



l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Febbraio 2025

€ 0,00

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

Torignon

prima uscita del 44° corso di sci di fondo UET

La foresta dei violini dopo la tempesta Vaia
Gli abeti rossi di Paneveggio e il loro legno di risonanza

Orizzonte bianco
Sport e turismo invernale in Piemonte
dalle collezioni del Museomontagna

Una passeggiata in val Germanasca sino alla Rocca Galmout

I viaggi del nostro Marco Polo

La gita dei ragazzi
Domenica 8 maggio 1910

SOTTO
SEZIONI
E GRUPPI



segui su



Anno 13 – Numero 130/2024
Autorizzazione del Tribunale di Torino 18 del 12/07/2013





Le Universiadi ritornano a Torino



Sezione di Torino



Le Universiadi o, meglio “Universiade”, come fu battezzato l’evento alla sua nascita, proprio qui a Torino, nel lontano 1959, sono tornate in occasione della trentaduesima edizione, dal 13 al 23 gennaio 2025.

Quando questo Editoriale sarà pubblicato, le Universiadi saranno state chiuse da circa dieci giorni.

Quest’anno la manifestazione sportiva ha visto la partecipazione di circa 3000 giovani atleti provenienti da tutto il mondo. Alla base di questa grande competizione sportiva di migliaia di giovani studenti universitari c’è il connubio dei valori, da sempre espressi dallo sport, ossia la forza, il gioco di squadra e la perseveranza.

A questi valori si aggiungono quelli della storia e della conoscenza; valori questi che fino dalle origini dei Giochi sono stati alla base della sana e leale competizione sportiva.

Quest’anno, a Torino, la cerimonia di apertura dei trentaduesimi Giochi è stata incentrata sul legame tra Sport, Arte, Musica e Danza, al fine di celebrare l’unione e la fratellanza tra le nazioni.

Il motivo conduttore dello spettacolo di apertura è stato quello di mettere in evidenza la capacità dello sport di sapere offrire una opportunità unica di potersi distaccare dal mondo virtuale e digitale e dunque contrastare, soprattutto tra i più giovani la “dipendenza” dai telefonini.

Infatti, nella performance si narrava come il protagonista si renda conto che la sua libertà sta nel distruggere il telefono e facendolo ritornava bambino e riscopriva l’arte e la bellezza dello stare insieme.

L’evento Universiadi a Torino è stato anche un’occasione per mettere la città ed il suo territorio metropolitano al centro dell’attenzione internazionale; ma anche per rimettere in funzione e riutilizzare alcune strutture sportive importanti e costose, realizzate a Torino, in Val di Susa e Val Chisone per le Olimpiadi invernali del 2006 e rimaste inutilizzate per tanto tempo. Alcune di queste strutture, non più utilizzate dopo l’evento Olimpico, erano abbandonate e pertanto, deteriorate.

Presso le piste olimpiche del Centro fondo di Pragelato si sono svolte le gare di sci di fondo. Questa struttura, a differenza di altre, è stata sempre impiegata per manifestazioni sportive, come ad esempio le Universiadi del 2007, subito dopo le Olimpiadi invernali di Torino 2006. Nel nostro piccolo, anche il gruppo “fondo” dell’UET, nelle passate stagioni ha fatto delle uscite a Pragelato, percorrendo le piste olimpiche.



Sezione di Torino



Il Palavela di Torino ha visto, in questa occasione, lo svolgimento delle gare di pattinaggio di figura. Questa è stata la disciplina più partecipata dagli atleti provenienti da circa quaranta nazioni, dopo lo sci alpino.

A Bardonecchia si sono svolte le gare di sci acrobatico. Questa recente disciplina olimpica spettacolare, originata dallo sci alpino con l'aggiunta di salti e varie figure coreografiche, ha impegnato con le sue diverse specialità, le piste di Campo Smith e lo Snow Park di Melezet.

Il Palasport "Tazzoli", struttura per parecchio tempo in disuso, ha visto lo svolgimento delle gare di Curling, divenuto sport obbligatorio nel programma delle Universiadi, proprio a Torino nel 2007.

Quest'anno, per la prima volta alle Universiadi invernali, nelle discipline dello slalom gigante e del Super G, si sono cimentati anche gli atleti studenti paralimpici. Anche lo sci di fondo ha visto a Torino 2025 gareggiare per la prima volta sulle piste olimpiche di Pragelato, i migliori atleti studenti universitari paralimpici. Dunque, quest'anno, l'inclusività è stata un motivo di orgoglio per le Universiadi di Torino.

Gli impianti del ghiaccio di Torre Pellice e Pinerolo hanno visto disputarsi le gare di qualificazione di hockey; mentre nell'impianto di corso Tazzoli a Torino si sono disputate le semifinali e le finali di disciplina.

Dunque, ancora una volta lo Sport, e in questo caso quello non professionista, si dimostra essere occasione d'incontro di uomini e donne, studenti appartenenti a popoli, nazioni e culture diverse, accomunati dalla stessa passione e da valori, che da sempre sono alla base dello sport e della pacifica convivenza dei popoli; ossia la sana e leale competizione.

Beppe Previti
Reggente UET

JANUARY, 13-23, 2025

TORINO 2025

FISU WORLD UNIVERSITY GAMES WINTER

PIEMONTE LAND OF SPORT

See you in
TORINO 2025

ALPINE SKI, CROSS-COUNTRY SKI, FREESTYLE, SNOWBOARD, ICE HOCKEY, CURLING, BASKETBALL, FIGURE SKATING, BASKETBALL, HOCKEY, BIATLON, SKI ORIENTEERING, PARA ALPINE SKI, PARA ICE HOCKEY

TORINO PINEROLO SESTRIERE PRAGELATO TORRE PELLICE BARDONECCHIA

Under the patronage of: FISU, UET
Event held with the support of: Dipartimento per lo Sport, Regione Piemonte, Città di Torino, Torino Metropoli, CAIIPUS, CUSI, Centro Universitario Sportivo Torino





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 13 – Numero 130/2025
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

Condirettrice Editoriale
Laura Spagnolini

Direttore Responsabile
Roberto Mantovani

Relazioni con il CAI Sezione Torino
Francesco Bergamasco

Comitato di redazione: Laura Spagnolini, Luisella Carrus, Domenica Biolatto, Luciano Garrone, Ornella Isnardi, Giovanna Traversa, Piero Marchello, Franco Griffone, Walter Incerpi, Mauro Zanotto, Beppe Previti, Luigi Leardi, Maria Teresa Bragatto, Pier Mario Migliore, Gianluigi Pasqualetto, Enrico Volpiano, Vittorio Mortara

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, Alessandra Ravelli, Consolata Tizzani

Email : info@uetcaitorino.it
Sito Internet : www.uetcaitorino.it
Facebook : unione escursionisti torino
Facebook : l'Escursionista

Sommario Febbraio 2025

Editoriale – Riflessioni del Presidente	
Le Universiadi ritornano a Torino	02
Pistaaa! – La rubrica dello Sci di Fondo	
Torgnon, prima uscita del 44° corso di sci di fondo UET	05
Una giornata indimenticabile di sci di fondo a Flassin	08
Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare	
Un giorno di pioggia al museo della scuola	09
Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi	
I folletti di Cogne	13
Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis	
Serenata alpina	17
Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare	
Il Pane dell'Umbria	20
C'era una volta - Ricordi del nostro passato	
I pani della carità	24
la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna	
Orizzonte bianco	26
<i>Sport e turismo invernale in Piemonte dalle collezioni del Museomontagna</i>	
la Montagna scritta - la rubrica della Biblioteca Nazionale CAI	
Nuove acquisizioni, Henri Hogard	30
Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli	
Una passeggiata in val Germanasca sino alla Rocca Galmount	32
Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino	
La foresta dei violini dopo la tempesta Vaia 35	35
<i>Gli abeti rossi di Paneveggio e il loro legno di risonanza</i>	
Il medico risponde - Le domande e le risposte sulla nostra salute	
Menopausa cos'è e come affrontarla	40
Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici	
Strizzacervello	43
Prossimi passi - Calendario delle attività UET	
Febbraio febbraio, corto e maledetto	50
Reportage – Ai confini del mondo	
Mauritania	52
<i>Appunti di viaggio</i>	
Color seppia - Cartoline dal nostro passato	
La gita dei ragazzi	54
Domenica 8 maggio 1910	
Ricordando – Le persone a cui abbiamo voluto bene	
A ricordo di Emilio Cardellino	57

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

Torgnon, prima uscita del 44° corso di sci di fondo UET

C'è sempre un po' di ansia e trepidazione quando si vede avvicinarsi la data della prima uscita del corso di fondo. E' un po' come si dovesse superare un esame che ha visto la preparazione nei mesi antecedenti, o una verifica sui risultati di un, possiamo dirlo, faticoso lavoro di pianificazione che coinvolge soci vecchi e nuovi del gruppo degli accompagnatori.

La presenza di esuberanti energie giovani, Chiara, e la nuova direzione impressa da Andrea, pur con il contributo di seniores dal pelo ormai bianco, parevano aver dato nuovo slancio ad una attività che nelle stagioni passate era stata fortemente penalizzata da un andamento climatico senza precipitazioni che aveva costretto gli organizzatori ad una oculata ricerca di località ove le condizioni di innevamento permettessero di svolgere le lezioni con la maestra.

E infatti il numero delle richieste di iscrizione al corso aveva superato speranze che nessuno osava esprimere, portando al completamento di tre classi di allievi.



E pure di allievi giovani, segnale di una prospettiva di rinnovamento anche all'interno del gruppo dei frequentatori abituali.

Ma se da un lato questa insperata affluenza di iscritti portava senso di ottimismo, dall'altra metteva un po' in crisi la pianificazione dei trasporti.

Avendo per evidenti necessità di contenimento dei costi proseguito con la politica della condivisione del bus con il gruppo Alfa, considerando i nuovi allievi, il gruppo degli accompagnatori e i fedelissimi che avevano sottoscritto abbonamento per il trasporto, di posti per altri aggregati non ne restavano più. E qui lo spiacevole onere di dover dire ad alcuni soci che si erano iscritti che per loro non c'era più posto.

Sì, ma per andare dove?

I giorni precedenti all'uscita sono stati impiegati in una ansiosa ricerca di una stazione idonea al corso, possibilmente non troppo lontana.





Scartata all'ultimo l'ipotesi Monginevro per motivi di logistica col pullman, alla fine si è scelto Torgnon, consapevoli che la località avrebbe potuto presentare scarso innevamento per coloro che avessero voluto spingersi sulle piste fino all'oratorio di Gilliarey per godere di una superba vista sul Cervino. E' ancora notte quando 60 partecipanti tra Alfa e UET si muovono col pullman dal Maffei sull'autostrada per la Valle d'Aosta, attraversando una pianura bianca di brina, per poi entrare insieme ai primi raggi di sole tra montagne ove l'unico colore è il marrone della vegetazione in abito invernale.

La giornata si prospetta con bel tempo, forse anche troppo bello, soprattutto troppo bello da troppo tempo.

Salendo verso Torgnon si inizia a intravedere qualche prato coperto di neve, finchè giunti al parcheggio di Plan Prorion le ansie si stemperano alla vista di una copertura nevosa che sembra comunque garantire la possibilità di passare una discreta giornata sugli sci.

La temperatura è polare, il gruppo prende i suoi attrezzi e si avvia verso il centro fondo che è poco sopra con la prospettiva di iniziare la giornata con qualcosa di dolce a colazione.

Il termometro fuori dal centro fondo segna -9, il freddo si fa sentire.

Dopo colazione e operazioni varie di sistemazione si va a provare la neve. Gli abeti intorno si mostrano con i rami imbiancati da un po' di neve, segno di una leggera precipitazione nei giorni precedenti non ancora trasformata da temperature alte.

E sotto gli sci la neve si rivela in ottime condizioni: non tanta, ma fredda, farinosa, compatta e bella scivolosa. Non si sperava davvero tanto, viste le premesse.

L'organizzazione del corso si mette in moto, gli accompagnatori prendono sotto la loro custodia gli allievi che hanno lezione nelle ore più tarde, un gruppo si incammina sulla pista che porta all'oratorio, sperando che le condizioni della neve abbiano consentito una battitura fino al termine del tracciato.

E ci riusciranno ad arrivare, portandosi dietro, nonostante la fatica nel superare il significativo dislivello, il ricordo di una splendida vista sul Cervino, immortalata da innumerevoli fotografie che genereranno un po' di gelosia da parte di chi non ha potuto fare altrettanto.

Tutto il gruppo riuscirà ad arrivare, salvo Luisella che rientrerà alla base piuttosto

alterata a causa del distacco della suola di una scarpetta che, oltre ad avergli impedito di terminare la salita, l'ha costretta a diverse acrobazie per poter percorrere la pista a ritroso.

E intanto gli allievi girano per la pista, ora con la maestra ora con gli accompagnatori, sotto il cielo azzurro, ma con l'aria fredda che nelle zone in ombra fa sentire tutto il suo soffio gelido.

Il freddo, appena il sole già nel primo pomeriggio tende a celarsi dietro la montagna, aumenta la propria morsa e spinge gran parte dei partecipanti, ormai soddisfatti dalla giornata, a ritirarsi al centro fondo dove poter mangiare qualcosa di succulento o bersi una buona birra.

Col termine dell'ultima lezione tutto il gruppo si raccoglie al bus, pronti per ripartire.

Una bella giornata, neve tutto sommato valida come qualità, anche se non abbondante, giornata tersa e serena, panorama da cartolina anche per coloro che non sono riusciti a vedere il Cervino, nessun problema di rilievo, partecipanti soddisfatti.



Per gli amanti delle statistiche: eravamo in 60, 44 dell'UET, di cui 19 iscritti al corso, 15 aggregati dell'Alfa, 1 maestra. Tutti pronti per la prossima uscita.

Enrico Volpiano



Una giornata indimenticabile di sci di fondo a Flassin

La giornata del 26 gennaio 2025 sarà difficile da dimenticare per i soci della sezione UET del Club Alpino Italiano. Il pullman, carico di entusiasmo e di ben cinquanta partecipanti, è arrivato puntuale alle 9:30 al centro fondo di Flassin, in Valle d'Aosta, una delle mete preferite dagli appassionati dello sci di fondo.

Tre anelli, perfettamente battuti sia per lo stile alternato che per lo skating, si sviluppano su una lunghezza totale di 18 chilometri, con tratti variabili in radura e in splendide foreste di abeti; le otto piste disegnano anelli di varia difficoltà, offrendo allo sciatore tracciati variegati.

Ad accoglierci, abbiamo trovato un paesaggio da cartolina: cielo terso, sole splendente e una neve farinosa e morbida, perfetta per ogni livello di sciatore.

Dopo una colazione rigenerante, è stata la volta delle lezioni di sci di fondo con la maestra Francesca, che ha diviso i partecipanti in gruppi per livello: principianti, intermedi e avanzati. Con pazienza e competenza, Francesca ha trasmesso i segreti di questo sport, rendendo l'esperienza accessibile e coinvolgente per tutti.

Nel frattempo, il resto del gruppo si è distribuito sui vari percorsi. Beppe e Luigi hanno accompagnato alcuni soci lungo gli anelli attorno al centro fondo, ideali per chi cercava un ritmo rilassato e panorami mozzafiato. Andrea, invece, ha guidato i più temerari sulle piste nere che serpeggiano nel bosco, regalando momenti di adrenalina pura. Enrico, con la sua energia contagiosa, ha esplorato gli anelli blu e condotto un piccolo gruppo fino alla pista rossa che porta a Etroubles, una sfida appagante per gambe e spirito.

Il tempo è volato tra sciare, risate e racconti. Alle 16:20, con qualche rimpianto ma il cuore pieno di soddisfazione, ci siamo ritrovati tutti sul pullman per il rientro. A bordo, l'atmosfera è stata resa ancora più festosa da un brindisi con vini locali e una generosa dose di panettone, a suggellare la conclusione di una giornata perfetta.

Flassin ci ha regalato non solo splendidi momenti di sport, ma anche la gioia di stare insieme e condividere la passione per la montagna. Un grazie di cuore agli organizzatori e ai compagni di avventura: appuntamento alla prossima uscita, con lo stesso entusiasmo e, speriamo, la stessa neve da sogno!



Elena Romanello

Un giorno di pioggia al museo della scuola

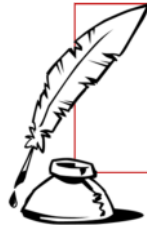
Un viaggio inaspettato

L'inizio della giornata non fu dei migliori: pioggerella fastidiosa e traffico intenso. L'uscita al museo con metropolitana annessa sembrava essere partita un po' così... Attraversammo la porta del museo senza pensarci troppo, tutti in fila, ma questa volta fu diverso.

Non appena la passammo, ci trovammo di fronte a un ambiente strano: le lampade a neon erano scomparse, sostituite dalla fioca luce di quelle a petrolio. Le pareti erano spoglie coperte da cartelloni con alfabeti scritti a mano e semplici illustrazioni.

Una stretta e buia scala in legno ci condusse verso un ambiente dove i banchi erano in legno grezzo, con i calamai e le penne a punta di metallo, e dalla finestra entrava l'aria fredda dell'inverno torinese; l'aula ci accoglieva in tutto il suo gelo: una minuscola stufa a legna era posizionata accanto ad una cattedra piccola e molto lucida. Era come se fossimo stati catapultati indietro nel tempo.

Mentre ci guardavamo intorno con stupore, una figura entrò nella stanza: era un uomo alto, con un completo scuro e una espressione severa scolpita sul volto; portava con sé un registro e una bacchetta di legno. "Buongiorno, ragazzi", disse con una voce



Penna e calamaio *Racconti per chi sa ascoltare*

ferma "Prego entrate, occupate i banchi in silenzio, non tollero le chiacchiere inutili!"

Tutti restammo immobili. Non eravamo più di sicuro nostro nel mondo moderno, ma studenti di una scuola del passato, con le sue regole rigide e il suo maestro inflessibile.

La lezione inizia

"Sedetevi" il maestro ordinò, indicando i banchi. Ci sistemammo, cercando di fare meno rumore possibile. Il legno del pavimento scricchiolava sotto i nostri piedi e il silenzio era così assordante che si potevano sentire i nostri respiri.

"Bene. Ora vedremo chi di voi è degno di essere chiamato studente modello. Scrivete il vostro nome e cognome" disse, distribuendo fogli ingialliti. Alcuni di noi guardarono i calamai con diffidenza: a cosa servivano e come si usava quella strana penna? Una mia compagna tentò di usarla e si sporcò subito le dita d'inchiostro, ma abbassò lo sguardo per evitare di attirare l'attenzione del maestro. Il suo passo rimbombava sul pavimento mentre camminava tra i banchi. Ogni tanto si fermava,





scrutava ciò che stavamo scrivendo commentando ad alta voce: "Scriva diritto! La calligrafia è lo specchio dell'anima!"

Un compagno dietro di me si mise a ridacchiare piano, il maestro si voltò di scatto. "Lei! Venga qui!" La sua voce era tagliente come una lama, e lui si alzò esitante, con le guance rosse di vergogna.

"Impari ad ascoltare senza fare il buffone! Qui siamo in una scuola seria, nel Regno del 1881! Ora torni al suo posto e non si faccia più sentire, d'accordo?"

Un bagliore di consapevolezza

Man mano che la lezione proseguiva, iniziavamo a sentirci più a nostro agio: era come se quella disciplina e quel rigore ci avesse trasportati in una realtà sempre solo vista ed immaginata nei libri di storia. Il maestro ci parlava della Torino di fine Ottocento, di un'Italia appena unita, e della vita difficile di chi frequentava la scuola in quei tempi.

Verso la fine, la sua voce si ammorbidì. "Capite, ragazzi, come sia preziosa l'istruzione? E' un privilegio raro, tanti ragazzi della vostra età ora stanno lavorando nei campi oppure sono dietro il banco di qualche bottega a vendere alimentari. Voi siete

fortunati a frequentarla e avere questa grande opportunità di ampliare la vostra conoscenza. Ma dovete impegnarvi! Questo per voi sarà un duro anno di prova e alla fine vedremo chi sarà degno della promozione! Qualcuno potrebbe essere rimandato o peggio ancora bocciato ed i vostri genitori non spenderanno altro prezioso tempo per farvi continuare, ma preferiranno avervi come lavoratori"

Ci guardammo l'un l'altro. Per quanto spaventoso fosse stato l'inizio, quello strano maestro ci comunicò, attraverso il tempo, qualcosa di importante: la scuola non è luogo dove sostare senza troppo impegno, ma un luogo dove crescere e costruire e il futuro.

Il ritorno al presente

Quando uscimmo dalla porta di quella classe, il mondo moderno ci accolse di nuovo. Il museo era come prima, con le luci e le voci di altri visitatori. Ma qualcosa dentro di noi era cambiato.

Guardammo i nostri insegnanti con occhi diversi, riconoscenti per il lavoro quotidiano e il loro amore per noi.

Michela Fassina



l'ultimo libro di Michela Fassina...

Michela Fassina è nata a Torino, città presso la quale ha conseguito una laurea in Scienze Biologiche.

Vive a Grugliasco e insegna da più di 16 anni in questa cittadina di provincia, dopo un'esperienza lavorativa come biologo presso una ditta di diagnostici in Torino.

Da sempre amante della montagna dove si rifugia, in un piccolo paesino della Val Germanasca, appena può con la propria famiglia.

Qui nel silenzio e nel verde tra passeggiate e sciate, sono nati la maggior parte dei racconti presenti in questa raccolta.

Questo libro è il concretizzarsi di un sogno sempre rincorso.

Caro lettore, quante volte hai ascoltato un racconto?

Da piccolo, da grande, intenzionalmente o per caso, durante un viaggio in treno, alla radio, da un amico, da un nonno, dalla tua mamma.

Forse l'avrai trovato curioso, triste, pauroso o comico; avrà comunque suscitato emozioni.

La vita è emozionarsi.

Spero che questi racconti possano emozionarti e che tu, dopo avere letto il primo, possa essere incuriosito fino alla fine, divorandone uno dopo l'altro, come ciliegie.



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



*Il rifugio riapre in primavera.
Vi aspettiamo!*



I folletti di Cogne



Il cantastorie *Fiabe, saghe e leggende delle Alpi*

I "manteillon" imperversavano in tutta la valle di Cogne e si spostavano a volo con incredibile rapidità da un punto all'altro, agitando nell'aria come ali i neri mantelli da cui prendevano il nome, che li rendevano simili a enormi pipistrelli.

Di giorno in giorno parevano farsi più audaci e impertinenti. Non passava sera, si poteva dire, senza che qualche casa fosse bersaglio dei loro tiri birboni; ed un senso di inquietudine si era diffuso tra i montanari, che si sentivano più che mai impotenti e indifesi nei confronti di quegli inaffenabili avversari.

Dal calar delle tenebre allo scoccare dell'amezzanotte, quando, ubbidendo ad una loro inflessibile legge, i manteillon dovevano ritirarsi, la gente si domandava ansiosa se fossero nei pressi, in attesa del momento opportuno per scatenarsi.

Imprevedibili sempre, ora erano all'una, ora all'altra estremità del paese; e non era detto che, se una sera visitavano una stalla, non vi tornassero anche l'indomani.

Qualcuno asseriva di avere scorto il ghigno beffardo di un folletto appostato a spiare dietro i vetri di una finestra, qualche altro raccontava di essere riuscito a intravedere, al baluginare di un raggio di luna, la sua sagoma informe, avvolta nel manto svolazzante in cui nascondeva il corpo sgraziato.

Perché i manteillon erano privi di gambe; ma le braccia le avevano, e come!

E se accadeva che un soffio improvviso spegnesse la fiamma della lanterna durante una veglia serale in una stalla, eccoli pronti ad usarle, per ribaltare la panca su cui qualche donna tranquillamente filava o strappare le coperte di dosso ad un bambino addormentato.

Folate d'aria gelida passavano sul viso, mentre volavano schiaffi e pizzicotti, tra gridi rochi e strani mugolii.

Quando il lume veniva riacceso, immancabilmente qualche uomo si accarezzava con una smorfia un baffo indolenzito e qualche fanciulla, accarezzata da una mano impertinente, aveva sul volto una vampa di rossore.

Neanche le bestie lasciavano tranquille.

I muli scalpitavano irrequieti, sgroppando, quasi a scrollarsi di dosso un fastidioso basto, e le mucche lanciavano lamentosi muggiti, come punzecchiate da un pungolo, mentre i polli, disturbati nel sonno, chiocciavano rissosi sulle loro grucce, sbattendo indispettiti le ali.

Dalla tavola apparecchiata erano scomparsi i bocconi più buoni, e spesso il vino era stato dispettosamente rovesciato.

Loro, gli insopportabili manteillon, dalla stalla se ne erano andati; ma indugiavano magari nell'aia, battendo le mani chiassosi, lanciando una gragnola di sassolini contro la porta o sparpagliando le fascine ammucciate nella legnaia.

Nessuno avrebbe osato uscire nelle tenebre ad inseguirli, perché ribellarsi ai loro dispetti poteva costare assai caro.

Si era vista la vendetta dei folletti nella morte di un uomo del villaggio di Molina, trovato un mattino sgozzato sotto un ponte, ed in quella di un giovane di Crétaz, precipitato da un dirupo: dovevano aver cercato di strappare a un manteillon il mantello o di assestargli un colpo di bastone.

Quei fatti avevano suscitato tra i cognensi un incredibile sgomento, e li avevano spinti a ricorrere al curato, che una sera si trovò davanti una delegazione di parrochiani, ben decisi a ottenere il suo intervento.

<<Che volete che faccia?>>, domandò turbato. <<Si trattasse di diavoli, qualche esorcismo, magari, lo potrei tentare. Ma con i manteillon...>>

<<Avete un mucchio di libri, sapete il latinorum. Deve pure esserci, tra le vostre carte, qualcosa che faccia al caso nostro.>>

Per finire, dopo avere elencato le più recenti bravate dei folletti, riuscirono a strappargli la promessa che si sarebbe messo a cercare.

Mantenne la parola, e si diede a sfogliare ogni volume lasciato dai suoi predecessori, registro o messale che fosse.



Leggeva e pregava; e gli accadeva a volte di lasciarsi sorprendere dal sonno sulle pagine ingiallite di qualche antico testo. Ma, accanto a lui, il lume continuava ad ardere; e i parrochiani, scorgendo il diffuso chiarore, anche se i manteillon continuavano ad imperversare, si sentivano sollevati al pensiero che il vecchio curato avesse loro dichiarato guerra.

Una domenica, finalmente, venne dal pulpito l'annuncio tanto atteso: da quella stessa sera, con l'aiuto di Dio, gli scatenati folletti non avrebbero più tormentato nessuno, perché impegnati, tra i ghiacci del Monte Bianco, ad intrecciare funi con la sabbia nei secoli dei secoli.

E, se ancora nella vallata ci fossero stati furti e anche qualcosa di peggio, responsabili certo non ne sarebbero più stati loro.

I montanari dal semplice cuore si rallegrarono a quelle parole. E le intesero indubbiamente anche i manteillon: tant'è che nessuno di loro si aggirò più da quel giorno nell'oscurità, le veglie nelle tiepide stalle trascorsero serene, e gli amanti della notte ricominciarono ad uscire tranquilli.

Ma, da quel tempo, più o meno, dal ponte di Crétaz al bosco di Valnontey, i nottambuli incominciarono ad incontrare sulla loro strada uno strano *derbé*, che all'apparenza in nulla era diverso dagli altri giovani abeti; ma, non avendo radici, poteva spostarsi da un luogo all'altro, slittando silenzioso sul suolo.

Innocuo ma ostinato, si affiancava ai viandanti o li seguiva da presso, come un'ombra.

Se affrettavano il passo, scivolava più rapido sul terreno; se si fermavano, si immobilizzava,

pronto però a riprendere dietro di loro il cammino, con instancabile costanza.

Non faceva del male a nessuno, pareva anzi quasi offrirsi come scorta ai meno coraggiosi; ma era sempre tra i piedi a spiare piccoli e grandi segreti, a cogliere nell'aria malignità e pettegolezzi.

Fermo davanti all'osteria, sembrava contare anche i bicchieri di vino che ciascun avventore trangugiava; e sorvegliava i baci furtivi che gli innamorati strappavano alla notte.

Non c'era verso di toglierselo di torno. Quando si metteva a tallonare qualcuno, gli restava appiccicato come la coscienza.

Ma, come quella, era scomodo, talvolta. Così che, una notte, qualcuno, infastidito, gli sparò addosso un colpo di fucile.

Con un gemito, Il *derbé* si ritrasse rapido nell'ombra, e le sue tracce si persero nel buio.

L'indomani, chi casualmente si recò in parrocchia, trovò il curato a letto, con una gamba fasciata.

Mauro Zanotto



La frase finale riporta alle leggende del prete-mago che qui si impegna positivamente ad aiutare i suoi parrocchiani e il Monte Bianco si conferma nel racconto luogo di confino delle forze del male.

Usano un mezzo di locomozione analogo a quello dei manteillon i tarluieres altoatesini, che si divertono a scagliare fulmini, concordando dall'alto di uno sperone la zona di pertinenza di ciascuno, per raccontarsi l'un l'altro, dopo la tempesta, le prodezze compiute.

Il magico manto che li sorregge nel volo si chiama .

I manteillon hanno caratteri soltanto negativi, come tanti spiritelli alpini, tra cui gli incubi che, sedendosi sul petto di chi dorme, gli tolgono il respiro, procurandogli angoscianti sogni.

Ma il mondo dei folletti - i quali derivano genericamente il nome da fol, che significa ad un tempo soffio d'aria, mulinello di vento e spiritello, e per lo più si presentano accomunati nell'anonimato di un gruppo - è assai variegato.

Ce ne sono di sconvenienti e bizzarri, di collerici e chiassosi, di imbrogliatori e vendicativi, di impertinenti e permalosi, ma anche di servizievoli e gentili. Né manca una folta schiera di aiutanti domestici infaticabili e ingegnosi, che si prestano ad alleviare le fatiche della casa e dei campi, tanto che qualcuno appare a volte il sostituto dell'antico genius loci.

I rurel della valle del Brenta presenziano invisibili alla mungitura e calmano gli animali irrequieti; i servan burloni delle vallate piemontesi, allattati da una scodella di panna, non solo falciano l'erba, ma lavano il bucato, filano, fanno calze, e con riti magici chiamano la pioggia nei periodi di siccità prolungata.

Helghe e Petter, insieme al cane, Ove, sono i protagonisti di un'avventura fantastica vissuta in uno dei fiordi più suggestivi e selvaggi della Lapponia norvegese.

I due ragazzi, compagni di scuola e amici inseparabili, vivono nel villaggio di Langfiordenes.

Petter viene a sapere dal nonno Knut dell'esistenza di una magica collana di denti d'orso bianco nascosta in un'isoletta nel fiordo Langfjorden: chi la indossa può dialogare con tutti gli animali.

Il ragazzo decide di andarla a cercare insieme alla sua amica. Dopo varie vicissitudini per procurarsi una barca iniziano il viaggio di nascosto dai genitori.

Una burrasca li sorprende mentre cercano l'isoletta e da quel momento inizia una serie di avventure inimmaginabili, superate grazie all'aiuto di un giovane capodoglio dal nome Rebol.

Una foca, dei granchi giganti e i vari uccelli marini presenti a quelle latitudini, daranno vita a tutti gli avvenimenti che i due ragazzi avranno, immersi in una natura selvaggia, tra scogli appuntiti e un mare ostile e pericoloso.

Quanto vissuto e scoperto aumenterà in Petter il grande amore che lui nutriva già per tutti gli animali della sua terra.

Sergio Vigna, nato a Torino nel 1945, vive a S. Bernardino di Trana e dal 1999 scrive favole, racconti e romanzi.

Ha composto il testo di una rappresentazione per ragazzi e da un suo romanzo è stato tratto un adattamento teatrale.

Ha vinto alcuni premi letterari tra cui nel 2017 il nazionale di arti letterarie "Metropoli di Torino" con il libro Trabant 89 (ArabaFenice 2015).

Inoltre ha pubblicato Prodigio a piè dell'Alpi (Lazzaretti editore 2007), La lunga strada (ArabaFenice 2012), Damasco rosso (ArabaFenice 2018), Il Tesoro di Ubar (Echos edizioni 2020) e Ad anira (ArabaFenice 2023).



l'ultimo romanzo di Sergio Vigna...



Serenata alpina

*Senti che vento, che tira stasera,
l'è 'na bufera che vien da Milan.
Ciapa su la covertela
porta la bela sul paion.*

*Senti che acqua, che vien so stanote,
tuli la dote e scapa co' mi.
Se to pare l'è imbrigo,
tuli anca 'l mago dal casson.*

*Varda la luna, che vien su dal bosco,
mi te cognosco te sì la Mari.
Per un baso forestiero,
te fè busiero to popà.*

Canto tradizionale veneto. Parole e musica di Bepi De Marzi.

Racconta in tre quadri la voglia del moroso di portare via la sua bella lontano dal padre, assieme alla dote e al fagotto dei risparmi tenuto sottochiave nella cassapanca (*tuli anca 'l mago dal casson*).

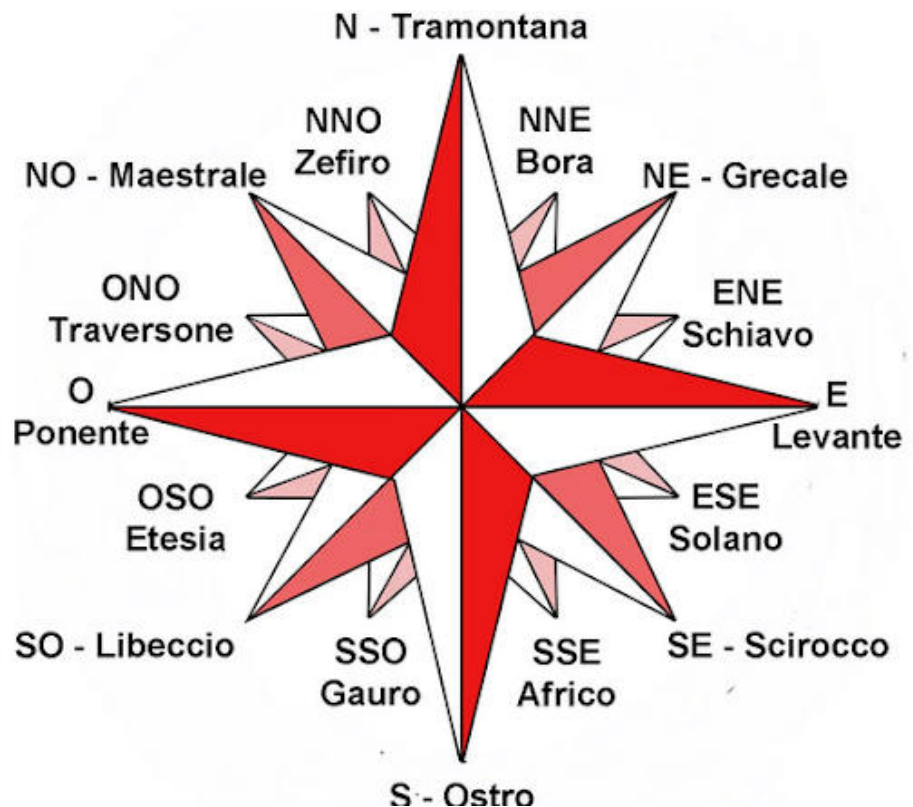


Vento, il significato

Il vento è il movimento di una massa d'aria atmosferica da un'area con alta pressione (anticiclonica) ad una di bassa pressione (ciclonica).

Ci sono ben otto venti che soffiano in Italia, e questi cambiano nome a seconda della direzione da cui provengono. Le loro etimologie sono svariate, qui elenchiamo le principali.

TRAMONTANA: soffia da Nord. Etimologia incerta, forse deriva da una locuzione latina (intra montes o trans montes, ovvero al di là dei monti), o dal paese di Tramonti (vicino ad Amalfi, i paesani costruttori delle prime bussole utilizzate in occidente), o considerando il punto originale della Rosa (isola di Zante, in Grecia),





Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=EsIF3eAhWgc>

("I CRODAIOLI" in Serenata alpina)

indicherebbe i monti dell'Albania e del Nord della Grecia.

GRECALE (o Greco, Bora): viene dai settori Nordorientali, e dal punto originale della Rosa dei Venti, la Grecia.

LEVANTE (Oriente, o Euro): soffia dai quadranti Orientali, sopraggiunge dal punto da cui ha origine, l'Est.

SCIROCCO (Garbino umido): arriva da Sud-Est. Appellativo dalla Siria, ossia da dove proviene.

MEZZOGIORNO (Ostro): sopraggiunge dalle zone Meridionali. Deriva dall'emisfero Australe da dove proviene (riferito al termine Ostro). E' anche detto "Noto", dal nome di un personaggio mitologico.

LIBECCIO: giunge dai Sudovest. Si ritiene provenga dall'arabo "Lebeg" che significa portatore di pioggia. Viene chiamato anche Garbino sulle coste del Veneto, Emilia Romagna, Marche e Abruzzo.

PONENTE (od Occidente, Zefiro o Espero): arriva da Occidente. Il suo appellativo deriva da dove ha origine.

MAESTRALE: spira da Nordovest. Varie possibilità di etimologia, o perchè spira direttamente su Roma (Magistra mundi), o anche Venezia (la via maestra dal porto di origine), oppure perchè è il "principale di tutte le correnti, il maestro della navigazione".

Rosa dei venti

La rosa dei venti è un particolare disegno (un diagramma, per la precisione) che indica in modo schematico da dove provengono i venti di una determinata regione. La rosa dei venti più semplice ha quattro punte, che indicano i quattro punti cardinali: Nord, Sud, Est e Ovest.

Valter Incerpi



*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.*

Se in montagna vai
adagio,
allegro,
forte,
fortissimo

canta
con noi!



segui ci su



Vieni alle nostre prove tutti i martedì dalle 21,00

nei locali della parrocchia Santa Maria Goretti in via Actis 28, Torino

Per informazioni chiama 349 7850048 o scrivi a info@coro-edelweiss.it

Il Pane dell'Umbria

*Amici de "Il Mestolo d'oro"... ben ritrovati!
Eccoci arrivati questo mese in Umbria, come sempre con l'intenzione di scoprire la tipicità dei pani che in questa terra hanno sfamato intere generazioni di famiglie.*

Un pane che in questa regione ha raccolto una molteplicità di ingredienti e sapori, come ad esempio le noci, i formaggi, lo strutto, addirittura il mosto d'uva.

Il pane dell'Umbria ha infatti un'antichissima tradizione. Sin dalle primissime ore del mattino le stradine di Perugia, Terni, Spoleto, Assisi, Foligno, Todi, Bastia, Foligno, Orvieto vengono invase dal profumo di filoncini e dei tanti prodotti da forno che qui vengono prodotti.

Il pane delle Marche da sempre associato a quello senza sale, annovera in realtà numerose tipologie diverse di pane che si caratterizza per la qualità degli ingredienti e i tanti metodi di lavorazione dei "fornai artigiani" di questa regione.

Andiamo quindi a scoprire insieme tre pani clamorosamente buoni e caratteristici di questa terra per i sapori e gli ingredienti che raccolgono.

Il Pane di Strettura

Strettura è un paesino sui monti dello Spoleтино, dove si produce un pane ormai famoso per essere quanto mai simile a quello di una volta.

Le ragioni sono molteplici: l'acqua purissima delle sorgenti, le vecchie varietà di cereali, nonché per la lavorazione completamente manuale.

Al lievito, conservato dalla panificazione precedente, si aggiunge acqua tiepida appena salata e farina per formare una pagnotta, sulla cui superficie si traccia una croce, non solo come segno di devozione, ma anche indice di lievitazione.

Questo pane viene messo a lievitare per una intera notte.

Il mattino seguente, l'impasto deve essere rinfrescato, aggiungendovi ancora acqua tiepida e farina, fino ad avere la giusta

Il mestolo d'oro Ricette della tradizione popolare



consistenza e viene lavorato a mano, fin quando risulti liscio ed omogeneo.

Si lascia lievitare ancora per alcune ore e poi si mette nel forno, per una cottura con fuoco di legna.

INGREDIENTI

- farina di grano tenero 500gr
- acqua 300gr
- lievito naturale 5gr
- lievito di birra 5gr
- sale 9 gr

PREPARAZIONE

Il lievito, conservato dalla panificazione precedente, viene sciolto in acqua tiepida leggermente salata.

Quando è ben sciolto si aggiunge la farina tanta quanto basta per formare una pagnottella che si lascia lievitare dopo averla segnata a croce, per tutta la notte.



Il pane di Strettura

Il mattino successivo il lievito cos' rinfrescato viene sciolto di nuovo nell'acqua tiepida e si incorpora la quantità di farina prevista per la panificazione.

Si lavora a lungo l'impasto fino a raggiungere la giusta consistenza. Si lascia lievitare per diverse ore, poi si formano i classici "filoni" che, completata la seconda alzata, vengono cotti nel forno a legna di macchia mediterranea.

Conservazione: il prodotto fresco va conservato in ambiente fresco e asciutto per 1 o 2 giorni.

Pane di Terni

Il pane di Terni ha rappresentato il nutrimento per gli uomini comuni, dai contadini agli operai, da quelli che nelle bettole, mentre si spillava il vino, tra una chiacchiera e l'altra lo "spizzicavano" insieme a qualche ghiottoneria, fino a quegli altri che nei vecchi frantoi, altro luogo di ritrovo, lo degustavano immancabilmente insieme all'olio nuovo.

Ancora oggi il pane di Terni, e quelli di alcuni paesi del suo comprensorio come Strettura, Montebibico, Stroncone, Lugnola e altri, è

ricosciuto come una prelibatezza e un prodotto di alta qualità, che si fa ricondurre alla leggerezza delle acque del territorio e alla bravura dei suoi panificatori, tanto da essere consumato non soltanto in Umbria ma in tutta Italia. Una delizia per il palato e un prodotto che racchiude in sé la storia di un territorio.

INGREDIENTI

- 800 g farina di grano tenero
- 200 g lievito naturale
- 440 g d'acqua minerale a temperatura ambiente
- 8 g di lievito di birra fresco
- Un pizzico di sale
- Tritello di frumento

PREPARAZIONE

Impastiamo la farina con una parte d'acqua fino a che non otteniamo un composto granuloso e umido e lasciamo riposare per almeno 30 minuti.

Dopodiché aggiungiamo il sale, l'acqua rimasta e il lievito di birra continuando ad amalgamare il tutto.



Il pane di Terni

Il risultato è una massa omogenea e liscia che necessita di un tempo di fermentazione che varia dalle 2 alle 4 ore.

Dopo aver impastato a mano nuovamente, formiamo delle pagnotte di circa 800 gr ciascuna che spolveriamo con il tritello di frumento e copriamo con un panno.

Inforniamo tutto a 220 gradi circa e lasciamo cuocere fino doratura.

Pan Caciato di San Martino (pan nociato)

Il Pan Caciato di San Martino, una ricetta tipica umbra che viene preparata in occasione della festa di San Martino 11 novembre.

La particolarità del Pan Caciato è quella che nell'impasto oltre all'uvetta e alle noci vengono aggiunti dadini di formaggio pecorino che conferisce un sapore unico... questo pane ha origini antiche e le massaie in occasione della festività aggiungevano al pane questi ingredienti che trovavano in casa, le noci perché era la fine della raccolta e l'uvetta messa ad appassire per fare il vin santo e il cacio per dare un tocco di salinità alla preparazione.

INGREDIENTI

- Farina 0 350 g
- Farina Manitoba 150 g
- Lievito di birra fresco 20 g
- acqua tiepida 220/250 ml
- Sale fino 10 g
- Olio di oliva 25 g
- Uvetta sultanina 250 g
- Noci 100 g
- Pecorino 25 g

PREPARAZIONE

Mettete l'uvetta a bagno nell'acqua tiepida lasciatela per 10/15 minuti poi scolate l'acqua ed asciugate con un canovaccio l'uvetta.

Tagliate a dadini il pecorino e spezzettate le noci.

In una ciotola mettete 1/3 dell'acqua tiepida ed aggiungete il lievito di birra fresco, girate bene in modo da farlo sciogliere bene.

Setacciate le farine nella planetaria, aggiungete il sale e parte dello lievito sciolto, azionate l'apparecchio aggiungete tutto il lievito e quando è amalgamato aggiungete la restante acqua e l'olio di oliva.

Se vedete che il composto risulta troppo denso aggiungete poca acqua tiepida.

Quando avete un composto liscio ed omogeneo, trasferitelo sulla spianatoia leggermente infarinata, lavorate ancora un po' il composto, allargatelo e mettete al centro l'uvetta, le noci e il pecorino ed amalgamateli bene al composto.

Quando avete un composto omogeneo, formate una palla e lasciatela lievitare per 15 minuti in una ciotola coperta con un canovaccio.

Trascorsi i 15 minuti prendete il composto, pesatelo e dividetelo in 9 parti dello stesso peso.

Fate una pallina per ogni pezzo di impasto.

Rivestite con carta forno la leccarda del forno, prendete tre palline di impasto e mettetele vicine tra loro e trasferitele sulla leccarda, fate lo stesso per le altre palline, alla fine dovete ottenere tre pani formati da 3 palline.

Mettete la leccarda nel forno con la luce accesa e fate lievitare per 45/60 minuti.

Trascorso il tempo della lievitazione, tirate fuori dal forno la leccarda e fate scaldare il forno a 180° modalità ventilato, quando il forno è caldo fate cuocere per 5 minuti a 180°, poi abbassate il forno a 160° e fate cuocere per 35/40 minuti, fino a quando risulta bello dorato ed asciutto.

Sfornate il Pan Caciato di San Martino e fatelo raffreddare prima di consumarlo.



Mauro Zanotto



I pani della carità

Il 13 giugno il calendario religioso festeggia Sant'Antonio di Padova, e la mattina della domenica più vicina a quella data a Condove si celebra il Santo.

Era consuetudine nei tempi antichi offrire il pane della carità, pane portato in chiesa e benedetto durante la festa e distribuito ai fedeli, un pezzetto per ognuno in famiglia.

È il pane che veniva offerto ai poveri dai maggiorenti del paese in occasioni particolari, il pane speciale, quello bianco dei signori.

Un pane dai molti significati, dove i culti precristiani, banditi dalla porta sono rientrati dalla finestra in nome di un sincretismo che ha sovrapposto e riproposto le antiche tradizioni al Cristianesimo dominante.

Oggi la tradizione del pane della carità si ritrova nelle borgate della montagna Condovese in occasione della festa del Santo a cui è dedicata la Cappella ed a cura dei priori.

I priori scelti di anno in anno sono i responsabili di una associazione di fedeli che di solito persegue finalità di culto.

In questo caso è un laico ed ha il compito di presenziare e controllare che tutto vada bene durante la funzione religiosa nella cappella,



*C'era una volta
Ricordi del nostro passato*

curare l'addobbo floreale e la pulizia della stessa ed eventualmente fornire il pane della carità o un piccolo rinfresco.

La tradizione del pane della carità non è documentata, se ne ha memoria nelle persone più anziane di Mocchie e Laietto.

Mio padre raccontava che la mattina della festa si andava alla casa dei priori che offrivano due grossi pani tondi o ovali decorati in vario modo, detti *"la tsarità"* in francoprovenzale; una forma di pane più piccola della stessa forma e decorazione destinato alla famiglia che era stata scelta per fare i priori l'anno successivo e un'altra sempre piccola destinata al sacerdote che celebrava la messa.

Si formava un piccolo corteo che giungeva alla chiesa dove aveva luogo la celebrazione liturgica. Terminata la messa si benediceva il pane che veniva tagliato a piccoli pezzi e messo in apposite ceste.

I priori aspettavano accanto alla porta la gente che usciva dalla chiesa per offrire il pane



benedetto e prima di portarlo alla bocca effettuavano il segno della croce.

Ma su quel pane ecco che i panificatori iniziarono a riproporre segni antichi e a ricollocare i talismani propiziatori della fertilità e di buoni raccolti.

Nelle feste delle varie borgate si ritrovano spesso tali elementi, occasione per valorizzare e divulgare il patrimonio della cultura locale.

In alcune borgate il pane della carità era chiamato "ël cariton" (in piemontese) ed era una focaccia dolce farcita di uva fragola o mele spolverata di zucchero e veniva preparato solo in autunno e nelle prime settimane dell'inverno.

Fatto con gli avanzi della pasta usata per fare il pane, senza aggiungere burro, con poco zucchero e utilizzando la frutta a disposizione. I pani della carità oggi sono veri e propri dolci preparati con farina dolcificata, burro e frutta (generalmente uva fragola fresca o essiccata o mele).

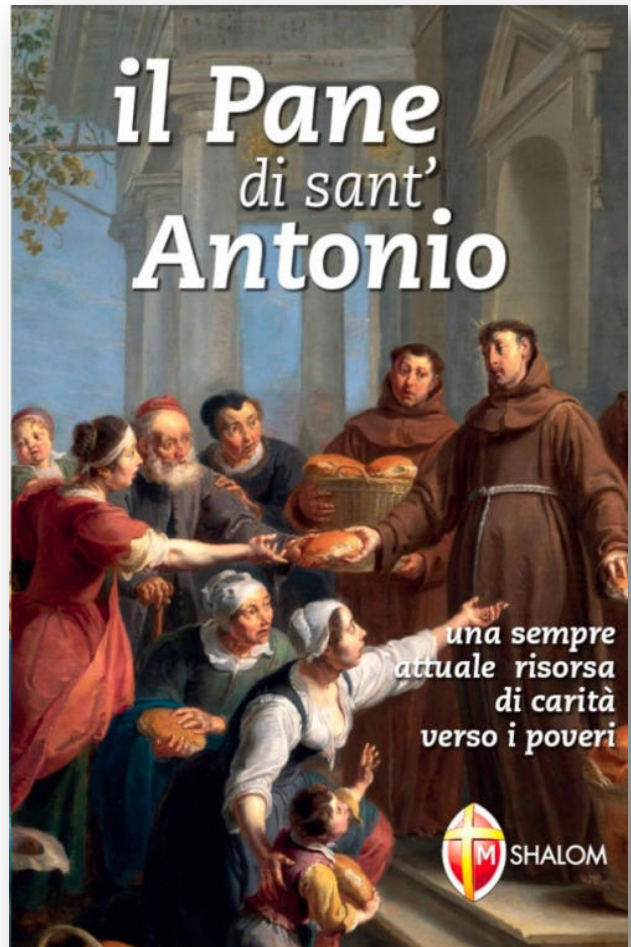
Vediamo come si fa oggi "Il pane della carità (Èl cariton)"

Ingredienti: ½ kg di farina, 1 hg di burro, 2 hg di zucchero, 1 uovo intero, 2 hg di uva fragola (oppure di mele tagliate a cubetti), mezzo bicchiere di latte, una bustina di lievito, un pizzico di sale.

Procedimento: Cuocere a fuoco basso latte, zucchero, burro e un pizzico di sale. Disporre la farina sul tavolo e aggiungere l'uovo e gradualmente la miscela di latte.

Si impasta, incorporando per ultimo il lievito. Quando l'impasto è omogeneo, lasciarlo riposare per alcuni minuti davanti a una fonte di calore. Lavare l'uva fragola, lasciarla sgocciolare e farla asciugare. Dividere la pasta in due parti, di cui una leggermente più grande dell'altra, e stendere due sfoglie. Con la più larga foderare il fondo e le pareti di una teglia imburata e infarinata.

Quindi disporvi gli acini d'uva e coprire con l'altra sfoglia sigillando bene i bordi. Cospargere la superficie di zucchero e infornare. Durante la cottura, i chicchi di uva rilasciano il succo che si va a unire all'impasto. Lasciar raffreddare.



Origine della benedizione del pane

Una volta, anni dopo la canonizzazione del Santo, una leggenda racconta che vicino Padova a una madre che stava lavorando nei campi cadde il figlio Tommasino in una vasca. Quando lo recuperò era morto annegato. La madre andò di corsa all'altare di Sant'Antonio, chiedendogli di restituire la vita al figlio e promettendo di dare ai poveri una quantità di grano pari al peso del bambino. Alla fine della supplica, il bambino si rianimò e tornò normale. La donna prese il grano, fece il pane e lo distribuì ai poveri. Per questo venne chiamato "Pane di Sant'Antonio" ed in seguito "Pane della carità".

Gianni Cordola
www.cordola.it



la Vedetta Alpina
la rubrica del
Museo Nazionale della Montagna

ORIZZONTE BIANCO



Sport e turismo invernale
in Piemonte dalle collezioni
del Museomontagna

Palazzo Lascaris
Torino, via Alfieri 15
13 gennaio – 28 marzo 2025

Dal lunedì al venerdì
Dalle 9:00 alle 17:00

INGRESSO GRATUITO

Una mostra di



E



Con



Locandina della mostra del Museomontagna e Consiglio Regionale del Piemonte, allestita presso le sale di Palazzo Lascaris, in occasione delle Universiadi degli sport invernali di Torino.

Orizzonte bianco

Sport e turismo invernale in Piemonte
dalle collezioni del Museomontagna

Palazzo Lascaris

13 gennaio – 28 marzo 2025

In occasione dei FISU World University Games Winter che si tengono tra il 13 e il 23 gennaio 2025 in varie sedi outdoor e indoor di Torino, Bardonecchia, Pragelato, Pinerolo, Torre Pellice e Sestriere, il Consiglio Regionale del Piemonte promuove nella sua sede di Palazzo Lascaris l'esposizione *Orizzonte Bianco*, curata dal Museo Nazionale della Montagna e visitabile dal 13 gennaio al 28 marzo.

La mostra si inserisce nel programma delle Universiadi degli sport invernali di Torino raccontando la vocazione turistica e sportiva del territorio piemontese attraverso manifesti storici di promozione di località montane ed eventi, tra gli anni Trenta del Novecento e i XX Giochi Olimpici Invernali di Torino 2006.

Il Museo Nazionale della Montagna di Torino conserva, infatti, un grande patrimonio di oggetti e documenti molto eterogenei, fonti utilissime per conoscere la storia delle montagne, dell'alpinismo, dell'esplorazione e dell'immaginario ad essi legato, ma anche del turismo in quota.

Sestrieres, 1949, manifesto in cromolitografia di Gino Boccasile. Torino, Stab. Polig. Roggero & Tortia. Centro Documentazione Museo Nazionale della Montagna – CAI Torino.





Sport invernali in provincia di Cuneo, 1960, manifesto in cromolitografia di Prandoni. Cuneo, Publineon. Centro Documentazione Museo Nazionale della Montagna – CAI Torino.

Fin dalle sue origini il Museo, al Monte dei Cappuccini da 150 anni, ha collezionato testimonianze sui primi decenni di vita del Club Alpino Italiano. A fianco di quelle prime raccolte, si sono poi aggiunte altre tipologie di materiali, tra le quali spiccano varie “carte da collezione” quali i manifesti dedicati al turismo, allo sport e al commercio. Un mondo di immagini create per meravigliare e per far nascere nuovi bisogni che, a partire dal XIX secolo, hanno avuto un ruolo fondamentale nell’indirizzare la percezione delle Alpi.

Sono immagini che sublimano la suggestione dell’altrove testimoniando la scoperta della montagna intesa come luogo di evasione ricreativa e segnando un percorso sfociato nella democratizzazione delle vacanze e nel turismo di massa che conosciamo oggi.

Delle migliaia di *affiche* conservate al Museo, in mostra si propone una selezione di



pubblicità realizzate principalmente tra gli anni Trenta e Sessanta del Novecento, periodo cruciale che vede la nascita di tante stazioni sciistiche e la necessità di invogliare i cittadini a raggiungerle.

Si reclamizzano le linee delle corriere che partono dalla pianura per salire alle vallate e si promuovono le città come snodi da cui convogliare i turisti verso le stazioni alpine, a loro volta rappresentate con grafiche che in alcuni casi sono diventate iconiche.

La sezione finale si concentra sulla comunicazione delle Olimpiadi invernali di Torino 2006, ben salde nella memoria dei piemontesi e fondamentali per la promozione del territorio a livello internazionale. Con alcuni pezzi del *Look of the Games* olimpico e paralimpico, a distanza di quasi vent'anni si riaccendono i riflettori su neve, ghiaccio, città e montagne che furono i palcoscenici per le imprese e le medaglie degli atleti, come per gli eventi e le notti bianche con cui il Piemonte si mostrò al mondo nella sua migliore veste invernale.

ORIZZONTE BIANCO

Sport e turismo invernale in Piemonte dalle collezioni del Museomontagna

Una mostra di Museo Nazionale della Montagna "Duca degli Abruzzi" – CAI Torino e Consiglio Regionale del Piemonte con CAI – Club Alpino Italiano, Città di Torino, Regione Piemonte, Camera di Commercio di Torino

Palazzo Lascaris, Consiglio Regionale del Piemonte

Via Alfieri 15, TORINO

13 gennaio – 28 marzo 2025

da lunedì a venerdì

dalle ore 09:00 alle 17:00

BIGLIETTI: ingresso libero



Nuove acquisizioni, Henri Hogard

Un importante acquisto nel mercato antiquario, tramite la casa d'aste parigina Alde, ha arricchito la sezione di glaciologia storica della Biblioteca. Si tratta di una rara pubblicazione, *Recherches sur les glaciers et sur les formations erratiques des Alpes de la Suisse* di Henri Hogard, stampata a Épinal e Parigi da Gley e Savy, 1858-1862. Prima rara edizione dell'opera che riunisce i lavori dell'autore pubblicati separatamente tra il 1854 e il 1858, accompagnata da un atlante con 34 tavole litografate in nero o bistro, e una carta ripiegata.

L'esemplare ora in biblioteca ha una rilegatura in mezza tela moderna, con coperta originale e



la Montagna scritta
la rubrica della
Biblioteca Nazionale CAI

all'interno un ex-libris di Peter E. Obergfell e timbri della Biblioteca del Geologisches Institut di Zurigo.

Henri Hogard (1808-1880) geometra per formazione, era un disegnatore esperto e si occupò di studi geologici, glaciologici e di cartografia, in particolare del massiccio dei Vosgi. Fu precursore della modellazione geometrica della stratigrafia secondo le osservazioni geomorfologiche. Membro della

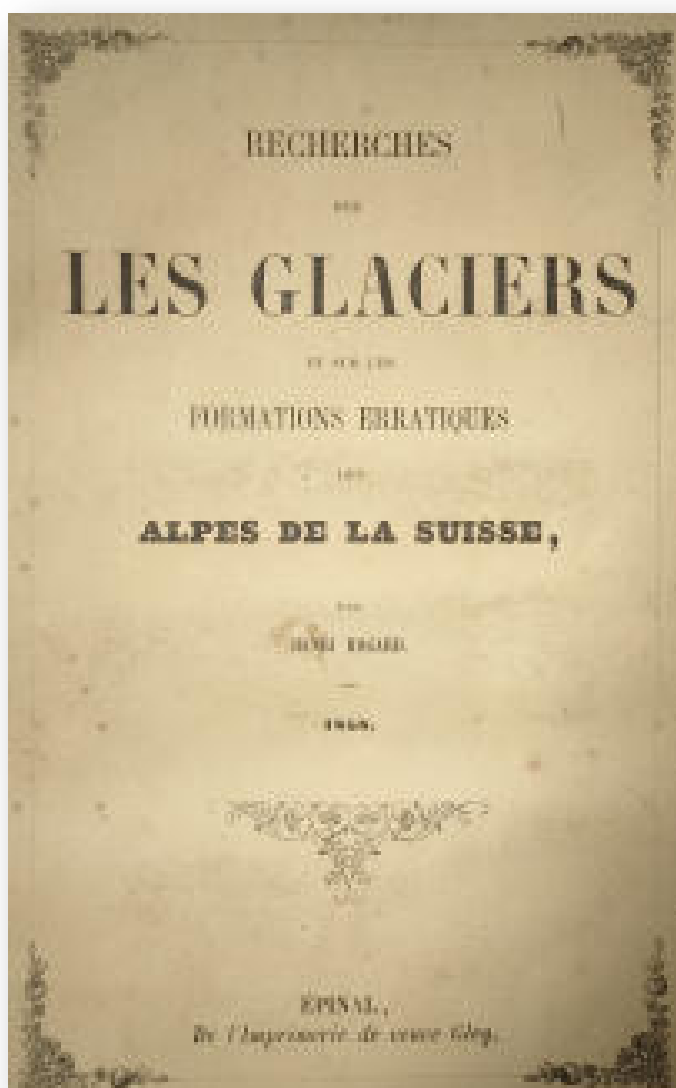




Tavola 24 Hogard

Société d'émulation des Vosges, fu tra i primi ad adottare le ipotesi dello scienziato svizzero Louis Agassiz e ad affermare l'esistenza dei ghiacciai nei Vosgi nell'antichità. Grazie all'incarico nell'amministrazione del dipartimento dei Vosgi, che richiedeva la sua presenza sul campo, realizzò un gran numero di mappe e planimetrie. Nel 1845 disegnò una carta geologica dei Vosgi in 4 fogli, in scala 1/12.000, superando in precisione la carta geologica della Francia pubblicata nel 1841 da Élie de Beaumont.

L'opera in questione comprende studi dei principali ghiacciai delle Alpi, tra cui Aar, Rodano, Zmutt, Miage e osservazioni sui depositi erratici nei bacini del Reno, della Meuse, dell'Aar, dell'Allée Blanche e del Po.

L'opera di Hogard si colloca al culmine della fase degli studi dei ghiacciai definita dai glaciologi Claudio Smiraglia e Giovanni Mortara come "fase aurorale e proto-

scientifica" di cui fu protagonista Louis Agassiz professore di Storia naturale a Neuchâtel, noto per avere proposto nel 1837 la rivoluzionaria teoria delle glaciazioni, basata sull'osservazione delle tracce sul terreno modellato da flusso dei ghiacciai. Nacque così l'epopea dell'Hotel des Neuchâtelois, il ricovero costruito sulla morena del Ghiacciaio di Unteraar, che ospitò durante le estati dal 1840 al 1842 Agassiz e i suoi collaboratori intenti nelle osservazioni sul campo.

Altri noti protagonisti della fase in cui si colloca anche Hogard e che si concluse con la creazione nel 1894 della Commission Internationale des Glaciers e della Commissione glaciologica nata in ambito CAI nel 1895, furono Desor, Forbes e Tyndall.

**Alessandra Ravelli
Consolata Tizzani**

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

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

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

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

Una passeggiata in val Germanasca sino alla Rocca Galmount.

Eventuale proseguimento sino alla grangia Miando e esplorazione sino al vallone sotto il monte Selletta.

- Località di partenza: Borgata Cugno poco prima di Prali mt. 1471
- Dislivello: mt. 210
- Tempo di salita: 1 ora e 30 minuti c.ca
- Tempo di discesa: 1ora e 15 minuti c.ca
- Difficoltà: T/E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 5 Val Germanasca – Val Chisone Fraternali
- Editore

Le quattro valli del Germanasca, Prali, Rodoretto, Salza e Massello, esclusa la prima, sono in generale poco conosciute e frequentate dagli escursionisti.

Eppure itinerari interessanti e notevoli cime le contraddistinguono e assai significativi per anelli e traversate sono i colli che permettono



Marco Polo Esplorando... per Monti e Valli

di comunicare con le attigue valli di Susa, Chisone e Pellice.

In questo itinerario, quasi una passeggiata, partendo dalla borgata Cugno, poco a monte della provinciale appena prima di Prali, si raggiunge con un lungo e assai piacevole traverso nel fitto del bosco, la panoramissima Rocca Galmount, con bella vista su tutta la conca di Prali e sulle cime che la racchiudono.

Di qui uno stradello conduce alla parallela valle di Rodoretto dove al fondo un colle con lo stesso nome permette di scendere in alta valle Susa, in valle Argentera.

Volendolo, data la brevità del percorso, si può proseguire salendo all'alpeggio della Miando e poi ancora sino al monte Selletta che anticipa di poco la assai più impegnativa vetta del monte Vergia.

Oppure, con una deviazione, raggiungere l'ampio, pascolativo vallone che si estende sotto il primo monte.

In tutto l'itinerario vista ampissima sulle valli e sulle cime: dalla Rocca Bianca, al Cappello d'Envie, alla Gran Guglia con dietro il Bric Bucie in val Germanasca, mentre all'opposto domina il lungo crinale che separando la valle di Rodoretto da quella di Salza termina in vetta al monte Pignerol.

Imboccata dopo Pinerolo la valle del Chisone si prosegue sulla variante della statale 23, che si snoda sulla destra orografica del torrente, sino alla rotonda dei monoliti dove la si abbandona seguendo l'indicazione per le valli del Germanasca e per Prali. Attraversate le borgate di fondovalle di Inverso Pinasca, superate Chianavasso e Chiabrera, poco dopo la rotonda che segue, attraversato il Chisone, ci si immette sulla provinciale 169 per le valli del Germanasca e per Prali superando nel proseguo il corso d'acqua ai ponti Batterello e Raut.

Toccando per via alcune borgate si raggiunge infine Ferrero dove ancora si prosegue per



l'alta valle. Al successivo ponte Rabbioso si svolta a sinistra, sempre seguendo l'indicazione per Prali, e dopo un lungo traverso dove la valle si chiude, si riattraversa il Germanasca ancora due volte, prima a Poimefrè, dove ci sono le miniere di Talco, poi alla Gianna.

Un paio di tornanti portano al bivio per Rodoretto e Fontane e ancora proseguendo, di poco superato Prali Villa, poco prima di Ghigo, delle indicazioni suggeriscono come salire a Cugno e da questo alla Rocca Galmount. Qui giunti a margine della strada si può lasciare l'auto perché al parcheggio della borgata spesso non c'è posto, soprattutto d'estate.

Uno stradello sterrato, una pista forestale lascia la borgata e superandola con un paio di svolte da monte, si inoltra lungamente nel chiuso del bosco incontrando per via il punto in cui parte il sentiero "Dei contrabbandieri" che s'inoltra verso l'alta valle non toccando centri abitati.

La pista forestale termina alla Grangia Poset, che non si raggiunge perché poco prima, dove sorgono alcune indicazioni, riprende il sentiero

200 per la Rocca Galmount e Rodoretto. Il tratto che segue, lungamente quasi pianeggiante, interminabile, ma piacevole da percorrere, porta a successive indicazioni sul crinale che divide la valle di Prali da quella di Rodoretto.

Di qui una strada scende a valle. Superata la fresca fontana, una traccia appena visibile, soprattutto quando si attraversano le praterie, s'inoltra poi nel lariceto raggiungendo, al termine di una modesta ascesa, la panoramissima Rocca Galmount mt. 1681 con bella vista su tutta la conca di Prali e sui monti che la rinserrano.

1 ora e 30 minuti c.ca dalla borgata Cugno.

Se si pensa che quanto fatto possa bastare si rientra per la stessa via alla borgata Cugno e da questa si scende poi alla provinciale.

1 ora c.ca dalla Rocca Galmount.




Sulla dx la Rocca Galmount raggiunta

Volendolo: alle indicazioni per il monte Selletta e per il Colletto delle Fontane, si può prendere la pista forestale che oltre prosegue. Ampia, ben mantenuta, con tratti assai ripidi e stancanti, s'inoltra verso monte raggiungendo alla sommità un ampio slargo. Sulla destra un non segnalato sentiero percorso scende in direzione della valle di Rodoretto passando per l'alpeggio di Clot d'la Ramà e i Prati dell'Orso. Oggigiorno le braccia e il tronco di tre enormi abeti bianchi caduti in un canalone impediscono di fatto di proseguire.

Ancora: volendolo, tornati allo slargo, si può prendere all'apposto raggiungendo alla sommità la baita della Miando posta tra i prati in un'incantevole posizione. Proseguendo oltre ci si può salire sul crinale e presso la fontana-abbeveratoio la pista forestale prosegue in direzione dell'ampio vallone pascolativo sotto il monte Selletta, dove termina, incontrando per via il bivio dove un ometto individua il punto in cui si stacca il sentiero per questo monte e ancora proseguendo verso la più impegnativa Punta Vergia.

Curiosità: il sentiero dalla borgata Cugno a Rodoretto era chiamato " Viôl da M'nistre" (Sentiero del Pastore) perché era il percorso abituale del pastore valdese residente a Prali il quale, dopo il culto domenicale del mattino, si recava a predicare Rodoretto. Quando le condizioni del sentiero erano proibitive (d'inverno) il pastore faceva il percorso dal basso (attuale strada)

Beppe Sabadini



Terre Alte
Riflessioni sull'ambiente alpino

La foresta dei violini dopo la tempesta Vaia

Gli abeti rossi di Paneveggio e il loro legno di risonanza

Nel 2017 Ioannis Skouras, popolare volto della tv pubblica tedesca, aveva pensato di fare un regalo per Natale a sua sorella. Così, si era rivolto all'Istituto di meteorologia della *Freie Universität*, la libera università di Berlino, la quale offre di dare un nome ai fenomeni atmosferici, a scelta del donante, quasi a voler trasmettere loro un'identità, o meglio una *Wetterpatent* come dicono lassù, e lui aveva scelto il nome Vaia.

Un'originale procedura nata come soluzione di raccolta fondi allo scopo di finanziare la ricerca scientifica del Dipartimento, dopo i tagli dei primi anni duemila, che avevano ridotto drasticamente le risorse necessarie per mantenere un'attività efficace.

Per dirla tutta, come recitava il sito, "*in 2018 high pressure zones will be given male first names and low pressure zones female names. The basic prices will remain constant at 299 euros for highs and 199 euros for lows; in both cases 19 percent VAT is added. More information is available on the website: www.met.fu-berlin.de/adopt-a-vortex/*", cioè al significativo indirizzo web *Adotta un vortice*.

E siccome Vaia, cioè appunto la sorella del giornalista, sposata Jakobs, è indubbiamente una donna, oltre che una dirigente di un noto gruppo di materassi di Düsseldorf, le era toccato per regalo un evento dal *female name*,

insomma uno di quelli di bassa pressione, e quindi un po' a rischio: comunque, al costo di 199 euro più iva, come da listino *for lows*, il pensierino venne consegnato. E chi l'avrebbe mai detto, cosa sarebbe poi successo nel 2018, con quel regalo di Natale.

Un regalo che tra l'altro intendeva anche essere un'opera di bene: «sono io il colpevole», dice Ioannis Skouras schermandosi, ma tutto era in realtà iniziato con le migliori intenzioni, e cioè con l'idea di ringraziare la sorella, per essergli stata vicino in un momento difficile per la sua salute: «lei ha fatto quello che solo una sorella può fare, con quella capacità di sentimenti che gli uomini non arrivano ad avere, senza di lei non sarei riuscito a superare la situazione», racconta.

E allora «volevo regalarle qualcosa, che gli uomini non possono comprare, così ho pensato a queste *Wetterpatent* e mi sono chiesto: "ma perché i fenomeni atmosferici

La band torinese degli Eugenio in via di Gioia nel 2019 ha lanciato con la canzone Lettera al prossimo una campagna di finanziamento collettivo per la rigenerazione della foresta di Paneveggio, devastata dalla tempesta Vaia. In pochi giorni sono stati raccolti oltre 12.000 euro e così duemila abeti rossi sono tornati nella foresta dei violini, con la loro ri-piantagione nell'estate del 2021.



devono avere inquietanti nomi tedeschi, tipo Thor o Helga? Perché non chiamarne uno Vaia?”».

Vaia poi è anche il nome ereditato dalla nonna (la famiglia ha radici ad Arta, in Grecia, con i genitori trasferitisi in Germania negli anni Sessanta, come tanti *Gastarbeiter*, i lavoratori-ospiti di quegli anni) e sarebbe stato anche un nome ben evocativo: è quello delle foglie delle palme che vengono agitate dalla folla, nel giorno dell'ingresso di Gesù a Gerusalemme, insomma un simbolo positivo, di festa e di pace.

In realtà, le cose poi sono andate a finire molto diversamente, come ben si sa. Come riporta Wikipedia, “la tempesta Vaia è stato un evento **meteorologico** estremo che ha interessato il nordest italiano e in particolare l'area delle **Dolomiti** e delle **Prealpi Venete** nei giorni dal 26 al 30 ottobre **2018**. L'evento è noto con l'appellativo di tempesta, ma i venti hanno raggiunto le velocità di **uragano** (grado 12), cioè quelle che comunemente si originano ai tropici”.

In effetti in quella fine ottobre, come racconta Pietro Fornara “dopo tre giorni di piogge incessanti, in cui sulle Alpi cadono da 700 fino a circa 900 mm di pioggia (cioè quasi un metro d'acqua), la sera di lunedì 29 si alza anche il vento. Un vento che aumenta man mano di intensità, un sibilo che diventa un urlo e si fa sempre più forte. Viene a mancare la luce elettrica, non funzionano più i telefoni fissi e nemmeno i cellulari”.

Questo vento trascina con sé l'acqua dei boschi e delle piante, che si accumula a valle: così straripano i fiumi Piave e Brenta, tracima il lago di Alleghe, mentre per evitare disastri l'Adige in piena viene fatto defluire nel Lago di Garda, lungo una galleria di 10 km, costruita appunto per il caso di inondazioni.

A Venezia l'acqua alta raggiunge un picco di marea di 156 centimetri e la Regione cataloga l'evento come un disastro naturale peggiore dell'alluvione del 1966.

I meteorologi spiegheranno che alle raffiche di vento caldo di scirocco, imperversato per diverse ore, erano seguite le folate del maestrale, fino a una velocità in direzione sud-est di oltre 200 chilometri orari, che causò perfino la rottura di alcuni anemometri. Era

riuscito a resistere però, tra gli altri, uno strumento in cima a una foresta, a passo Rolle, sopra i boschi di Paneveggio nell'alta val di Fiemme in Trentino: lì, la stazione meteorologica quel lunedì sera registrerà un vento di 217,3 km orari, cioè raffiche paragonabili secondo l'alpinista Reinhold Messner ai venti che si rilevano sull'Everest (e lo si scoprirà solo giorni dopo, quando uno degli addetti agli impianti di risalita riuscirà a recuperare la consolle della stazione con i dati meteo).

Quel vento incredibile ha provocato in quelle zone la caduta di un'enormità di **alberi**, si dice circa 14 milioni in tutto, un numero che basterebbe per coprire quasi due volte il lago di Garda, con la conseguente distruzione di decine di migliaia di ettari di **foreste** alpine,

Il ponte sospeso sulla forra del torrente Travignolo, lungo l'itinerario di visita che parte dal Centro visitatori del Parco.





Le Dolomiti con i colori dell'enrosadira dai prati di Paneveggio, al limite della foresta, in un'immagine storica.

soprattutto **conifere** di abete rosso, con le loro radici poco profonde. E tra queste foreste devastate dalla tempesta Vaia, proprio lì sotto passo Rolle, ce n'è anche una di molto particolare, e famosa da secoli.

La gestione della Foresta Demaniale di Paneveggio, infatti, nella catena del Lagorai sopra Predazzo lungo la valle del torrente Travignolo, ha una lunghissima tradizione.

È qui che si attesta, nel 1876, quand'era ancora possesso dei Conti del Tirolo, e quindi della Casa d'Austria, uno dei più vecchi piani di regolamentazione del patrimonio boschivo montano, che ha reso possibile lo sviluppo di questa grandiosa estensione, quasi esclusivamente di abete rosso e di origine prevalentemente artificiale, grazie a un'attenta opera di ricostituzione fatta soprattutto dopo la prima guerra mondiale, quando il territorio passò al Demanio italiano e poi, in forza dello statuto d'autonomia, alla Provincia autonoma di Trento.

Ed è proprio qui, a Paneveggio, nell'accesso storico al parco delle Pale di San Martino, percorso già dai primi viaggiatori e geologi soprattutto inglesi che scoprirono queste montagne nella seconda metà dell'Ottocento,

che si ritrova un ambiente di carattere nordico, delimitato da selvagge catene alpine di rocce di porfido, con periodi vegetativi ridotti e inverni di freddi intensi.

In queste condizioni, alcuni alberi della foresta sviluppano particolari qualità dovute alla lenta crescita, oltre che a una particolare esposizione al sole e a un giusto mix di umidità e luce; e tutte queste caratteristiche li rendono abeti di risonanza, come vengono appunto chiamati, ovvero alberi fatti di un legno che riesce a propagare e amplificare il suono in modo eccezionale.

“Si racconta che fosse Antonio Stradivari in persona, il liutaio più noto al mondo, ad aggirarsi per la foresta di Paneveggio alla ricerca degli alberi idonei alla costruzione dei suoi violini: abeti rossi plurisecolari il cui legno, grazie alla sua particolare capacità di risonanza, forniva la materia prima ideale per le casse armoniche degli strumenti”.

La fibra dell'abete rosso è infatti particolarmente elastica, trasmette bene le vibrazioni e i suoi canali linfatici sono come minuscole canne d'organo, che creano un amplificato timbro del suono. Gli alberi vengono solitamente abbattuti tra ottobre e

Il violino Stradivari del Settecento donato dal Conservatorio di Boston, che viene messo all'asta a New York da Sotheby's per un valore stimato di 15 milioni di dollari, appartenuto al docente cinese Si-Hon Ma e al compositore ungherese Joseph Joachim.



novembre, in luna calante, quando nel tronco c'è minor quantità di linfa e quelli migliori si riconoscono per gli anelli di crescita molto sottili e perfettamente concentrici, con fibre diritte, fini e scarsa presenza di nodi.

Così almeno crescevano gli abeti ai tempi di Stradivari, nel Sei-Settecento, grazie al freddo intenso della Piccola Glaciazione: e proprio di essi si servirono i famosi liutai cremonesi, i cui strumenti raggiunsero il massimo della musicalità.

Oggi è molto più difficile trovare esemplari così perfetti, ma la richiesta di "abeti di risonanza" non manca e dà vita ad un commercio limitato ma significativo: qualche decina di metri cubi all'anno, in parte utilizzati dagli artigiani di una vicina fabbrica di tavole per pianoforti a Tesero, oltre che dai liutai cremonesi, e in parte esportati in Giappone, il paese leader al mondo nella costruzione di casse armoniche.

Raccontava di recente il Financial Times, nel descrivere la tempesta Vaia, che "un tempo era la viola lo strumento dell'aristocrazia, mentre il violino era il suo cugino povero. Questo iniziò a cambiare nel Sedicesimo secolo, quando il barocco soppiantò la musica rinascimentale.

Stradivari cominciò a costruire violini nel 1660 e questi suonavano quasi come una voce umana.

E molta della loro qualità è stata attribuita proprio agli abeti della val di Fiemme".

Tanto che la casa d'aste Sotheby's di New York ha annunciato che in questo mese di febbraio 2025 presenterà un violino, tuttora funzionante, realizzato nel 1714 da Stradivari durante il suo periodo d'oro.

Un violino appartenuto a famosi compositori internazionali e offerto dal Conservatorio del New England di Boston. Pare che le sue condizioni lo rendano un serio candidato a battere il record come violino più prezioso di sempre, attualmente detenuto dallo Stradivari *Lady Blunt*, già di proprietà della nipote di Lord Byron, venduto a 15,9 milioni di dollari nel 2011.

Chissà se questo altro abete rosso della lontana foresta di Paneveggio, a quel tempo ignara di Vaia, lo supererà.

Gianluigi Pasqualetto

Menopausa cos'è e come affrontarla

La menopausa è un evento naturale e fisiologico nella vita di una donna che prevede la scomparsa del ciclo mestruale. Solitamente questo evento accade a partire dai 45 anni fino ai 55 anni di età. Esistono dei casi abbastanza rari in cui la menopausa può comparire prima dei 45 anni o dopo i 55. L'età media di scomparsa del ciclo rimane comunque intorno ai 51 anni.

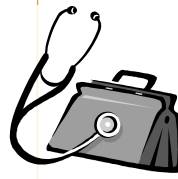
Il modo in cui reagisce il nostro corpo al cambiamento può variare da donna a donna, ma in generale ci sono alcuni sintomi comuni che caratterizzano questo passaggio. In questo articolo affronteremo insieme l'argomento per capire bene come fare a riconoscerla e prepararsi a questo evento. Nella maggior parte dei casi è consigliabile assumere **vitamine in menopausa** e adottare alcune misure per vivere al meglio questa fase senza subire passivamente alcuni dei sintomi più pesanti.

Sintomi e disturbi della menopausa

La menopausa, come detto, accade naturalmente nel corpo di una donna e provoca un cambiamento a livello ormonale che ha diverse conseguenze non solo a livello di sintomi fisici ma anche psicologici. Un sintomo molto classico di questa condizione di cui avete sentito parlare sono le famose vampate di colore.

Queste rientrano nel gruppo dei disturbi vasomotori di cui soffre l'80% delle donne che entrano in menopausa. In questa categoria rientrano anche le palpitazioni e le sudorazioni notturne. Si tratta sicuramente delle manifestazioni più sgradevoli da affrontare. Come anticipato, questo momento è contraddistinto anche da vari risvolti a livello psicologico. La menopausa può portare ad episodi di forte ansia, irritabilità e sbalzi di umore.

In generale la donna può provare anche senso di tensione psicologica e un calo del desiderio



Il medico risponde Le domande e le risposte sulla nostra salute

sessuale. Nel 50% dei casi, le donne soffrono anche di altri disturbi come la secchezza vaginale, oltre a episodi di incontinenza urinaria. Questa fase potrebbe portare anche ad avere dei fastidi o a provare dolore durante i rapporti sessuali. Tra i sintomi e i disturbi associati alla menopausa rientra anche l'aumento di peso. Il grasso tende a concentrarsi particolarmente sulla zona del giro-vita.

Menopausa precoce: cos'è e quali sono i sintomi

Come accennato in apertura, ci sono dei rari casi in cui la menopausa può arrivare molto prima dei 45 anni. In questo caso i sintomi di cui abbiamo parlato tendono ad essere più intensi e compaiono molto improvvisamente.

Per questo motivo è fondamentale riconoscere subito i sintomi per poter intervenire tempestivamente per cercare di migliorare la propria qualità di vita e ridurre le complicanze al minimo. Infatti, la menopausa precoce può portare a disturbi metabolici, neurologici e cardiovascolari.

Con una diagnosi tempestiva aumentano anche le possibilità di mantenere intatta la propria fertilità. In alcuni casi la menopausa si manifesta senza sintomi, con la sola scomparsa del ciclo. È opportuno dunque fare degli accertamenti attraverso delle analisi del sangue per escludere una gravidanza e poi fare altri esami per capire le cause dell'assenza di ciclo.

Come affrontare la menopausa

Come avrete avuto modo di capire, questa fase di vita porta con sé molti disturbi per cui è importante cercare di gestirli al meglio per mantenere una qualità di vita idonea. Come affrontarla dunque? Prima di tutto, parliamo di



una delle conseguenze che infastidisce di più: l'aumento di peso. Oltre ad una dieta regolare ci sono altri modi per perdere peso in menopausa come potete leggere [qui](#).

Per gestire gli altri sintomi, ovviamente bisogna consultarsi con il proprio medico che la maggior parte delle volte prescrive una terapia ormonale. Il compito di quest'ultima è quello di cercare di somministrare degli estrogeni per portare la condizione ormonale ad una situazione molto simile a quella prima della menopausa. In questo modo i sintomi si riducono molto e possono anche annullarsi del tutto.

La terapia ormonale può essere somministrata per via orale, vaginale o transdermica e sarà il vostro medico a scegliere quella più idonea per il vostro caso. Oltre alle terapie mediche si possono adottare anche dei piccoli accorgimenti per affrontare serenamente i disturbi. Ad esempio, per le vampate di calore, consigliamo di vestirsi a strati ma anche evitare

di bere caffeina, cibi caldi e piccanti e anche smettere di fumare è di aiuto.

Per quello che concerne invece i sintomi urinari, la prima cosa da fare è usare dei lubrificanti o dei gel studiati apposta per contrastare la secchezza vaginale. In questo senso molto utili le creme che contengono la vitamina E.

Per contrastare i disturbi urinari si possono anche applicare in via locale gli estrogeni, che così diventano più efficaci rispetto alla somministrazione orale. Siccome tra le conseguenze della menopausa c'è anche l'osteoporosi, è consigliabile consumare frutta, verdura e alimenti che contengono calcio e vitamina D che oltre a prevenire il rischio, permettono anche un migliore assorbimento della terapia ormonale. Per migliorare la condizione fisica e psicologica concedetevi attività in palestra, piscina o lunghe passeggiate.

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



Strizzacervello
L'angolo dei giochi enigmistici

IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

ELIMINA L'INTRUSO!





















Per ogni gruppo ricercare l'intruso.
Con le iniziali degli elementi individuati si otterrà il nome di un
monte delle Alpi Cozie assai frequentato dai soci del CAI



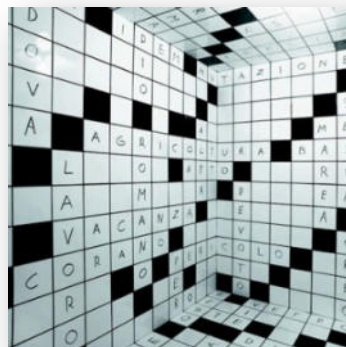
(la soluzione verrà pubblicata nel numero di MARZO dell'Escursionista)

IL CRUCIVERBA del mese

(a cura di www.crucienigmi.it)

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

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



ORIZZONTALI:

1. Eleganza, signorilità
6. Individua ostacoli a distanza
11. Attrezzi del mestiere
13. Saluto arabo
15. Frequenta le scuole superiori
17. Ente aeronautico e spaziale degli USA (sigla)
18. Andata per il poeta
19. Risuona a bordo ring
21. Un ragazzo a Londra
22. Secco rifiuto
23. Portiera in stabili d'abitazione privati
25. Uomini a Washington
26. Monastero situato in una zona isolata
27. Matilde scrittrice
29. Adesso, in questo istante
31. Il numero di un'operazione matematica
33. Io all'accusativo
34. L'arte di Tacito
35. Porzione di chilo
36. Negozio che permette il pagamento tramite bancomat
37. Un comune in provincia di Bergamo
39. Pianta del genere Frassino
41. Sottile lamina flessibile di strumenti a fiato
43. Cretini, beoti
44. Importante vaso sanguigno
45. Sfoglie consacrate di pane azzimo.

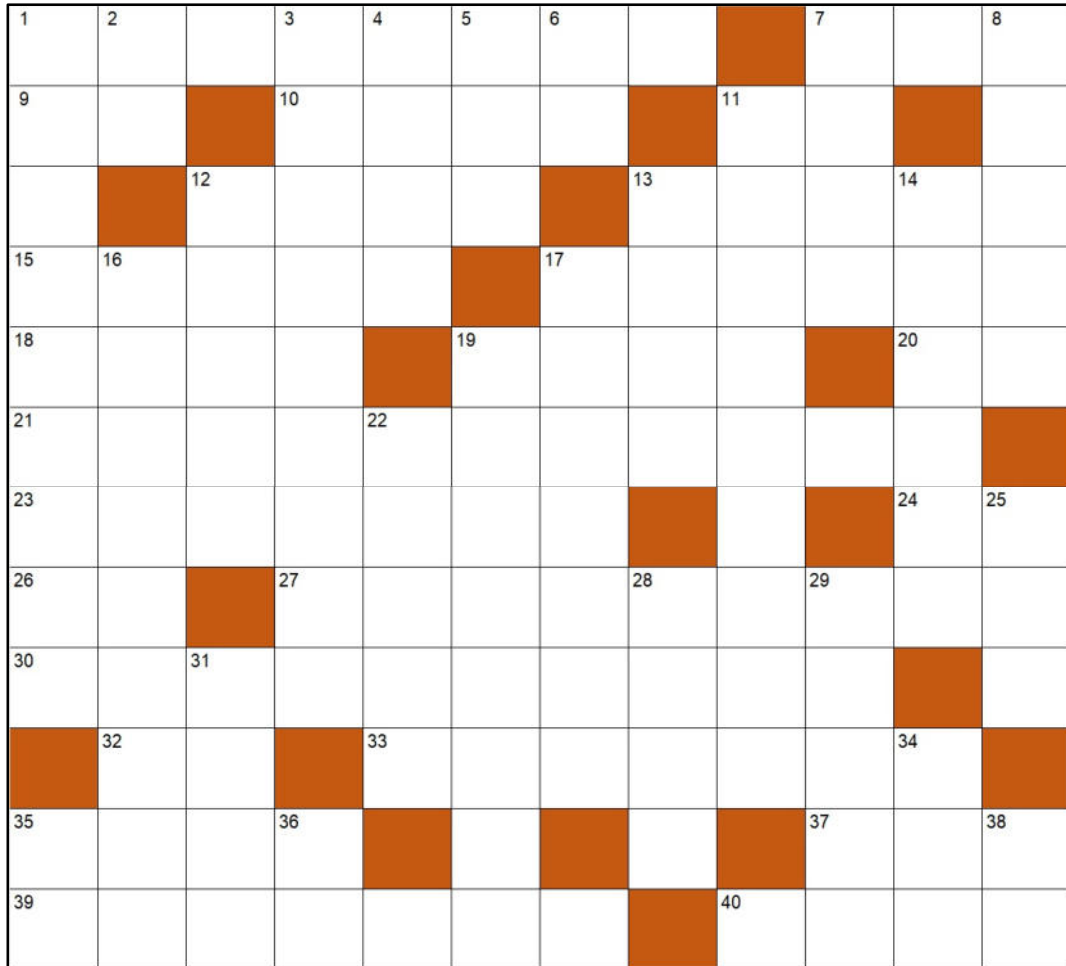
VERTICALI:

1. Impianto litoraneo per l'estrazione del cloruro di sodio
2. Sminuzzato
3. Antica popolazione delle Ande peruviane
4. Famoso generale della guerra di secessione americana
5. Che ha sei lati
7. Simbolo dell'arsenico
8. Livello di pratica delle arti marziali
9. Stato degli USA con capitale Montgomery
10. Lo affila il barbiere
12. Imposta Locale sui Redditi
14. Veronica conduttrice televisiva italiana
16. Un suffisso del participio presente
20. Un gioco di bambini
23. Uno Stato dell'America meridionale
24. Scurissimo
25. Confina a nord con gli USA
27. Dispositivo acustico d'avvertimento
28. Il doppio di quattro
30. Grosse forbici per il giardinaggio
31. Ortaggio... anemico
32. Locali d'ingresso di edifici
33. Assai, tanti
36. La trama del film
38. La A della sigla RAF
40. Un gelato a Bonn
42. Sigla di Asti.

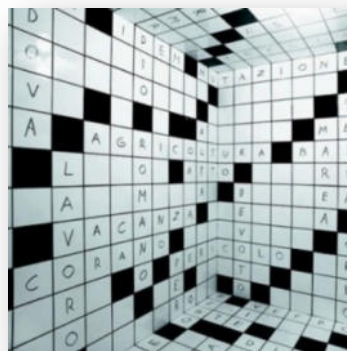


CRUCIVERBA

(Franco Griffone)



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

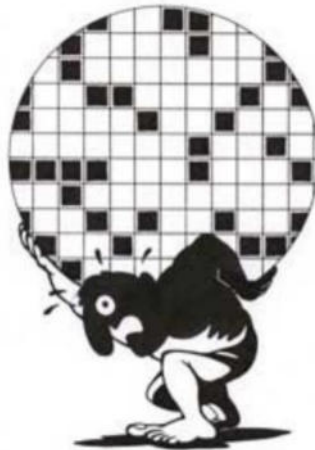


ORIZZONTALI:

- 1 un pre-dinner cocktail
- 7 marca automobilistica
- 9 Enna
- 10 contiene ceneri
- 11 affermazione russa
- 12 fiume della Campania
- 13 un dono dei Magi
- 15 un anagramma di sorte
- 17 un pronome dimostrativo
- 18 le lasciano le navi
- 19 un complice...immobile
- 20 sconosciuto, anonimo
- 21 nasce nei pressi del Passo della Mauria
- 23 il nome di Aleardi
- 24 Isernia
- 26 sigla del Canton Ticino
- 27 un nostro simile
- 30 bruciato, arso, dato alle fiamme
- 32 esprime sorpresa, stupore
- 33 un anticoagulante
- 35 mitra inglese
- 37 moglie di Eracle
- 39 città della Slovenia
- 40 fu stipata con animali

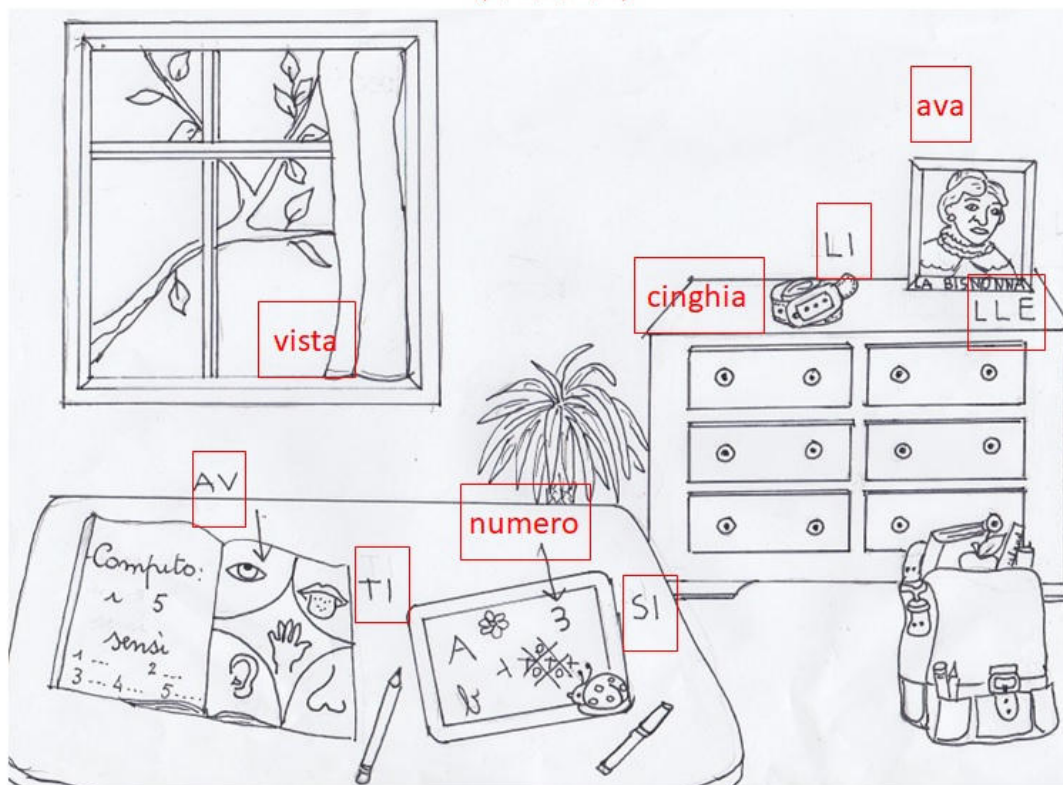
VERTICALI:

- 1 odiati, esecrati, malvisti
- 2 Ancona
- 3 denunciate
- 4 può esserlo fragoroso
- 5 anagramma di nei
- 6 Ravenna
- 7 segue GO! In pista
- 8 nome di Prost
- 11 tendono a truffare
- 12 fiume degli Inferi
- 13 svetta a Torino
- 14 pittore impressionista francese
- 16 vi si possono contare numerosi gradini
- 17 una piaga italiana
- 19 è celebre quello di Pietralcina
- 22 il nome della Papas
- 25 Sufficienza!
- 28 l'Irlanda che confina con l'Uster
- 29 inchiostro per fotocopiatrici
- 31 lo pseudonimo di Cheryl Sarkisian La Pierre
- 34 le prime dell'alfabeto
- 35 Sua Maestà
- 36 né sì né no
- 38 le vocali in serra



Le soluzioni dei giochi del mese di GENNAIO










REBUS
(9, 8, 9, 1, 5)



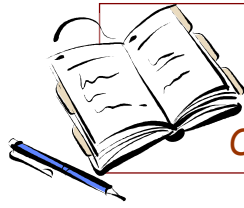
Soluzione:

AV vista TI numero SI cinghia LI ava LLE
avvistati numerosi cinghiali a valle



	1	2	3	4	A	5	6	7	8	9					
		Z	U	C	C	A		R	I	S	S	E			
10	S	I	N	A	I		11		12	T	R	A	M		
	O		13	C	R	O	N	A	14	C	A		15	L	U
16	17	T	R	I	N	E		18	T	A	L	C	O		
19	T	O	N	I		20	C	A	R	I		21	O	22	M
23	I	M	O		24	M	O	N	T	A	25	G	N	A	
26	L	A		27	G	A	R	Z	O	N	I		R		
28	I	N	29		30	S	T	A	N	O	T	31	T	E	
	32	Z	A	33	T	T	E	R	E		34	A	R	A	
35	S	O	R	R	I	S	O		36	U	N	O			
I		37	S	A	N	I		38	O	V	I	N	I	39	
40	R	I	O		41	I	A	R	D	A		42	O	O	

1	C	O	S	A	C	C	O		7	S	F		9	R	
	H		10	A	N	T	E	L	11	U	C	A	N	O	
	I		13	R	A		14	E	U	R	A	T	O	M	
15	16	U	S	C		17	R		18	T	I	R	A	T	A
19	S	T	O	R	I	C	A		T		22	T	N		
23	I	O	M	I	F	E	R	M	O	25	Q	U	I		
		26	C	A	M	E	L	I	A		27	U	R		
28	R	C		29	A	R	T	E	S	I	A	N	I		
32	A	A	33	R		34	I	I		35	A	R	L	E	S
36	B	R	E	37	S	T		38	M	I	E	I		E	
39	A	D	I	R	A	T	I		41	O	T	E	R		
43	T	A	S	I		44	G	A	S	S	A	T	E		



Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

Febbraio febraietto, corto e maledetto

Febbraio è il secondo mese dell'anno secondo il calendario gregoriano ed è l'unico che conta di 28 giorni (29 negli anni bisestili).

I Romani, che in origine consideravano l'inverno un periodo senza mesi, lo conobbero a partire da Numa Pompilio che lo aggiunse insieme a Gennaio, come ultimo mese dell'anno. Era dedicato alla dea Febris, dea della febbre e della guarigione dalla malaria, celebrata il giorno 14. A questa tradizione si richiamò la Chiesa Cattolica consacrando il giorno inizialmente a Santa Febronia e più tardi a San Valentino, protettore degli innamorati.

Per i romani era un mese dedicato a riti di purificazione, simboleggiando la condizione della natura in atto di ridestarsi dal torpore invernale. Iniziano, infatti, a sbocciare in questo mese le prime viole del pensiero, le margherite e le mimose. Per i cristiani, oltre alla nota festa di San Valentino, c'è la popolare festa della Candelora (2 febbraio) con cui si ricorda la presentazione al Tempio di Gesù e alla quale la tradizione contadina attribuiva un significato dal punto di vista meteorologico, nel passaggio dal clima invernale a quello primaverile.

Il cielo di Febbraio vede mostrarsi alto sull'orizzonte, in direzione nord, il Grande Carro dell'Orsa Maggiore, che dalla prospettiva italiana appare capovolto.

Il mese di febbraio, nonostante sembra scorrere più velocemente rispetto agli altri mesi, destava non poche preoccupazione a chi lavorava in agricoltura (riferito a Febbraio... "maledetto") perché le provviste iniziavano a scarseggiare e gli animali erano poco numerosi e malandati a causa della carenza di erba, fieno e mangime.

E quali sono le attività che dunque ci attendono in questo mese freddo e "maledetto" (sto scherzando naturalmente!)?



- Sabato 1 e Domenica 2 febbraio avremo una bellissima gita sociale per lo Sci di Fondo a Riale in Val Formazza
- Domenica 2 febbraio faremo una ciaspolata che ci porterà al Rifugio Al Sap nella Valle d'Angrogna
- Domenica 9 febbraio avremo la 3a lezione del Corso di Sci di fondo in località ancora da destinarsi in funzione dell'innervamento che troveremo



- Sabato 15 e Domenica 16 febbraio faremo una gita “in notturna” con gli Sci di Fondo raggiungendo il Rifugio Magià nella valle di Saint-Barthélemy in Val d’Aosta
- Domenica 16 febbraio ci sposteremo fino al Lago delle Bose sopra Oropa
- Ed infine Domenica 23 febbraio avremo la 4a lezione del Corso di Sci di fondo in località ancora da destinarsi in funzione dell’innnevamento che troveremo

A presto ritrovarvi sulle nevi dunque, amici Uetini!

Mauro Zanotto

Direttore Editoriale de “l’Escursionista”



Mauritania

Appunti di viaggio

Forse è il paese meno conosciuto di tutto il Sahara .

Quasi non se ne parla.

Per spiegare devo sempre dire tra Marocco e Senegal.

Eppure è TOP Sahara.

Appena arrivi via terra ti trovi 2 binari.

Pensi di sognare o a qualcosa di dismesso.

Poi la terra comincia a tremare e tu a distanza di km vedi arrivare un serpente di ferro.

3 locomotori che trainano 3 km di vagoni.

E' il treno del ferro, il più lungo al mondo.

Che da Nouadibu va fino a Zouerat.

Porta anche passeggeri, sia nei pochi vagoni che sul ferro stesso alquanto scomodo e poco salutare.

Noi ci abbiamo caricato le mitiche Citroen 2cv.

Viaggio rimasto nella storia.

Appena partiti un vagone ha deragliato, meno male che eravamo praticamente fermi.



Reportage Ai "confini" del mondo

Poi una volta partiti sembra sempre che debba uscire da binari il tutto accompagnato da un freddo glaciale.

Altra chicca e' il Museo di El Beyed della Preistoria.

Fatto da Yslim con il grande Théodore Monod. Abbiamo un progetto di ingrandirlo e ammodernarlo.

Più a sud c'è il grande cratere meteoritico del Guelb El Richard, 40 km di diametro.

A sud a Matmata, incredibile ma vero, gli ultimi coccodrilli del Sahara.

Ne contai fino a 13 in uno specchio d'acqua minuscolo data la poca pioggia.

Sempre più a sud Walata, la città dalle 1000 porte decorate e colorate.





Nomadi ovunque che all'avvicinarsi della mia Toyota preparano già' sulla sabbia coperte, cuscini e la brace per il te'.

Poi le mitiche biblioteche del deserto come a Chinguetti, dove manoscritti millenari ci parlano di tutte le grandi scienze.

Oasi dove mancano solamente Cita e Tarzan, vedi Terjit ed El Berbera.

Insomma un paese dove la sabbia la fa da padrona ma con tante variabili.

Ben Amira il più grande monolite dell'emisfero settentrionale ne è un esempio.

Paese che si fa scoprire piano piano.

Come l'oasi di Tanouchert dove abbiamo costruito scuola e case con programmi solidali.

Situata nel bel mezzo tra Chinguetti e Wadane.

Organizziamo ogni anno nella prima decade di dicembre il Festival Nomade.

Un'occasione unica per vivere con e come i nomadi.

Fabrizio Rovella
(Esploratore e Sognatore)

 Saharamonamour

www.saharamonamour.com



La gita dei ragazzi

Domenica 8 maggio 1910

Che questa simpatica manifestazione della nostra Unione abbia incontrato il favore dei Consoci e relative famiglie lo prova il continuo aumento dei partecipanti a detta escursione annuale dedicata specialmente al mondo piccolo.

Infatti quest'anno erano circa trecento i gitanti che domenica 8 corrente, alle ore 7, prendevano posto nelle vetture del treno speciale della tramvia di Giaveno, e se di essi una novantina si potevano dire bimbi o ragazzi gli altri duecento e più erano un'accolta di Soci di ogni età, di mammine e di babbi più o meno anziani, di giovanotti ancora imberbi, di signorine che da poco dovevano aver abbandonato il vestito corto, fino agli escursionisti provetti molti dei quali abbondantemente brizzolati, ma sempre pieni d'energia e di entusiasmo quanto i giovani.

Il mattino, rallegrato da qualche sprazzo di sole, lasciava sperare in una bella giornata e ciò metteva nell'animo di tutti un senso di giovialità e di allegria che traspariva in modo speciale sulle faccie rosee e fresche dei bimbi, i quali pregustavano il piacere di tutta una

giornata passata all'aperto, liberi dalle preoccupazioni del compito da fare e della lezione da studiare, e coll'autorizzazione dei genitori a correre, a saltare, a giocare tra il verde dei prati sotto i tiepidi raggi del sole di Maggio.

Purtroppo dopo una mezz'ora di viaggio e mentre il treno si avvicinava a Trana il cielo si coprì di nuvoloni che parvero voler sopire alquanto gli entusiasmi, e così quando scendemmo e ci portammo ai piedi della salita di Moncuni, qualche goccia cominciò a cadere. Ma non per nulla, gli escursionisti portano sullo stemma sociale la divisa: "Nec descendere!"

I dubbiosi si rinfrancarono e tutta la gaia comitiva attaccò la salita inerpicandosi con buona lena sui fianchi della facile collina, offrendo uno spettacolo suggestivo e pittoresco, poichè tra il verde di sfondo spiccavano con forte contrasto gli abiti chiari e vivaci, i cappelli borati, i veli, le sciarpe di cui erano, con la consueta grazia, adorne le gentili gitanti e gli irrequieti bambini.

Dopo mezz'ora di comoda salita, riuniti alla sommità, ci attendeva una sorpresa sotto forma di un forte vento che, se ebbe la virtù di scacciare la nebbia e di impedire la pioggia, giunse però poco gradito poichè non ci permise, come era desiderio di tutti, di trattenerci sulla vetta: per cui fu giocoforza ammirare in fretta il bellissimo panorama e cioè



la conca di Giaveno, il Civrari, i laghi di Avigliana e lo sfondo candido delle nevose montagne che ci appariva fra gli squarci delle nubi che turbinavano nel cielo.

Si fece alla svelta un gruppo fotografico e quindi scendemmo sospinti dal vento, ed in breve raggiungemmo la fontana Ceresin dove i solerti direttori avevano stabilito il bivacco. Ivi già trovavansi due carri, giunti da Reano, carichi di vino, birra, pane e altre cibarie.

Il vento si era alquanto calmato e permise agli adulti di aprire prima i sacchi e quindi la bocca per assaporare, con appetito ravvivato, quanto, dietro consiglio dei direttori, ognuno aveva portato con sé da Torino.

Ai ragazzi invece venne distribuita la solita colazione offerta dalla Società e ciò sotto l'autorevole controllo del Capo-Cuoco impersonato, come di consueto dal simpatico consocio Papà Negro.

Tacitato lo stomaco, si cominciò ad estrarre i numeri della lotteria, la quale diede modo di regalare ai bimbi dei premi assai apprezzati fra cui libri istruttivi, balocchi geniali, dovuti questi ultimi alla cortesia della Ditta De Bernardi (Abrador l'avete provato?), alla quale mandiamo un sincero ringraziamento, e terminò quindi con una generale distribuzione di cioccolato della ditta Moriondo e Gariglio offerto con vera abbondanza dal carissimo barba-Rapetti al quale sentiamo il dovere di inviare i sensi della più viva riconoscenza a nome dei bimbi tutti.

Segui poi la corsa nei sacchi e la corsa delle bambine che divertirono assai, specialmente la prima, nella quale tanto i ragazzi come alcuni adulti ebbero campo a distinguersi cimentandosi con accanimento in questa comica gara.

Direttore del servizio d'ordine era il carissimo prof. Raflignone il quale si moltiplicò in modo encomiabile dimostrando come si possa essere allegri e giovaloni come i ragazzi anche quando le... chiome cominciano ad incanutire.

Causa il vento, non si fecero partire le mongolfiere, ma, dopo eseguiti alcuni gruppi fotografici, dal benemerito consocio rag. E. E. Treves, si diede principio al ballo campestre rallegrato dalla musica di Reano venuta con il sig. Sindaco Cavaliere Foresto, col signor Dottor Carbone e col Segretario Comunale signor Geom. Martinasso a farci una graditissima visita ed a portarci un gentile saluto da noi apprezzatissimo e del quale siamo loro vivamente grati.

Verso le 16.30 le trombe direttoriali diedero il segnale della partenza e tutti i gitanti, grandi e piccini, accompagnati dalle autorità e dalla musica si diressero a Reano per vedere il paese e soprattutto per visitare le tombe dei Principi della Cisterna nella chiesa della Madonna della Pietà.

Mentre si procedeva a detta visita una carissima sorpresa ci giunse inaspettata e cioè l'arrivo del nostro Comm. Brayda che, accompagnato dalla musica della sua Villarbasse, volle recarsi fra di noi a portarci il suo gentile saluto ed a dichiararsi spiacente che il tempo, troppo breve, non ci permettesse di toccare pure Villarbasse (come era stato annunciato nel primitivo programma) e dove

Egli si riprometteva di poterci ricevere con la solita spontanea e cordiale signorilità.

L'atto squisitamente cortese venne salutato da vivi applausi e così il Presidente nostro, signor Perotti, i membri della Direzione presenti, come i Gitanti tutti ricambiarono di cuore il saluto affettuoso portatoci, dimostrando evidentemente la generale riconoscenza per il delicato pensiero.

Al suono alternato delle due musiche ci dirigemmo verso Rivoli ed al bivio di Reano rinnovammo i nostri ringraziamenti alle autorità di questo ameno paese ed ai bravi musicanti, come al bivio di Villarbasse salutammo entusiasticamente il Comm. Brayda che, unitamente alla brava banda filarmonica, faceva ritorno a casa sua.

Arrivati a Rivoli, un poco disturbati dal vento che si era fatto più gagliardo, ci affrettammo a ritirarci nell'atrio della stazione, ed alle 18,45 con treno speciale, ritornammo in una ventina di minuti a Torino.

Concludendo, una bellissima giornata (che il vento non ha turbata che in piccola parte), il di cui ricordo rimarrà indimenticabile e gradito specialmente ai ragazzi, invogliando questi bimbi d'oggi che saranno gli uomini di domani, alle belle e salutari passeggiate, gite in collina, e col tempo alle escursioni alpine, svegliando in loro l'amore a questi diversivi della vita di ogni giorno, che rianimano lo spirito, rinvigoriscono il corpo, educano la mente e servono ad infondere nuova vita ed energia al cervello che purtroppo è ai giorni nostri troppo teso e stancato dalle quotidiane occupazioni siano esse lo studio od i doveri professionali.

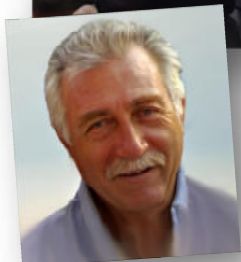
Vada dunque un grazie vivo e sentito ai direttori di questa bella gita, signori Berloquin, Borani, Cima e Negro, che tanto si adoperarono per renderla gradita a tutti, riuscendo pienamente a procurarci uno di quei godimenti semplici e modesti, ma vivi ed intensi, che per essere ignorati o poco apprezzati da molti, non cessano di essere una delle poche fonti di gioia serena per chi sa comprenderli e procurarseli.

Francesco Giuliano

Tratto da "l'Escursionista" n°7
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE
ESCURSIONISTI DI TORINO



Ricordando *Le persone a cui abbiamo voluto bene*



A ricordo di Emilio Cardellino

Mercoledì 4 dicembre anche noi “uettini” CAI ci siamo uniti a parenti e amici nella Chiesa di San Giuseppe per ricordare Emilio Cardellino con due cori.

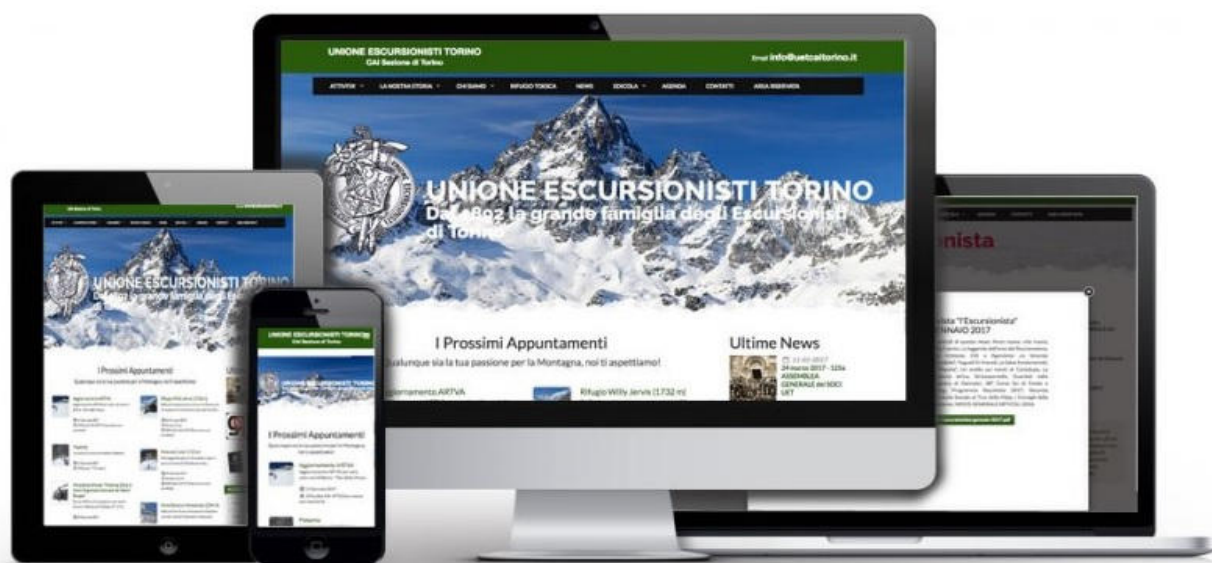
Emilio non si è mai risparmiato, non solo trovava il tempo da dedicare al nostro coro CAI Edelweiss ma anche al coro degli Imbianchini. Io desidero ricordare Emi come una VOCE. Una bellissima voce. Uno dei tanti doni che la vita gli ha riservato. Ne ha sempre fatto un uso discreto, cauto, mai sfacciatamente esibito. Lo ricordo nei trekking e nelle gite quando ad un certo momento con Gigi e Valter, un po' in disparte, si diletta ad intonare alcuni brani di repertorio, sempre però a mezza voce. L'attenzione di tutti i presenti veniva catturata e si formava intorno a loro un gruppo di attenti uditori pronti ad applaudire calorosamente al termine dei brani. E sempre la sua voce era disponibile a confortare e supportare persone in momenti non facili sempre con saggezza, discrezione e correttezza.

Grazie Emi per tutto ciò che ci hai dato e continui a darci da lassù (sei in Paradiso, vero?) continuando a cantare e a parlarci come sempre. Ah, se solo noi ti ascoltassimo invece di essere troppo presi dalle nostre cose terrene.

Ma tu, lo so, persevererai... e vedremo alla fine chi la vincerà.

Marisa Basso

www.uetcaitorino.it



Tramite Smartphone, Tablet, PC, SmartTv vieni ad incontrarci sul nuovo sito www.uetcaitorino.it!

Scopri quali magnifiche escursioni abbiamo progettato per te!

*Registrati gratuitamente come utente **PREMIUM** – non ti costa NULLA - ed accedi a tutti i contenuti multimediali del sito... le foto, i video, le pubblicazioni, la rivista!*

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

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

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

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

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

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

*Scrivici alla casella email
info@uetcaitorino.it*

l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

Febbraio 2025

seguidici su

