudini e modo*

Si parla molto di sindaci, in questo periodo di elezioni.

Sono i sindaci delle grandi città, quelli degli schieramenti politici, dei ballottaggi, degli exit poll.

Si potrebbe dire, i sindaci di pianura: sono questi che fanno notizia. Più raramente si parla invece dei sindaci dei piccoli paesi: per esempio i paesi di alta montagna, quelli nelle terre alte sui confini.

Franco Capra, 78 anni, è stato fino a pochi giorni fa uno di questi sindaci.

E lo è stato per molto tempo, a Claviere, un comune di neanche duecento abitanti, posto a 1800 metri sul versante italiano del colle del Monginevro, nei confini più a ovest d'Italia. Per circa vent'anni Franco Capra ha amministrato da sindaco questo piccolo paese.

*Claviere, centro turistico nell'alta Valle di Susa, è situata a 1760 mt. d'altitudine sul versante sud del Monte Chaberton.*

*Pur essendo una piccola realtà offre ai propri turisti numerosi impianti sportivi e strutture ricettive.*

*Da anni fa parte del comprensorio sciistico della Via Lattea che si estende su 400 km di piste da discesa (Montgenèvre, Cesana Sansicario, Sauze d'Oulx, Sestriere e Pragelato).*

Un comune che ha una caratteristica, come tanti luoghi turistici, soprattutto in montagna: quei duecento abitanti scarsi dei periodi fuori stagione diventano poi oltre 3500 nei mesi del turismo, trasformando un borgo isolato tra boschi e monti in qualcosa di molto simile a un affollato centro urbano. Per dire: come se Torino diventasse una città di 20 milioni di abitanti, o se Roma diventasse di 60 milioni come tutt'Italia.

Certo, quest'esplosione si verifica per alcuni periodi nell'anno. Poi per un po' tutto torna come prima, come nel passato. E dopo qualche mese si ricomincia, dato che chi vive a Claviere *"per il 99 % vive di turismo"*.

Qualche catena di Alpi più in là, nei confini a ovest del Trentino, incontriamo Carlo Daldoss per ascoltare un'altra storia.

Anche lui è stato sindaco per circa vent'anni in un paese: a Vermiglio, in fondo alla Val di Sole. Come Claviere, anche Vermiglio era l'ultimo comune di uno Stato: fino alla Grande guerra questo era il limite dell'Impero asburgico, e qui si è avuta a lungo *"la percezione di essere un paese di confine"*.

Un territorio tormentato, come racconta Daldoss: nel 1915 con l'entrata in guerra dell'Italia le autorità asburgiche ordinarono l'evacuazione e i vermigliani, avvisati con due giorni di anticipo, furono condotti a Mitterndorf,





un villaggio vicino a Vienna, tra privazioni e febbri spagnole.

Nel frattempo Vermiglio venne bombardata e rasa al suolo. Poi forse grazie a *“quella capacità di resistere dovuta dal vivere al limite”* gradualmente i vermigliani fanno ritorno. Ma sono luoghi non facili, poveri, *“lontani dalla polenta”*.

Così *“a corriere”* masse di paesani vengono fatti emigrare *“in Merica”*, fino al Cile.

Finché negli anni Settanta al Passo del Tonale si sviluppa un importante polo turistico. Ora al Passo risiedono quasi duecento vermigliani che, sintetizza Daldoss, *“forse sono un po’ meno comunità, ma sono molto cosmopoliti”*, perché il turismo *“obbliga al confronto”*.

Ancora in Piemonte, una simile evoluzione c’è stata a Elva, quel comune in cima alla Val Maira, *“una costellazione di ventotto borgate sparse su un anfiteatro glaciale a 1600 metri di quota”*, nelle Alpi di Cuneo.

All’inizio del Novecento *“vivevano lassù 1500 persone. Oggi sono rimasti in 36”*, annotava Marco Albino Ferrari in *“Alpi segrete”* (Laterza, 2012).

E in effetti, racconta il sindaco Mario Fulcheri, anche *“quassù ci sono due mondi in un paesino. Elva è diviso in due: la bella*

*In Trentino si trova una delle valli italiane più suggestive, dove si possono ammirare paesaggi mozzafiato e dove la storia e le tradizioni del territorio continuano a rimanere vive. Si tratta della Val di Sole, che richiama ogni anno migliaia di turisti, che rimangono catturati dalle bellezze del luogo.*

*Qui, infatti, è possibile compiere ogni genere di attività sportiva, ma anche lasciarsi tentare dalle testimonianze artistiche che sono disseminate in questo piccolo angolo di paradiso italiano.*

*stagione, con i pascoli, i ristoranti, la Spa. E il meraviglioso inverno, dove esiste la montagna vera, come una volta. La stessa gente. Persone cui cambia l’umore secondo le stagioni”*.

Ecco, viene da chiedersi che cosa comportino questi cambiamenti che tornano nell’anno per chi abita in questi paesi, al ricorrere delle stagioni e al variare dell’umore degli abitanti.

Perché in effetti al cambiare di stagione *“noi quassù cambiamo abitudini e modo di vivere”*, riconosce Capra. Ci si trova a vivere accanto a persone che portano in paese altre abitudini, modi, culture, provenienze, persino lingue molto diverse da quelle che ha dentro di sé chi risiede in un posto di montagna.

I turisti provengono da ogni dove, e ciò avviene soprattutto se il comune turistico è nei pressi di un confine, come capita in tanti luoghi nelle Alpi.

Nel medesimo comprensorio piemontese della Via Lattea, si pensi a comuni turistici come Sauze d'Oulx, dove *"da oltre sessant'anni hanno preso casa gli inglesi, arrivati qua per turismo anche in 2500 a settimana"* racconta il sindaco Mauro Meneguzzi. Al punto che *"i sudditi di Sua Maestà sono il dieci per cento dei residenti: molte persone si sono radicate, con matrimoni misti che hanno creato un bel mix"*.

Claviere poi quel mix con altri Stati e con altre culture lo ha avuto in casa: il *"Trattato di pace tra l'Italia e le Potenze Alleate del 1947"* divideva a metà il villaggio di Claviere, i cui edifici posti a ovest di un rio stavano in territorio francese.

Finché negli anni Sessanta con uno *"scambio di lettere"* Italia e Francia giunsero a un accordo per cui una frontiera, materializzatasi sul terreno con una demarcazione dieci anni dopo, restituiva a Claviere le sue abitazioni più a occidente.

Anche se per anni, nonostante questo spostamento del confine, il posto di dogana rimase al centro del paese, fin quasi al 1990 quando venne trasferito ai margini dell'abitato. E poi finalmente nel 1993 con la scomparsa delle frontiere europee finirono anche i controlli doganali, lasciando così le vecchie barriere abbandonate, che tuttora ornano le porte del paese.

Eppure, precisa Capra, queste vicende del passato, così come questo avvicinarsi di turisti di oggi, sono *"un arricchimento, fanno crescere, ci fanno mettere a confronto con culture diverse"*.

Come è avvenuto con i vicini conterranei di Montgenèvre, il comune francese nel medesimo colle ma al di là dell'ex dogana, con i quali *"dopo la seconda guerra mondiale, quando eravamo nemici, è durata a lungo un'ostilità che si è trascinata fino agli anni Novanta"*.

C'è voluta una nuova generazione che non aveva vissuto la guerra, come appunto quella di Capra, per riprendere rapporti che ora sono diventati *"come tra parenti"*, con relazioni che non sono legate solo all'economia del turismo

ma che ormai si fondano su un territorio che viene percepito quasi in comunione.

In sintesi, conclude Capra, si potrebbe dire che quassù noi siamo *"integrati e integranti"*. Il che, in questi tempi di guerre e di contrapposizioni politiche, appare come un bel messaggio, da consegnare ai giovani, a chi lasciare un ruolo o una funzione: e alcuni adulti lo sanno fare.

Un giornale ha scritto: *"in paese Capra è molto amato, è considerato il nonno di tutti. Prima di andare in pensione, di lavoro faceva l'allenatore di sci e forse sulle discese ha imparato a pazientare e ad avere un consiglio utile per tutti. Non ama la polemica o lo scontro politico, è pacato, un uomo conciliante"*.

Chissà, forse nei paesi di montagna può succedere: nell'articolo che descrive Capra e il suo paese, il giornale ha messo come titolo *"il grande sindaco della piccola Claviere"*.

**Gianluigi Pasqualetto**



# VERBAALPINA

Der alpine Kulturraum im Spiegel seiner Mehrsprachigkeit.

*Vieni dalle Alpi?*

*Parli un dialetto alpino?*

*Aiuta la scienza!*

Partecipa al più grande progetto linguistico delle Alpi su:

[www.lmu.de/verbaalpina](http://www.lmu.de/verbaalpina)



VerbaAlpina  
Ludwig-Maximilians-Universität  
Hauspostfach 152  
Geschwister-Scholl-Platz 1  
80539 München

*VerbaAlpina è un progetto di ricerca a lungo termine con sede presso la Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) che viene finanziato dalla Fondazione Tedesca per la Ricerca (DFG) dall'ottobre 2014 con una prospettiva di durata fino al 2026.*

*Il portale web del progetto è online dal 2015.*

*Il progetto nasce dalla collaborazione tra l'Istituto di Filologia Romanza e l'IT-Gruppe*

*Geisteswissenschaften (ITG; Centro di Tecnologia dell'Informazione per le Scienze Umane della LMU) ed è una combinazione di linguistica, etnologia e informatica nell'ambito delle Digital Humanities.*

*Nella prima fase (10/2014 – 10/2017) il progetto si è concentrato sul lessico relativo alla gestione dei pascoli alpini, dedicando particolare attenzione alla lavorazione del latte.*

*La seconda fase (11/2017 – 20/2020) era rivolta essenzialmente al lessico di flora, fauna, formazioni paesaggistiche e della meteorologia alpina.*

*La fase attuale (11/2020 – 20/2023) ha come oggetto di indagine il lessico dell'ambiente di vita moderno, con un occhio di riguardo all'ecologia e al turismo nelle Alpi.*



LMU

VERBAALPINA

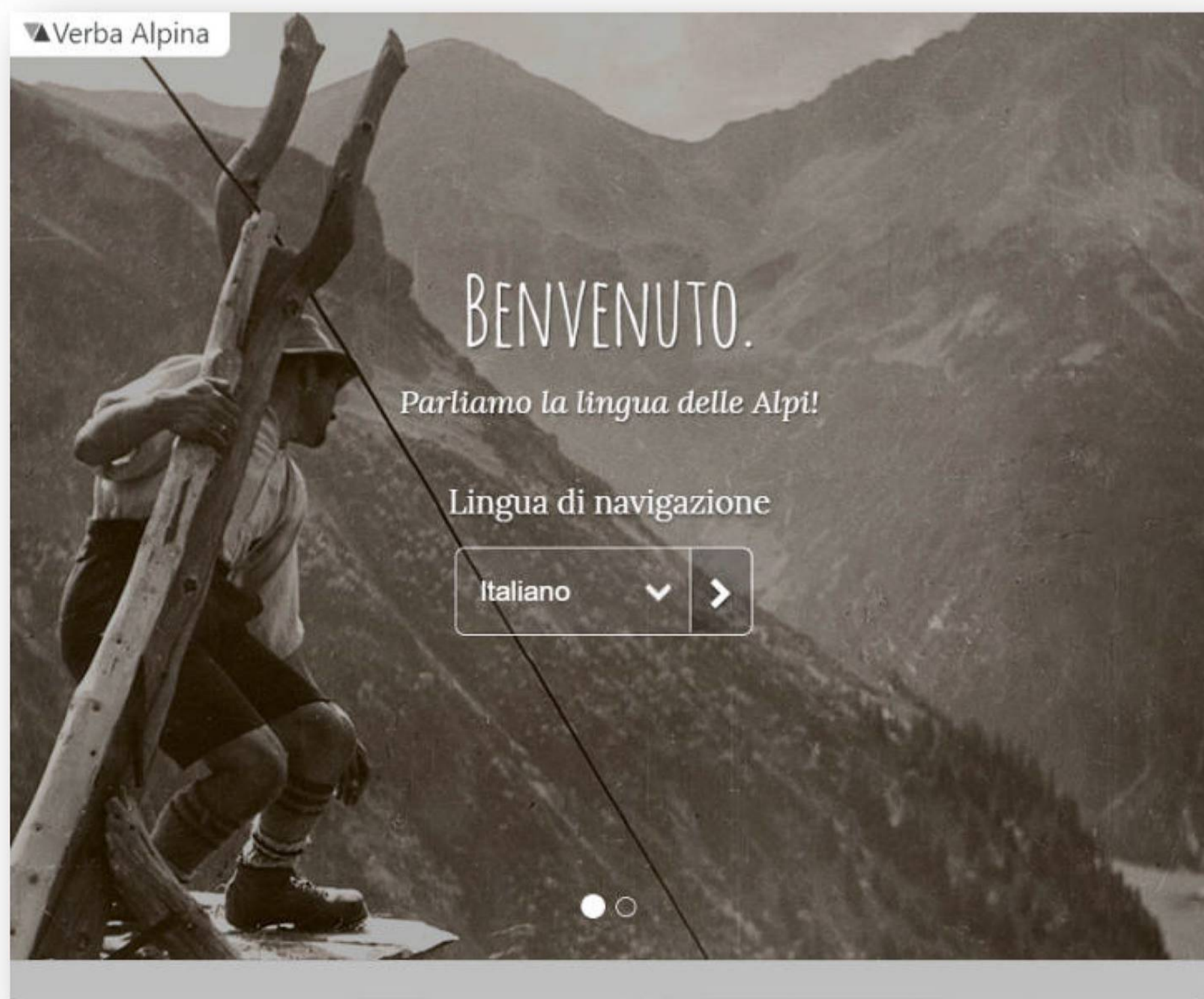
DFG

## Aderisci anche TU al progetto di crowdsourcing “Verba Alpina” dell’Università di Monaco con la quale sta cooperando la UET!

Le persone che si renderanno disponibili ad aderire al progetto di raccolta e registrazione dei dati linguistici dovranno:

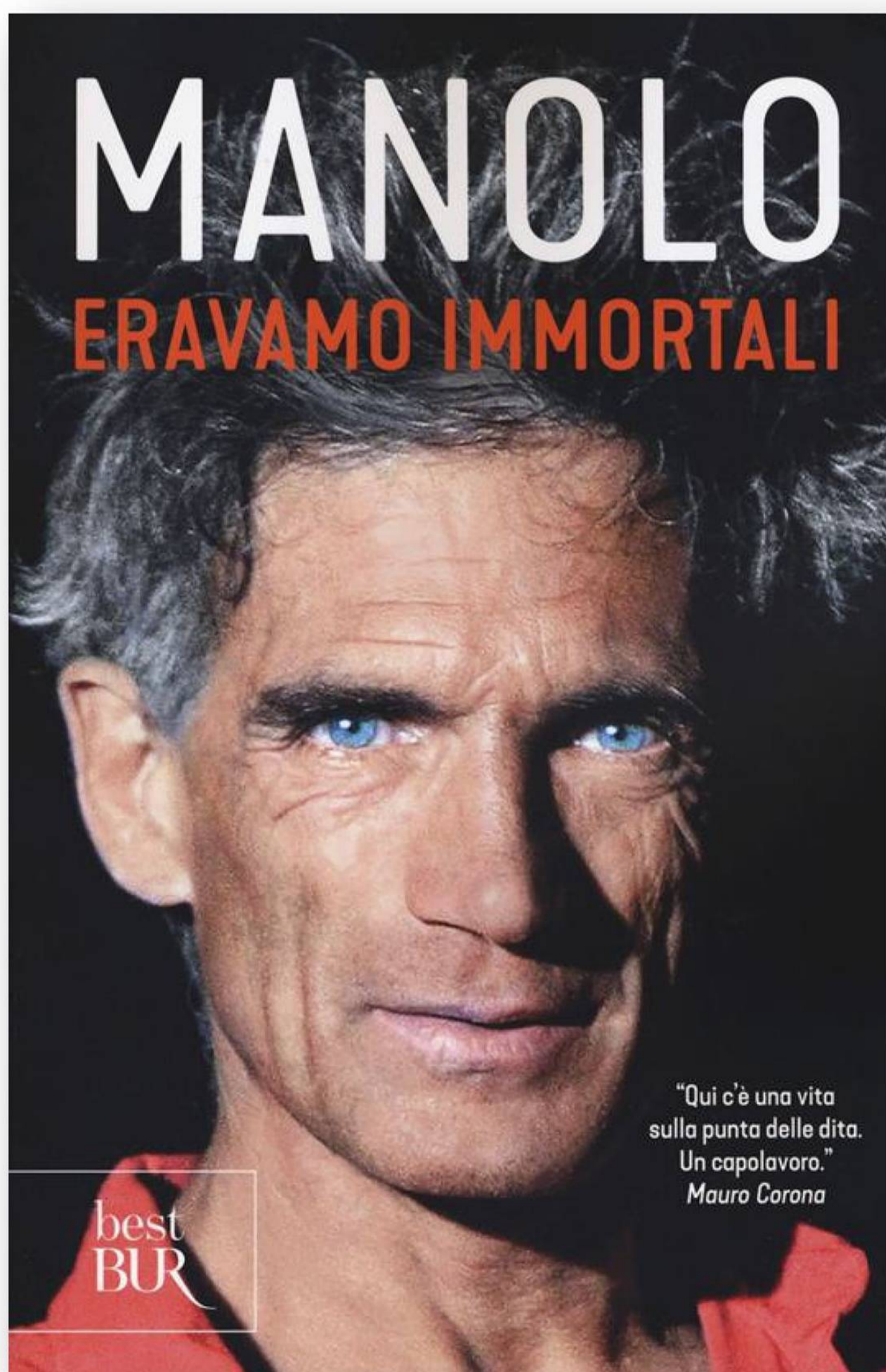
- accedere al portale di raccolta dei dati disponibile al link <https://www.verba-alpina.gwi.uni-muenchen.de/crowdsourcing>
- e seguire le istruzioni indicate sul portale:

*Aiutateci a conoscere meglio il linguaggio alpino! Scegliete il vostro comune ed uno dei concetti proposti ed inserite la parola dialettale nel campo risposta. Davanti ai concetti di particolare importanza si trova una “i”. Le parole che inserite appariranno sulla mappa evidenziate in verde; le parole inserite da altre persone sono evidenziate in blue. Cliccando sul vostro contributo potrete modificarlo o cancellarlo. Mettete eventuali commenti tra parentesi, per favore! Se necessario potrete inserire diverse parole separandole con una virgole. Saremmo lieti di ricevere la vostra registrazione al fine di registrare i vostri risultati. Più parole inserite più ci aiuterete nella documentazione delle lingue alpine e nella nostra ricerca. Sarete i benvenuti sulla pagina ogniqualvolta vorrete tornare a trovarci!*





## ***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.

## Come imparare a rilassarsi e combattere lo stress

*La pandemia ha influenzato la vita di tutti sconvolgendo abitudini, comportamenti e usanze tradizionali...*

La pandemia ha influenzato la vita di tutti sconvolgendo abitudini, comportamenti e usanze tradizionali.

Le rigide misure restrittive, adottate dai governi per ridurre i contagi, hanno limitato notevolmente le occasioni di svago e socializzazione con evidenti ripercussioni nei soggetti più fragili.

La salute mentale di molte persone potrebbe risentire delle privazioni subite negli ultimi due anni e, per questo motivo, devono essere intraprese delle iniziative per contrastare questi disturbi.

Gli effetti causati dall'isolamento e dal distanziamento sociale sono molto più difficili da diagnosticare perché non possono essere individuati con un semplice termometro.

Le conseguenze psicologiche della crisi sanitaria si manifestano soprattutto nei giovani, negli individui con problemi pregressi e negli individui con problemi finanziari.

Riguardano numerosi aspetti della vita quotidiana perché possono provocare il deterioramento dei rapporti personali, cali dell'attenzione, spossatezza e apatia.

Ecco perché in questo articolo valuteremo quali sono i metodi migliori per tenere a bada l'ansia e lo stress.

### **Cause e sintomi dei disturbi causati dallo stress**

Il supporto psicologico è il sistema prescelto dai professionisti per fornire il supporto adeguato a tutti i cittadini che hanno manifestato dei disturbi durante la pandemia.

La sfera psichica di numerosi individui ha risentito durante l'emergenza sanitaria degli effetti negativi provocati dall'ansia.

Per questo molti esperti hanno richiesto delle misure tempestive per la cura dei problemi di salute mentale.



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

Un piano per contrastare lo stress dilagante tra la popolazione diventa, quindi, necessario per fornire a tutti i cittadini un punto di riferimento.

Negli ultimi due anni sono rapidamente aumentate le segnalazioni di attacchi di panico tra le fasce di popolazione più colpite dalle misure restrittive. Parliamo degli adolescenti, dei giovani, degli anziani e dei lavoratori precari.

Queste categorie hanno sviluppato livelli preoccupanti di stress che senza cure adeguate possono provocare delle conseguenze pericolose per la salute personale.

L'assistenza psicologica è fondamentale perché garantisce numerosi benefici per la prevenzione e il contrasto dei disturbi cognitivi. Tra le principali manifestazioni dei problemi psichici vi è senza dubbio lo stress.

Questa reazione inconscia e fisiologica messa in atto dall'organismo quando si verificano determinate condizioni è uno degli squilibri più comuni tra la popolazione.

Per questo motivo sono stati implementati dei sistemi per ridurre e controllare tutte le possibili fonti delle fobie.

### **Raccomandazioni e rimedi per fronteggiare la comparsa dello stress**

Durante la pandemia sono notevolmente aumentati i consumi di ansiolitici, sonniferi e antidepressivi.

La terapia farmacologica però non rappresenta l'unica soluzione disponibile.

Ci sono, infatti, anche altri metodi meno invasivi e del tutto naturali per combattere l'ansia.

Tra i rimedi più apprezzati vi sono le tecniche di respirazione abbinate alle sezioni di yoga e mindfulness.





L'ossigenazione consapevole è un'attività rilassante che stimola il sistema linfatico e reprime lo stress.

Anche l'acqua ha degli effetti benefici sulla psiche umana. Un sistema molto popolare per ridurre l'ansia è la doccia antistress che utilizzano dei particolari getti regolabili.

Questi miscelatori rilasciano l'acqua alla giusta temperatura creando un flusso omogeneo per allentare tutta la tensione accumulata.

Le docce di nuova generazione sono molto utili perché creano un ambiente sereno, disteso e rassicurante

## Conclusioni

Lo stress può essere contrastato con diversi metodi, ma il sostegno di uno psicologo resta pur sempre necessario per diagnosticare correttamente la causa del disturbo.

Il sostegno psicologico può essere di fondamentale aiuto per rimuovere definitivamente tutte le fonti del problema.

**Diana Cecchi**





## Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza

### Conoscere

Preparate con cura il vostro itinerario anche quello che vi sembra facile. Affrontate sentieri di montagna sconosciuti solo in compagnia di persone esperte. Informatevi delle difficoltà dell'itinerario. Verificate sempre la situazione meteorologica e rinunciate in caso di previsioni negative.

### Informare

Non iniziate da soli un'escursione e comunque informate sempre del vostro itinerario i vostri conoscenti e il gestore del rifugio.

### Preparazione fisica

L'attività escursionistico/alpinista richiede un buon stato di salute. Per allenarvi, scegliete prima escursioni semplici e poi sempre più impegnative.

### Preparazione tecnica

Ricordate che anche una semplice escursione in montagna richiede un minimo di conoscenze tecniche e un equipaggiamento sempre adeguato anche per l'emergenza.

### Abbigliamento

Curate l'equipaggiamento, indossate capi comodi e non copritevi in modo eccessivo. Proteggetevi dal vento e difendetevi dal sole, soprattutto sulla neve, con abiti, creme e occhiali di qualità.

### Alimentazione

E' importante reintegrare i liquidi persi con l'iperventilazione e per la minore umidità dell'alta quota. Assumete cibi facilmente digeribili privilegiando i carboidrati e aumentando l'apporto proteico rispetto a quello lipidico.

### Rinuncia

Occorre saper rinunciare ad una salita se la propria preparazione fisica e le condizioni ambientali non sono favorevoli. Le montagne ci attendono sempre. Valutate sempre le difficoltà prima di intraprendere un'ascensione.

### Emergenze

In caso di incidente, è obbligatorio prestare soccorso. Per richiamare l'attenzione utilizzare i segnali internazionali di soccorso alpino:

- CHIAMATA di soccorso. Emettere richiami acustici od ottici in numero di 6 ogni minuto (un segnale ogni 10 secondi) un minuto di intervallo.
- RISPOSTA di soccorso. Emettere richiami acustici od ottici in numero di 3 ogni minuto (un segnale ogni 20 secondi) un minuto di intervallo

## S.O.S. Montagna

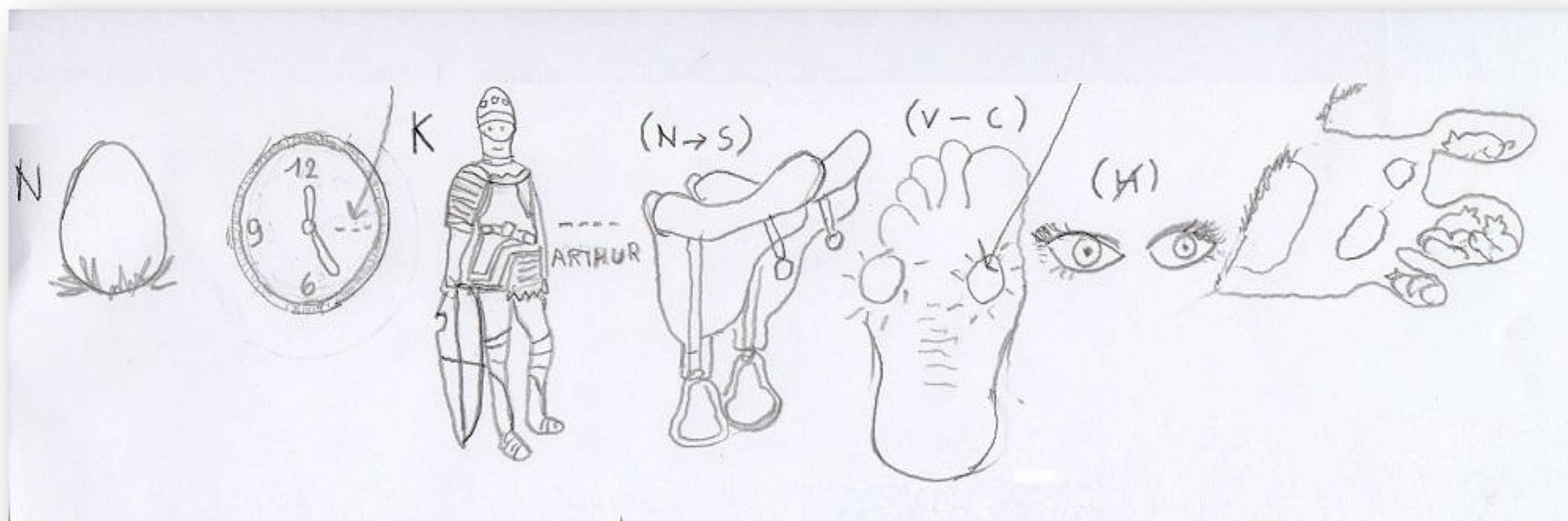
In montagna munitevi di un fischietto in modo che eventualmente, in caso di pericolo o d'incidente vi si possa localizzare e portarvi soccorso: fischiate 2 volte brevi e consecutive ogni 10 o 15 secondi



## IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

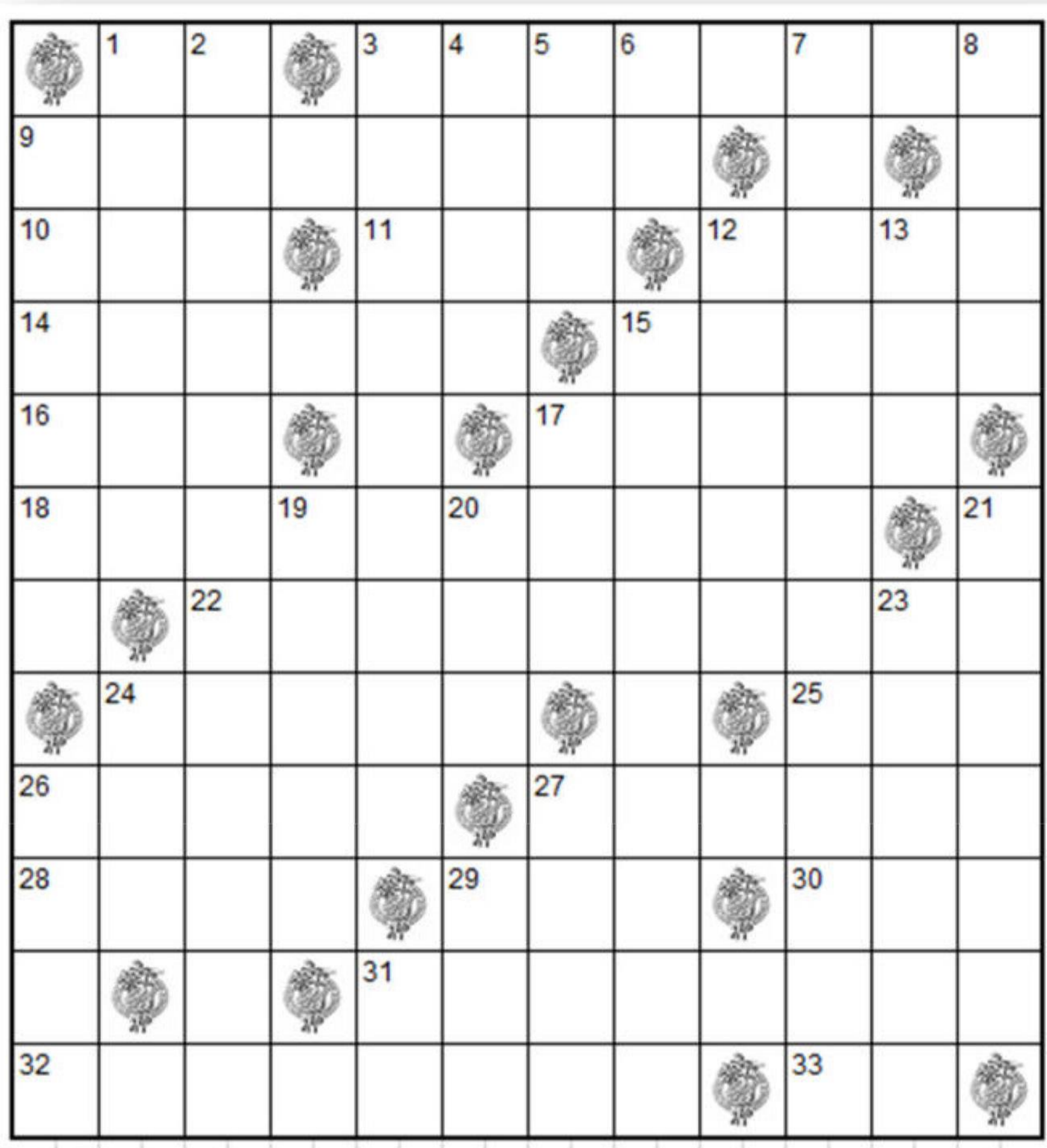
**REBUS 5,8,5,5,8**



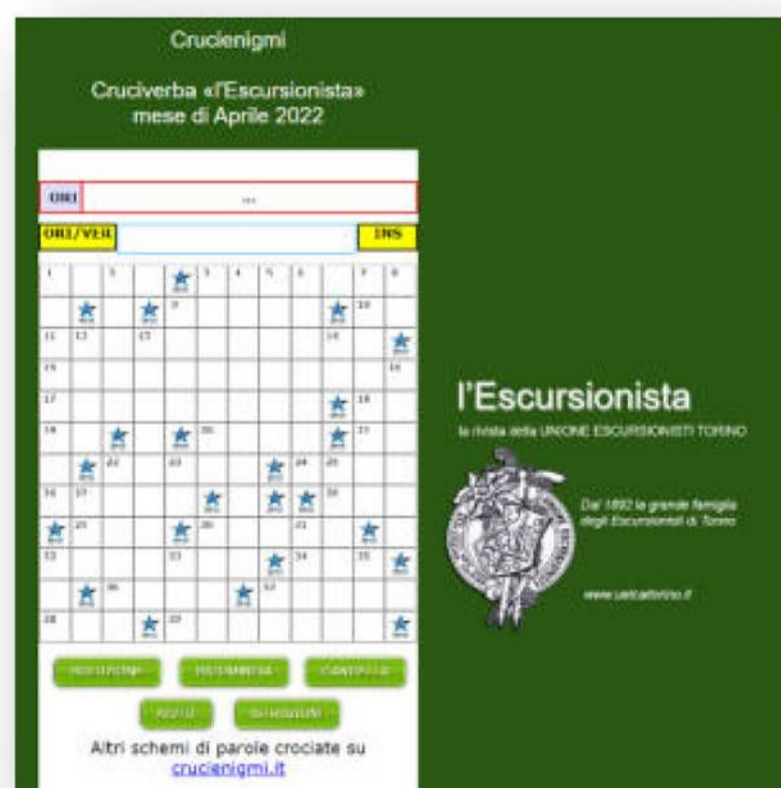
*(la soluzione verrà pubblicata nel numero di SETTEMBRE dell'Escursionista)*

# IL CRUCIVERBA del mese

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



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



Adesso si gioca anche online cliccando su...

<http://www.crucienigmi.it/caiuet/caiuet.html>

## ORIZZONTALI:

1. Iniziali dell'attore Castellitto
3. Un pugnale molto aguzzo
9. Colpo di punta nella scherma
10. Sawyer di Mark Twain
11. Parte laterale di un edificio
12. Costruzione tipica altoatesina
14. Affezione cutanea virale
15. Ristoranti... aziendali
16. Malvagia, perversa
17. Piccolo comune con il Santuario di Macereto
18. Vanitosi, egocentrici
22. Perde facilmente le staffe
24. Parte anteriore di una moneta
25. Furgone per cavalli da corsa
26. Fissatore per capelli
27. Lubrificate
28. Il dolce far niente
29. Profonda per il poeta
30. Noi in latino
31. Dare con magnanimità
32. Dispensare da un obbligo
33. Le prime due vocali.

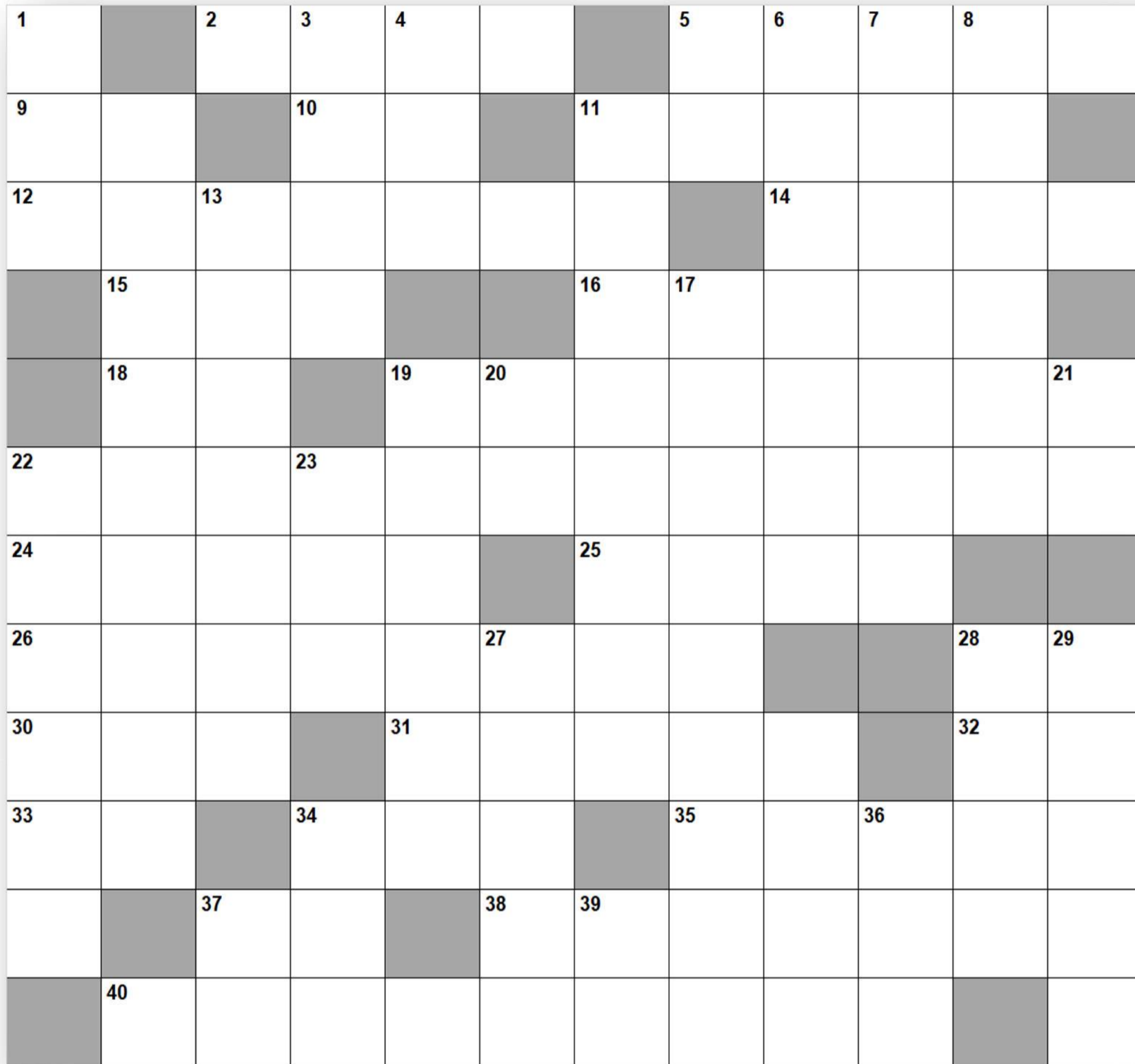
## VERTICALI:

1. Accadimenti umani nel tempo
2. Impegnato attivamente con altri
3. Sprinter, velocista
4. Una persona qualsiasi
5. Andata in breve
6. Articolo e nota
7. Una regione storica dell'odierna Romania
8. Uno strumento a fiato
9. Osso nella parete toracica anteriore
12. Afflitta, malinconica
13. Sud sud ovest
15. Mescolare sostanze diverse
17. Strada di città
19. Angiolieri, poeta senese
20. Aferesi di questo
21. Alano tedesco
23. Colui che concede l'ipoteca
24. Il nome di Degan
26. Elogio, encomio
27. Sharif attore
29. Raganella
31. Mezzo etto.

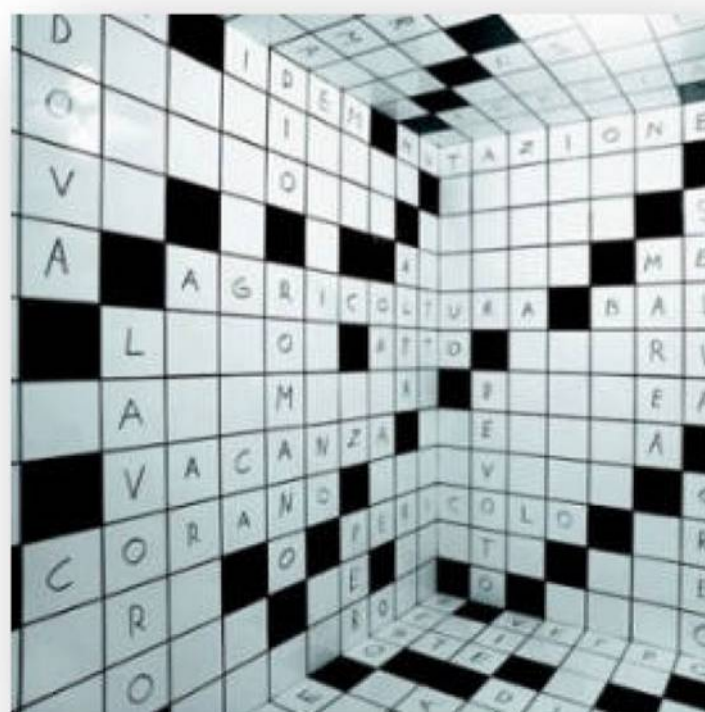


# CRUCIVERBA

(Franco Griffone)



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

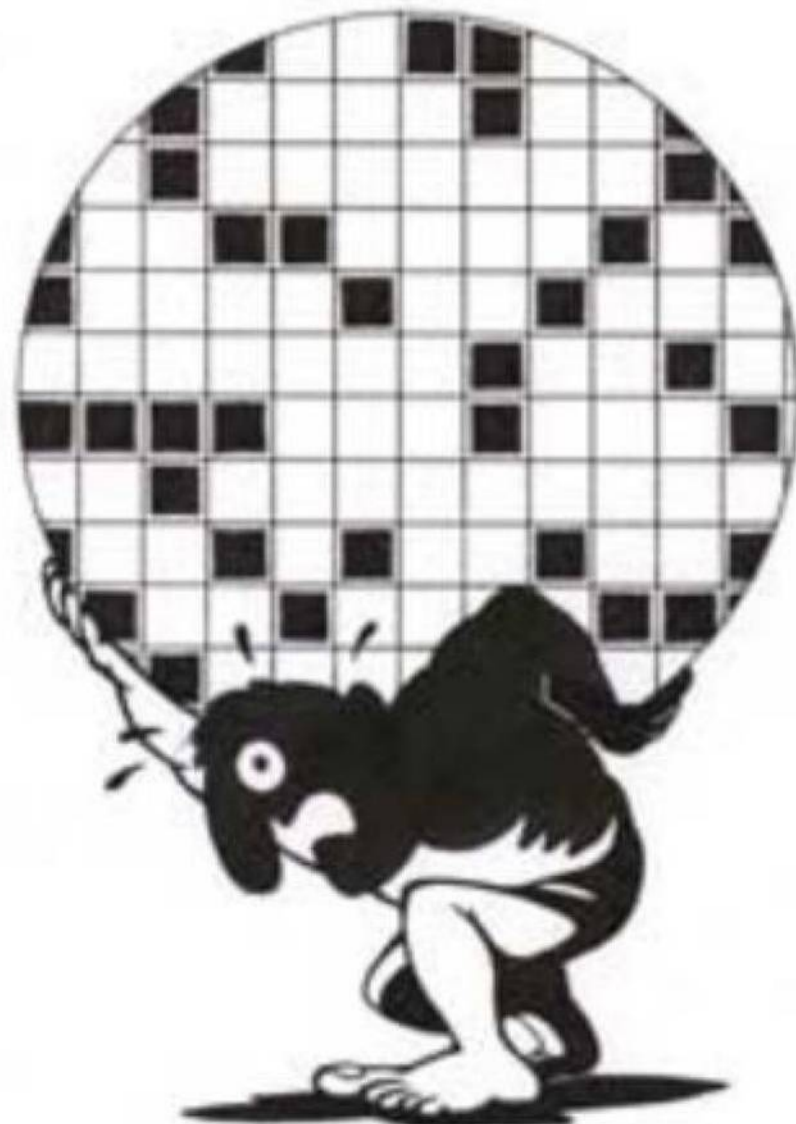


**ORIZZONTALI:**

- 2 Anagramma di vice  
 5 Spendono il meno possibile  
 9 Vicenza  
 10 Rovigo  
 11 Fiume della Spagna  
 12 Disadattato alla guerra  
 14 Isola delle Sporadi meridionali  
 15 Un modo per definire certi tempi  
 16 Non cruda  
 18 Rovigo alla specchio  
 19 E' noto quello africano  
 22 La misura degli spessori della crosta terrestre  
 24 E' un treno italiano  
 25 Le si dà il borioso  
 26 Tornare sui proprio passi  
 28 Le dispari di meta  
 30 Non torna mai indietro  
 31 Fatta a pezzettini  
 32 Il verbo più breve  
 33 Indispettisce il richiedente  
 34 Aggettivo  
 35 Un ragazzino assai assennato  
 37 Como  
 38 Sbagliato  
 40 Veniva nominato dal Re

**VERTICALI:**

- 1 Antichi progenitori  
 3 Monti della Sicilia  
 4 Con il abbreviato  
 5 L'oro in chimica  
 6 Capi di abbigliamento  
 7 Ha il compito di rigirare la terra  
 8 Abitanti della capitale  
 11 Falcidiati  
 13 Un tipo di formaggio fresco  
 17 Un addetto al funzionamento, alla manovra  
 19 Non diritto, obliquo  
 20 Segue bi  
 21 Le vocali della sera  
 22 Mitologico abitante dei mari  
 23 Organi adatti al volo  
 27 Una principessa dei cartoni animati  
 28 Orribili ordigni  
 29 Subì un lungo assedio  
 34 Segue ott  
 36 Anagramma di nei  
 37 Circa abbreviato  
 39 Il prefisso iterativo  
 40 Ancona

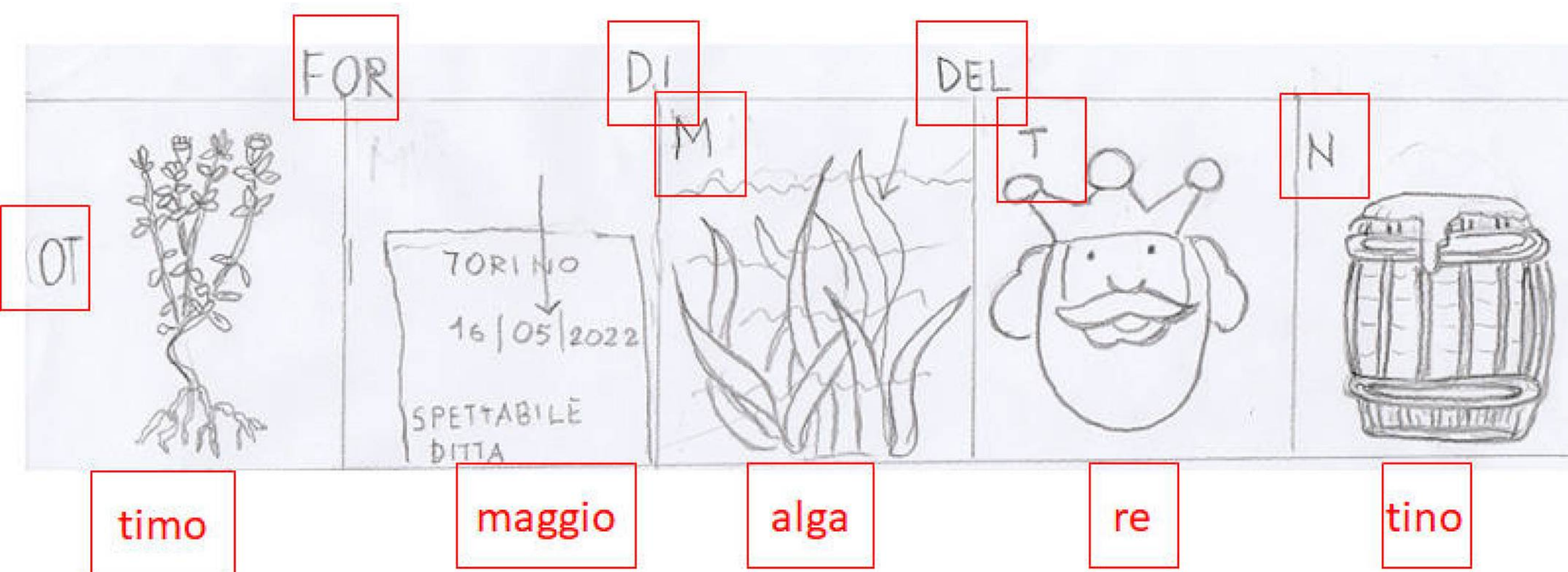


# Le soluzioni dei giochi del mese di GIUGNO
























REBUS 6,9, 2, 5, 3,8

OT timo FOR maggio DI M alga DEL T re N tino

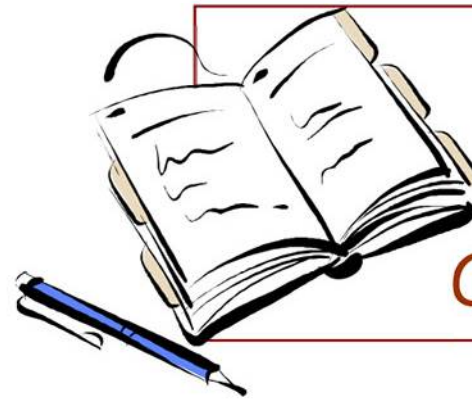
Soluzione :  
ottimo formaggio di malga del Tentino.





1	A	B		3	A	D		5	P	O	C	O				
8	C	R	9	A		10	A	V	I	D	I		12	P	O	
13	C	A	C	14	C	I	A	G	I	O	N	E				
16	A	C	C	O	N	C	I	A	T	U	R	17	A			
18	S	C	A	R	I	C	A	T	O		19	S	I			
20	C	O		R		21	A	R	A	L	D	O				
	I		23	S	E	24	G		E		25	E	O	N	E	26
27	A	28	M	E	L	I	A		29	S		30	L	A	S	
31	R	A	D	A	R		32	S	E	33	C	O	L	O		
	S		34	A	R	I	E		36	D	O	R	I	S		
37	I	38	R	T	E		39	P	I	A	N	E	T	I		
	41	I	O		42	D	A	N	N	O	S	A				

1	A	G		2	P		3	C	A	R	P	I	T	O	
	R		8	P	O	L		I	S		E		10	O	M
11	I	T	I		13	A	L	A	C	R	I	T	A		
16	E	O	S		17	V	E		18	I	N	N		S	
		19	P	A	C	E		21	B	R	I	C	C	O	
23	A		24	C	O	R	T	E	C	C	I	A			
26	G	27	R	A	N	D	U	C	H	E	S	S	28	A	
29	I	A	N	N	A	C	C	I		30	O	I	L		
		31	D	E	E		32	A	A		33	O	R		T
34	A	E		35	S	I	N	C	E	R	I	T	A		
39	G	40	R	A	S	S	O	C	C	E		41	I	N	
42	G	E	N	O	A		43	E	O	L	I	C	A		



## Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

*Se no fa caldo di luglio e di agosto,  
sarà tristo il mosto*

Vacanze, vacanze, vacanze!

Il mese di luglio e quello di agosto senz'altro concederanno a tutti noi un periodo di meritato riposo.

Luglio è il settimo mese dell'anno e si chiama così in onore di Giulio Cesare che sarebbe nato il giorno 12 o 13 (a seconda delle fonti) ed a stabilire che questo fosse il nome del mese fu Marco Antonio (nell'anno 83-30 a.C.); prima, infatti, il nome del mese era Quintile, in quanto quinto mese del calendario romano.

Con il mese di luglio l'estate andrà a "maturazione", il caldo (che pure a giugno, con la sua siccità, non è certo mancato) arriverà in tutto il suo "splendore" e ci accompagnerà in questo mese e nel prossimo.

E questi due mesi pure si dimostreranno decisivi per la qualità delle uve e delle olive che raccoglieremo alla fine dell'estate: se avremo pioggia "moderata", senza "bombe" d'acqua o micidiali gradinate distruttive, vino ed olio quest'anno saranno di qualità ed in quantità.

Quali saranno invece le proposte escursionistiche che la UET ci farà?

Vediamole... e non saranno poche!

- Domenica 3 luglio saliremo sul Monte Doubia (m 2463) in Val d'Ala di Lanzo, una montagna dalle forme tozze e con i fianchi prevalentemente erbosi. Un buon punto panoramico sulle montagne della zona.
- Sabato 9 luglio e Domenica 10 luglio faremo l'Anello dei 13 laghi pernottando al Rifugio Lago Verde sopra Ghigo di Praly. una facile escursione camminando su vecchie mulattiere militari su un percorso facile che alterna tratti in piano ad altri in saliscendi mai troppo faticosi.
- Domenica 17 luglio saliremo al Monte Frioland (m 2375) una delle cime più panoramiche della valle Po. Nelle giornate terse dalla sua cima si può avere una visuale pressoché completa sul gruppo del Monviso.





- Domenica 24 luglio saliremo al Colle dell'Albergian (m 2708) per poi proseguire la salita alla Fea Nera (m 2946) con Giro dei Laghi in Val Chisone
- E dal 31 luglio al 7 di agosto avremo il Trekking Traversata GTA delle Valli Occitane

Buone vacanze a tutti i lettori de "l'Escursionista"!

**Mauro Zanotto**

*Direttore Editoriale de "l'Escursionista"*



## Pakistan Snow Leopard

Doveva essere Montagne di Seta, poi con la chiusura del Turkmenistan tutti gli altri Stan sono diventati un miraggio ed il cambio con Georgia ed Armenia, con montagne ed ospitalità di tutto rispetto non mi convinceva.

Quindi rispolverato un mio vecchio progetto nato leggendo decine di libri sulle conquiste nel Karakorum, PAKISTAN in primis sulle tracce del Leopardo delle nevi, sperando di vederlo e fotografarlo

Vive a nord della Valle di Hushe dove piazzerò il mio campo base .

Vista la grande presenza di stambecchi himalayani dai 3500 ai 4000 metri sarà più facile esplorare il suo habitat naturale.

Porterò con me pannelli solari da distribuire a scuole, dispensari ed ospedali e questo grazie alla Ditta Dolbian, leader mondiale nel settore.

Inoltre grazie alla MP ottica avrò occhiali da vista e da sole per i più bisognosi.

Non mancherà il mitico trekking al Campo Base del K2, la montagna degli Italiani, considerato il più bello al mondo con le cime degli 8000 che fanno da sentinelle.

La. Speranza sarà quella di aprire un paio di vie su montagne immacolate a quote tra i 4000 ed i 5000 metri.



## Reportage Ai "confini" del mondo

È proprio il caso di dire *Inch'Allah*.

Vuol essere un viaggio esplorativo, magari in piccole valli laterali, non solo alpinistico, e l'aspetto sociale così come sempre fatto nei precedenti viaggi e progetti assumerà un ruolo fondamentale.

Peccato per il poco bagaglio a cui avrò diritto, molti meno Kg di quando viaggio in Africa, per di più spalmati anche sul bagaglio a mano.

E le vedo male picozze e ramponi nella capelliera, con gli allarmi impazziti.

Farò scalo ad Abu Dhabi, e cercherò di visitare Louvre Bis, assolutamente degno se non meglio dell'originale.

Partirò il 12 luglio e la segreta speranza è di restare non meno di 1 mese.

PAKISTAN ZINDABAD

Lunga vita al Pakistan!

Sarà il *leit motiv* del viaggio o il grido di battaglia.

**Fabrizio Rovella**

(Esploratore e Sognatore)

 Saharamonamour

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





## Color seppia

*Cartoline dal nostro passato*



### *NEC DESCENDERE, NEC MORARI*

*Le origini dell'Unione Escursionisti Torino*

*In questo articolo pubblicato sull'Escursionista del 24 ottobre 1902, Silvestro Fiori padre fondatore e primo Presidente dell'Unione Escursionisti Torino, a dieci anni dalla nascita della Associazione ricorda i giorni emozionanti in cui "tutto ebbe inizio"... a partire da una fredda ed insonne notte trascorsa al Lago della Rossa al cospetto della Croce Rossa sopra il Pian della Mussa.*

C'era una volta un gruppo d'amici, non molto numeroso, ma irrequieto assai, che rifuggiva per antica consuetudine dal passare a Torino i giorni, i pochi giorni, liberi da ogni cura d'ufficio. E quegli amici sollecitando col desiderio ardente che si squagliassero le nevi sulla montagna, ai primi sorrisi del sole uscivano trepidanti di gioia a perpetrare le loro grandi imprese, pensate, volute, sognate un inverno intero.

Grandi non perché fossero *alte* ma perché tornavano faticosamente improbe: e si capisce, se uscivano da un complotto che s'era imposti due termini che difficilmente si conciliano: tempo limitato, volontà illimitata.

Ed erano faticose.

Nello zaino provviste commisurate al ventricolo ed ai muscoli d'un mulo, nel pensiero la convinzione che una sola dovesse essere la forza della volontà e quella delle gambe ed avanti sul sentiero la notte del sabato, di morena in nevaio la domenica, divallando di poggio in poggio la notte seguente ed avanti sempre fino all'ufficio il lunedì per riposare.

Erano faticose e non indegne del nome d'impresa quelle *amene* passeggiate che non potevano aspirare all'onore della cronaca per quanto di facchinesco avevano nella loro essenza, che fatte a scopo di salute avvelenavano collo strapazzo per 15 giorni l'organismo, ma che per l'entusiasmo di quel gruppo d'amici erano incentivo a faticare di più la prossima volta fino a buscarsi una congestione cerebrale.

E di quel gruppo d'amici fui anch' io nei giorni in cui qualche idealità di più si accordava passabilmente con qualche capello bianco in meno.

Un sabato sera del 24 Agosto 1892 io e l'amico Ardrizzoia partivamo da Torino per una delle nostre, o per essere più esatti, per una delle sue, carichi e bardati come Dio solo e noi sappiamo in quell'afoso tramonto.

La meta era... camminare sempre davanti a noi: una meta che sfugge e prima della quale non è difficile trovare quella più naturale della potenzialità di resistenza.

Si camminava da molte ore e la notte oscura, la lanterna inservibile, il sentiero accidentato rendevano penosa la marcia, tuttavia si camminava, spesso a quattro gambe, ma colla fede sicura, se non altro, che il sole avrebbe dovuto alzarsi sopra un punto qualunque della montagna nera, che senza pietà ci chiudeva in breve giro l'orizzonte.

E il bel sole venne, ed a' suoi raggi vivificanti dimenticammo disagio e sonno. L'alta valle, il lago della leggenda, il nevaio, l'eterno nevaio, tutto passò sotto i raggi del sole vivificante, ma passò anche il giorno e l'altra notte ci incolse in alto, durante la ricerca affannosa del rifugio.

In quel rifugio non dormendo, riposando con fatica, preoccupato in eguale misura dal pericolo che avevamo corso di non trovare un rifugio e da quello che correavamo d'averne trovato uno pieno di vento e di freddo, mi balenò al pensiero la prima volta l'idea di fondare a Torino una Unione di Escursionisti.

Noi eravamo un gruppo, nelle nostre abituali peregrinazioni trovavamo dei dispersi e dei gruppi come noi e lassù sono presto annodate quelle relazioni che non si dimenticano tanto facilmente; se non che passato il momento lieto dell'incontro (un momento lungo talvolta come un sonnellino in comune, schiacciato all'ombra d'una roccia, più spesso come una fratellevole mangiatina), passato il momento ognuno prendeva pei fatti suoi, che magari erano gli stessi per tutti, ma che dovevano, appunto per rincontro, procedere per sentiero diverso.

E passato il giorno, tornati a Torino, sotto mentite spoglie, era caso riconoscere l'incontrato lassù, così che dei gruppi d'amici, ammalati dalla stessa passione, restavano sempre estranei l'uno all'altro e questo non era bello ed a questo bisognava ovviare.

Troviamoci, pensavo io, facciamo come una famiglia a noi che ha un ritrovo a Torino: di tante cognizioni, di tante pratiche singole facciamo una sola e grande a vantaggio comune, di tante forze isolate facciamo una gran forza comune, e chissà quante cose belle potremo fare noi tutti uniti.



*Silvestro Fiori – Fondatore e primo Presidente UET*

E poi chissà un campo vastissimo e fecondo, oggi uno, domani dieci ed il resto? chi può dirlo il resto?

E sul pensiero indeterminato, ma seducente, sognai di non dormire, ma forse dormii, poi che l'appressarsi ed il fuggire inconsulto d'un contrabbandiere mi diede le sensazioni d'un risveglio.

A Torino ripensai all'idea, mi sorrise più bella che mai, la costrinsi nei limiti d'una certa praticità, d'un abbozzo di Statuto perfino e primo ne parlai ad Ardrizzoia, al compagno dagli entusiasmi sublimi. Ed Ardrizzoia al primo annuncio dell'idea crollò il capo e volle o parve dirmi: Ma c'è già...!

Poi discutemmo, convenne nelle differenze, confortò le mie argomentazioni, rilesse lo Statuto e fummo d'accordo.

Il primo passo; l'Unione contava già due Soci e prima di sera ne contava già cinque: un comitato provvisorio. E l'indomani i giornali cittadini davano ospitalità ad un comunicato in

cui al colto ed all'inclita era rappresentato come qualmente a Torino si fosse costituito un comitato provvisorio allo scopo di ecc., ecc., ed il recapito era quello di casa mia.

Da quel giorno, e per molti in avvenire, vivemmo le giornate più ansiose della nostra vita.

Ogni biglietto da visita, ogni lettera, ogni più semplice richiesta era un battito accelerato del cuore.

La prima lettera di entusiastica approvazione era dell'amico avv. Margary, che immediatamente andavo a trovare a casa e che pregavo di far parte del Comitato provvisorio.

Zucchi, l'infaticabile Zucchi e Castelli erano venuti con entusiasmo, Pizzini e Gagnatelli erano del gruppo e divennero apostoli dell'idea.

Dato, per mezzo della stampa, l'indirizzo d'una Società che gentilmente volle ospitarci, sera per sera ci trovammo a ricevere i nuovi venuti con quell'animo col quale si aspettano le persone più care e più desiderate e venivano e ad ognuno io dicevo e ripetevo quali erano le idee, quali i propositi, quale il programma che ogni giorno s'arricchiva di intenzioni nuove e geniali.

Coglievo e studiavo sul volto d'ognuno l'impressione prodotta dal mio dire ed erano momenti avvicendati di gioia e di sconforto.

Ma i nomi e gli indirizzi crescevano frattanto su quella prima nota, che poco per volta diventava anche lei un argomento di persuasione per nuovi e venne finalmente la sera della prima riunione plenaria.

Era il 19 Settembre del 1892 nella gran sala dell'Associazione Generale degli Operai in via Mercanti: una seduta in cui ci trovammo tutti d'accordo e dove un applauso lungo e convinto salutò la formola sacramentale che io dissi stando in piedi davanti a quella geniale accolta di aderenti: *“Signori da questo momento dichiaro costituita l'Unione Escursionisti!”*.

Era fatto. Seguirono altre riunioni per lo Statuto e per le cariche sociali, se non che, tramontata tutta una luna di miele, sorsero le prime difficoltà.

Avevamo bisogno d'una sede nostra: l'affitto si sarebbe potuto pagare coi contributi bimestrali da L.1, ma e il mobiglio? Ed il personale?

Per quest'ultimo facile il rimedio: eletto presidente io avrei dovuto anche far da portiere, ma per l'altro?

E diventammo finanziari. Col sig. Vincenzo Ferrero prima a titolo di consulto, col Consiglio poi discutemmo i vari progetti e data la necessità di rivolgerci al credito, era a quello dei Soci che bisognava ricorrere, non a quello privato. E così fu. Fatta l'emissione di una serie di obbligazioncine interne *piovve* il capitale e avanti colle spese, ma anche coi battibecchi pel diverso

modo di vedere nell'impiego economico dei fondi.

In via Coito, in due stanze a pian terreno che avevano cessato per la circostanza d'essere scuderie o giù di lì, aprimmo la nostra prima sede. Io e l'amico Zucchi tappezzieri, decoratori e che so io, mettemmo l'ambiente all'onore del mondo ed in quelle due povere stanzette cominciò a ribollire tutta la esuberanza del nostro entusiasmo, della nostra smania di fare.

Due riunioni di famiglia v'erano in città che si dedicavano con amore all'escursionismo, l'una presso la Società *La Polenta* l'altra con ritrovo settimanale al Castel Vecchio e tutte e due con Berruto, Nasi, Lupo e Chiavero vennero ad ingrossare le nostre fila, vennero animati dai propositi migliori e solo allora andò delineandosi fortemente quel nucleo che doveva assicurare l'esistenza dell'Unione.

Nei primi tempi la vita nostra fu un rigoglio prodigioso. Novità della cosa e zelo di neofiti creò immediatamente uno stato molto artificiale *di floridezza*, una obesità che poteva spingerci ad azzardare troppo e che ci spinse realmente a cambiare locale triplicando la spesa d'affitto.

E frattanto le discussioni interne, quando si brancicava nell'incerto per trovare la strada migliore, assunsero un carattere acuto, parve degenerassero un momento, quando l'esito della prima gita sociale al Monte Ciabergia, cui convennero 100 partecipanti, tagliò corto nelle discussioni e ci disse che la via era stata trovata.

Ma tornati in calma bussava alla nostra porta la minaccia d'una disgregazione gravissima. I soci del momento disertavano in massa, l'esazione di L.1 per bimestre, fatta alla sede,

accumulava spaventosi arretrati, le spese d'affitto triplicate con impegno di 5 anni, le obbligazioni da rimborsare, un ammanco doloso di cassa, il ciclismo che prendeva una voga straordinaria, tutto aggravandosi rendeva il vivere nostro molto penoso, ed un momento dubitai che tanto lavoro, che tante care speranze cadessero miserevolmente.

Pure rimaneva piccolo, ma forte, un gruppo di eletti cui era lecito domandare qualunque sacrificio per l'Unione e questo gruppo era sempre quello simpaticissimo dei primi nostri e della *Polenta* rinforzato per virtù propria, deciso, fermamente deciso a vivere.

La gravità del momento io la conoscevo tutta. Anche fuori del Consiglio consultati i migliori ed i più decisi, trovai quella volontà che può ogni cosa ed allora scartato un progetto d'unione con un Circolo cittadino, ottenuta una riduzione sul prezzo d'affitto, vagliato senza pietose illusioni l'elenco inutilmente obeso dei Soci, davanti all'assemblea dissi tutta intera la verità nello stesso tempo affermando la mia fede sicura nell'avvenire dell'Unione.

Dichiarai dimessi un centinaio di soci, altri cento radiati d'ufficio e presentai un bilancio preventivo, che conservo ancora fra le mie memorie dolorose, basato sopra un numero di 130 soci ed avremmo dovuto essere 350.

Un funerale quella seduta, una notte che cadeva sul passato, ma dopo la quale avrebbe dovuto sorgere il sole che da quel momento brillò sempre sul nostro orizzonte.

Dichiarato altamente che preferivamo essere pochi ma convinti, alieni d'avere con noi chi sarebbe rimasto per compiacenza personale, prendemmo decisamente la nostra via e le sorti si rialzarono grado, grado, portandoci all'attuale stato di solida floridezza.

Oggi compiono dieci anni dal giorno in cui, pieno di fede, dichiaravo costituita l'Unione; oggi ancora onorato dalla fiducia dei miei consoci, nessuno più di me sente la profonda compiacenza dell'opera nostra e nessuno più di me è convinto dell'avvenire splendido riservato alla Società!

Quante diversità di vedute, sempre lealmente intese pel bene sociale, quanti compagni di lotta e di lavoro passarono in questo decennio e quanti amici rimangono ancora al loro posto,



*Gita UET Castello Malgrà di Rivarolo: 13*

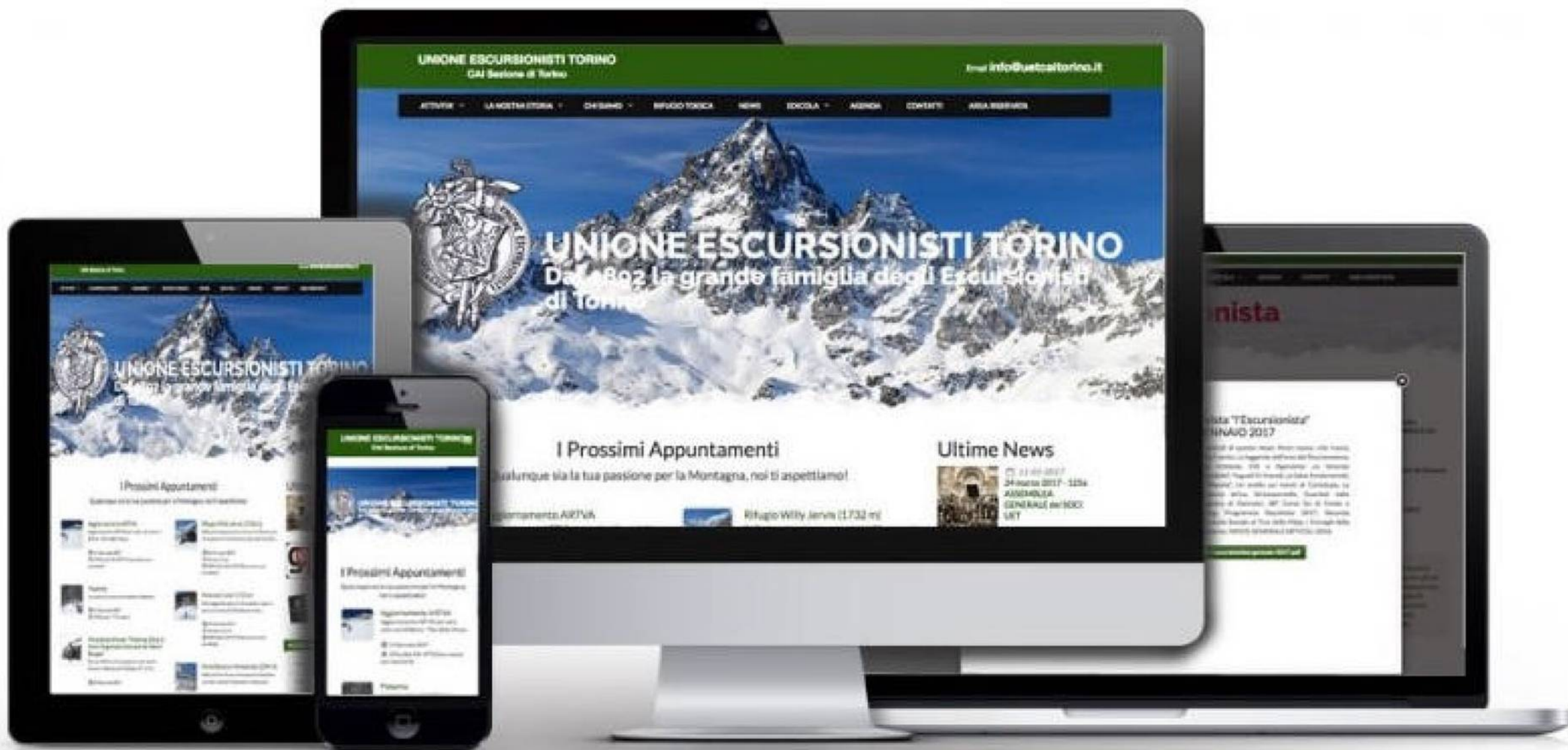
e frutto di tanta opera comune un risultato brillante.

Per lui in questa data lieta ed augurale, guardando fiduciosi all'avvenire, stringiamoci la mano noi che siamo rimasti, voi che siete venuti ad apportare energie nuove e giovani e tutti assieme mandiamo un saluto a chi non è più con noi, ma che ha voluto bene all'Unione.

**Silvestro Fiori**

*Tratto da "l'Escursionista" n°11  
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE  
ESCURSIONISTI DI TORINO  
del 24 ottobre 1902*





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

*Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!*

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

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

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

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

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

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

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

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

**l'Escursionista**

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

Luglio-Agosto 2022

seguici su



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