



# I'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino    Novembre 2024  
€ 0,00

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

## Un anello tra i valloni di Fenils e Desertes

con salita alla Croce Faure sulla Punta Gardiol

## "Facciano pure, basta che tornino sani e sa lvi"

John Ball, presidente dell'Alpine club, e una moglie italiana

## Walking mountains

La nuova mostra al Museomontagna  
che chiude un anno di attività sul tema del cammino

## Leggere le montagne

I nuovi appuntamenti di Novembre

## Il Golico

Cantando con il coro Edelweiss

SOTTO  
SEZIONI  
E GRUPPI



seguici su



Anno 12 – Numero 127/2024  
Autorizzazione del Tribunale di Torino 18 del 12/07/2013





Sezione di Torino



## Editoriale riflessioni del presidente

### *Fedeli compagne di viaggio*

#### *Le scarpe e la loro storia*

Fino dalla preistoria l'uomo sentì il bisogno di proteggere i piedi nudi dai pericoli e dalle insidie del terreno (urti, ferite e intemperie) che l'ambiente naturale ostile nel quale viveva da nomade gli causavano. Fu così che egli creò (circa 15.000 anni fa) le prime calzature, utilizzando materiali naturali come pelli di animali, legno e foglie.

Nel corso dei secoli sono state rinvenute molte calzature a mo' di sandalo fatte per lo più di papiro.

I sandali erano la forma più comune di scarpa nelle prime civiltà, sia in Europa che in Asia. Nel tempo le calzature hanno avuto delle miglioni grazie all'inizio della migrazione dei popoli in altre regioni e della colonizzazione.

Un discorso a parte va fatto per lo sviluppo tecnologico che la scarpa ebbe in Cina. Questa evoluzione è molto difficile da capire per noi occidentali. Infatti, per molto tempo, il canone di bellezza cinese al riguardo dei piedi era: "il piede piccolo". Lo scopo della calzatura era, appunto, quello di mantenere il piede piccolo, praticando un bendaggio forzato del piede che doveva stare all'interno di specifiche calzature idonee a rimpicciolire il piede, anche al costo di causare delle fratture. Il piede piccolo era ritenuto un segno di grande bellezza.

Gli egizi creavano i propri sandali con liste fatte di papiro e paglia. Questo lavoro veniva fatto in casa dalle donne. I sandali per il faraone e gli alti funzionari venivano fatti nelle botteghe. Le calzature per gli egizi avevano un particolare significato perché i materiali di cui erano fatte esprimevano la ricchezza del proprietario.

Sulle soles dei sandali reali erano disegnati prigionieri, così calcando il terreno, il faraone calpesta i propri nemici. Il modello era semplice, con la pianta piana, una lista che usciva tra le dita e altre due collocate attorno alla caviglia. Quelli del faraone avevano la punta della suola alzata e girata all'indietro. Generalmente, la popolazione camminava scalza e portava i sandali in mano.

Le scarpe nell'antica Grecia esprimevano dei significati simbolici, quale il rapporto che l'individuo aveva con la natura, ma anche il livello sociale e culturale di appartenenza. Uscire di casa scalzi ad Atene era sinonimo di povertà ed aggiungerei non solo ad Atene. I calzolari greci costruivano scarpe di ogni tipo: di pelle, di feltro, di legno, scarpe con il tacco per chi era basso di statura e scarpe con la suola piatta per chi era troppo alto, sandali, stivali e stivaletti.

*Prima e quarta di copertina di questo mese : anello tra i valloni di Fenils e Desertes con salita alla Croce Faure sulla Punta Gardiol*



Sezione di Torino



In particolare il “conturno” era un calzare alto (simbolo della tragedia greca, poi giunto a Roma). Il “soccus”, un sandalo a suola bassa (simbolo della commedia, anch’esso giunto poi a Roma). La distinzione tra le scarpe di uomo e da donna era netta. C’erano calzolari specializzati nella fabbricazione di calzature per l’uomo o per la donna.

Nell’Atene democratica indossare scarpe molto lussuose era considerato disdicevole: infatti i ricchi conducevano una vita simile a quella di qualunque altra persona di ceto più basso. Anche gli schiavi, in genere, andavano in giro con le scarpe. Nella società il gesto di allacciarsi le scarpe rappresentava un cambiamento; il passaggio dal “privato” al “pubblico”. L’inizio e la fine di un viaggio.

Alle celebrazioni religiose, i devoti vi si recavano scalzi. Anche nel passaggio tra la vita e la morte, le scarpe avevano un significato simbolico. Le calzature erano ritenute essenziali per compierlo. Infatti, venivano messe nelle tombe dei vasi a forma di piede con i sandali; oppure a forma di gamba con i calzari. Le scarpe erano considerate anche oggetto di seduzione da parte delle donne.

Pensare che la varietà del vestiario e delle calzature disponibili sia un vantaggio solo di oggi è sbagliato. Gli antichi romani benestanti, già migliaia di anni fa disponevano di diversi tipi di abiti e soprattutto di calzature, di una moda e di precise regole nel vestiario. Una caratteristica della popolazione di allora, abbastanza diffusa era quella di distinguere il ceto sociale delle persone in base alle calzature che portavano.

Ad esempio vi erano i “calcei” (calceus), calzature a stivaletto dei nobili e dei politici romani. Erano colorati di rosso, verde, giallo o bianco per le donne, neri per i senatori, ed in generale, di colori meno accesi per gli uomini. I principali politici della Roma di allora vestivano calzature rosse seguendo l’esempio femminile.

Vi erano poi le “caligae” (caliga), celebri calzature a sandalo indossate dai soldati, che diedero il nome al famoso imperatore Caligola. Queste erano pensate per essere comode e confortevoli per le lunghe marce dei soldati e, soprattutto, per non causare danni ai piedi. Gli ufficiali delle legioni romane per proteggere le gambe usavano gli “schinieri”, gambali metallici. Le calzature del popolo erano le più umili e diffuse. I “perones” erano fatte da una suola piatta, una tomaia di cuoio e dei lacci avvolti attorno alla caviglia per assicurare la calzatura ai piedi.

Un’altra usanza, solo apparentemente moderna, o addirittura ritenuta orientale, ma in realtà assolutamente nostra era quella di non consentire a nessuno di entrare in casa con calzature che avevano calpestato il suolo esterno. Pertanto, ogni ospite in un’abitazione romana riceveva all’ingresso dei sandali, o “socci”, le calzature usate fra le mura domestiche.

Già allora, le scarpe distinguevano le persone, e come oggi erano un marchio di fabbrica importante per la nostra penisola. In oriente hanno prevalso, nel corso dei secoli, le calzature leggere, dagli zoccoli alle pantofole e alle babbucce.

Le invasioni barbariche diffusero l’uso di calzature più rozze, ma in epoca bizantina riapparvero scarpe più comode ed elaborate, distinte dal colore, rosso e giallo per i ceti più alti e nere per il popolo. Nel medioevo la popolazione comune portava zoccoli, scarpe di pelle o semplici pezze di tessuto che venivano avvolte intorno al piede.



Sezione di Torino



Dal XII secolo fino alla metà del '400 si imposero in tutta l'Europa, tranne che in Italia, le calzature "alla poulaine", contraddistinte dalla punta lunghissima. Nello stesso tempo si diffusero calzature con la punta larga, dette "a becco d'anitra". Nel XVI secolo i costumi cambiarono e le calzature "a piede d'orso", basse e dalla punta larghissima si rivelarono le preferite dalle popolazioni europee.

Nel XVII secolo le scarpe in Europa vennero disegnate con i tacchi alti, sia per gli uomini che per le donne. Gli stivaletti erano allacciati con ganci e bottoni. Con l'inizio dell'industrializzazione nel XIX secolo le calzature furono prodotte in serie in fabbrica e oggi sono alla portata della maggior parte della popolazione mondiale.

La moda predominante e durevole fino alla prima guerra mondiale fu per le donne scarpe di raso o di seta e per gli uomini scarpe di vernice. Nel XX secolo si impose per l'uomo una calzatura pratica ed elegante e per le donne una calzatura diversa a seconda delle esigenze.

Volgendo ora lo sguardo alle calzature di montagna, ossia agli scarponi, osserviamo che questi fino all'inizio del '900 avevano le soles chiodate. Essi servivano per muoversi in montagna d'inverno su suoli ghiacciati.

Poi ci fu l'avvento dei ramponi che costituirono la naturale evoluzione degli scarponi chiodati. Essi nascono nel 1909, nella versione a dieci punte, da un'idea dell'alpinista (e ingegnere) inglese Oscar Eckenstein. Egli si recò con il suo disegno progettuale dal miglior fabbro di Courmayeur, Henry Grivel e se li fece produrre.

**Beppe Previti**  
*Reggente UET*





SOTTOSEZIONE DEL CAI TORINO

## Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 12 – Numero 127/2024  
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](mailto:info@uetcaitorino.it)

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

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

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

## Sommario Novembre 2024

Editoriale – Riflessioni del Presidente

**Fedeli compagne di viaggio** 02

*Le scarpe e la loro storia*

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

**Un anello al nuovo bivacco Matteo Corradini alla Dormillouse** 06

Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare

**La leggenda del re Laurino** 09

*Ecco perchè le Dolomiti diventano rosa all'alba e al tramonto*

Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

**La Leggenda del Lago dei Sogni** 12

Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis

**Il Golico** 15

Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare

**Il Pane dell'Emilia Romagna** 18

C'era una volta - Ricordi del nostro passato

**Quando realizzavo un flauto in corteccia** 22

la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna

**Walking mountains** 24

*La nuova mostra al Museomontagna*

*che chiude un anno di attività sul tema del cammino*

la Montagna scritta - la rubrica della Biblioteca Nazionale CAI

**Leggere le montagne, i nuovi appuntamenti di Novembre** 29

Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli

**Un anello tra i valloni di Fenils e Desertes con salita alla Croce Faure sulla Punta Gardiol** 33

Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino

**"Facciano pure, basta che tornino sani e salvi"**

*John Ball, presidente dell'Alpine club, e una moglie italiana* 38

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

**Infiammazione del nervo sciatico: cause, sintomi e trattamenti consigliati** 43

Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici

**Strizzacervello** 46

Prossimi passi - Calendario delle attività UET

**Per Ognissanti mantello e guanti** 53

Reportage – Ai confini del mondo

**Algeria non solo sabbia** 55

*Appunti di viaggio*

Color seppia - Cartoline dal nostro passato

**Prima Gita Sociale Invernale a Limone ed alla Galleria del Colle di Tenda** 57

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

**[info@uetcaitorino.com](mailto:info@uetcaitorino.com)**

## Un anello al nuovo bivacco Matteo Corradini alla Dormillouse

- Località di partenza: Rhuilles mt. 1665
- Dislivello: mt. 1182 per il bivacco Corradini, 1235 per la Cima Dormillouse
- Tempo di salita: 4 ore c.ca
- Tempo di discesa: 3 ore c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 2 Alta valle Susa – Alta val Chisone Fraternali Editore

*Il bivacco Corradini è stato realizzato presso la cima Dormillouse in ricordo di Matteo. Aveva solo 17 anni quando ci ha lasciati. Matteo amava molto la montagna, “adorava la neve, lo sci alpinismo e il free ride. Gli piaceva la gita alla Dormillouse dove saliva ogni anno per poi lasciarsi scivolare nella polvere”.*

*Il bivacco Matteo Corradini si trova poco sotto la cima Dormillouse, sullo spartiacque di confine tra la valle di Thurax e la valle francese della Cerveyrette sulla via per ascendere in vetta al monte Terra Nera.*

*Partendo da Rhuilles in valle Thurax e percorrendo lungamente il disastroso stradello che sale nel vallone Chabaud in direzione del colle, presso i ruderi di un bunker fatto saltare si prosegue sulla mulattiera che sale alle opere di difesa predisposte a suo tempo dai nostri militari presso la cima Dorlier. Giunti più sopra*



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

*si percorre lungamente nella valletta a cui seguono due balze che portano la traccia al lac du Fond da dove, ancora in ripida ascesa, fatta la terza, si perviene al bivacco Corradini allestito poco sotto la vetta della cima Dormillouse su un poggio al riparo dalla valanga.*

*Per rientrare, in alternativa al percorso d'ascesa, si può scegliere di percorrere l'interminabile cresta di confine, la Crete de la Dormillouse, scendendo poi direttamente al col Chabaud dal quale si torna a Rhuilles. Spettacolare e imperdibile quanto di lassù si vede.*

Giunti a Oulx, in alta valle Susa, si prosegue nella valle della Ripa raggiungendo prima Cesana e poi, sempre restando sul fondovalle, Bousson.

Lasciato l'abitato si prende a destra per la valle di Thurax dove più avanti, al bivio nei pressi di Thures, la strada diventa uno stradello sterrato che lungamente, quasi pianeggiando, raggiunge la borgata di Rhuilles.

*In vista dei ruderi di Chabaud*





*Il bivacco Corradini*

Fuori le case, lasciata la strada che s'inoltra nella valle, si piega a destra e superato il ponte sul torrente si può lasciare l'auto nei pressi.

Qui partono due stradelli aventi un'origine militare: il primo scende a valle verso Bousson, il secondo prende a salire in direzione di Chabaud e del colle, e questo si prende.

Dal fondo in pessime condizioni guadagna quota con una serie di diagonali ascendenti e svolte raggiungendo i ruderi di questo abbandonato abitato e poi quelli della caserma oggi diventata un alpeggio.

Sempre proseguendo in ascesa, superate le indicazioni per salire in vetta al monte Giassez, si continua lungamente nel vallone raggiungendo le successive dove si tralascia la traccia che prosegue diritta per il col Chabaud, per la quale eventualmente si tornerà, prendendo a sinistra per la cima Dormillouse, segnalata a 3 ore c.ca.

Superato poco dopo il rio su un ponticello, nei pressi di un grosso masso, che in realtà è un blocco di calcestrutto di un bunker fatto saltare, parte la mulattiera a servizio delle opere di difesa predisposte dai militari tra le rocce e più sopra nei pressi della Cima Dorlier. Si sale piacevolmente e dolcemente nel bosco terminando più sopra in un'ampia conca dove, attraversato il rio, si piega a sinistra percorrendo a semicerchio l'estesa valletta sottostante le rocce della Cima Dorlier.

Giunti di sopra, abbandonata la traccia che prosegue in direzione di questa vetta, ci si inoltra nella verde valle di fronte dove tratti quasi pianeggianti si alternano ad altri dove si sale.

Lungamente continuando per raggiungere il bivacco Corradini occorre superare le tre balze che seguono.

La prima, un grosso mammellone erboso, lo si aggira sulla sinistra raggiungendone il retro più sopra dove la traccia prosegue ripida, ma sempre evidente tra gli sfasciumi per via dei numerosi ometti che la individuano.

Al termine di questa seconda balza si raggiunge l'incantevole lac du Fond dove si affronta la terza che percorsa faticosamente porta sul poggio dove ora sorge il nuovo bivacco Matteo Corradini, mt. 2847.

*4 ore c.ca da Rhuilles.*

Il bivacco possiede l'essenziale: tavolati per dormire, tavolo, panche e nulla più. Pertanto, volendo usufruirne, occorre provvedere al resto. Sempre aperto, per accedervi è bene consultare la pagina instagram per informazioni e prenotazioni, solo al fine di evitare assembramenti.

Volendolo in breve facilmente si raggiunge la bianca croce in vetta alla Cima Dormillouse mt. 2900, già in vista.

*Guardando al non  
lontano Pic de  
Rochebrune*



Per rientrare la via più facile che non crea problemi è quella utilizzata per salire. Volendo sviluppare un anello e scendere a valle per altra via, in alternativa si può percorrere per un lungo tratto il crinale, detto la Crete de la Dormillouse, con facile percorso individuato anche da alcuni ometti che segnano la via. Con alti e bassi, seguendo la natura del crinale di confine, liberamente si traversa aggirando le asperità sul versante francese.

Così lungamente continuando, toccati alcuni cippi di confine datati 1823, si giunge dove il pendio precipita essendo il punto in cui si è il vertice e il colle Chabaud la base di un ampissimo triangolo.

Non essendoci a questo punto traccia di sentiero si scende individuando nell'erbosio a tratti ripidissimo pendio la strada migliore così evitando le macchie di rododendro e di mirtillo che costellano la via di discesa.

Perdendo quota poco per volta, trovati per via alcuni cippi di confine, si giunge infine al fondo, all'estesissimo col Chabaud, proprio nel punto in cui, un ultimo cippo e una palina, segnano il confine tra i due stati.

Piegando a destra inizialmente un sentierino scende a valle facendosi il rio sempre più corposo. Traversando tra i prati si giunge infine alle indicazioni per la Cima Dormillouse dove questo lungo anello si chiude.

Non resta che ripercorrere a ritroso l'interminabile tratto d'ascesa sul disastroso stradello che superati i panoramici resti di Chabaud scende ancora a valle terminando nei pressi del ponte sul torrente poco fuori Rhuilles.

*3 ore c.ca dal bivacco Corradini.*

**Beppe Sabadini**

## La leggenda del re Laurino

*Ecco perchè le Dolomiti diventano rosa all'alba e al tramonto*

*Hai mai sentito parlare dell'enrosadira?*

*È una specie di magia che si ripete ogni giorno, all'ora dell'alba e del tramonto, quando i raggi del sole accarezzano le cime delle Dolomiti e le colorano di rosso. È un fenomeno spettacolare, che nei secoli ha ispirato tante bellissime storie.*

La più famosa, di sicuro, è quella di re Laurino e delle sue magnifiche rose. Ora te la raccontiamo!

Tanti tanti anni fa sulla catena montuosa del Catinaccio viveva re Laurino, lo scaltro re dei nani, che passava le sue giornate scavando nelle viscere della montagna alla ricerca di gemme preziose. Tra i suoi tesori, il re possedeva una cintura magica, che gli permetteva di diventare invisibile.

Un giorno il re dell'Adige tenne una grande festa a cui invitò tutti i nobili, tranne re Laurino. Il re dei nani, però, ci andò lo stesso, indossando la sua cintura per non farsi vedere da nessuno. Alla festa c'era anche Similde, la bellissima figlia del re.

Laurino se ne innamorò al primo sguardo e, sfruttando la sua invisibilità, la rapì e la portò con sé nel suo regno sul Catinaccio.

Era così innamorato di quella ragazza che, con un incantesimo, ricoprì la montagna di un bellissimo manto di rose rosse (non a caso in tedesco il Catinaccio è conosciuto col nome di "Rosengarten"). Il re dell'Adige però non restò con le mani in mano e con il suo esercito marciò verso il regno di re Laurino, deciso a liberare sua figlia.

Il re dei nani era sicuro che nessuno lo avrebbe scovato perché, grazie alla sua cintura, poteva rendersi invisibile, ma non aveva tenuto conto di una cosa: ogni volta che si muoveva su quel giardino di rose, ne calpestava qualcuna. Così ai soldati del re bastò seguire il sentiero di rose calpestate per raggiungerlo, acciuffarlo e strappargli la cintura magica.

Al povero re dei nani non restò che arrendersi e consegnare al padre la bella Similde. Prima di farlo, però, lanciò una tremenda maledizione



## Penna e calamaio *Racconti per chi sa ascoltare*

contro quel giardino di rose che lo aveva tradito.

Disse: "Né di giorno, né di notte alcun occhio umano potrà più ammirarti". E così, dove un tempo c'erano quelle bellissime rose non restò che la nuda roccia.

Re Laurino, tuttavia, non aveva tenuto conto dell'ora del tramonto, che non è né giorno né notte. Per questo, ancora oggi, quando il sole scende dietro le montagne, possiamo ancora ammirare il giardino di rose rosse che colora le cime delle Dolomiti.

**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 è aperto tutti i fine settimana!  
Vi aspettiamo!*



## La Leggenda del Lago dei Sogni



## Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

In una remota valle delle Alpi, circondata da vette maestose e boschi fitti, si trovava un lago incantevole, noto come il Lago dei Sogni.

Questo lago, con le sue acque cristalline, era avvolto da un alone di mistero e magia. La leggenda narra che chiunque si specchiasse in quelle acque potesse vedere il proprio futuro e i propri desideri più profondi.

Un tempo, in un villaggio vicino, viveva una giovane ragazza di nome Eliana. Era conosciuta per la sua natura gentile e il suo spirito avventuroso.

Eliana sognava di viaggiare oltre le montagne, di scoprire mondi nuovi e sperimentare meraviglie mai viste. Ma le sue giornate passavano tranquille nello stesso villaggio, mentre il suo cuore desiderava ardentemente l'ignoto.

Un giorno, spinta dalla sua curiosità e dai racconti degli anziani del villaggio, Eliana decise di recarsi al Lago dei Sogni.

Si alzò all'alba, indossò un semplice vestito di cotone e partì verso la montagna, accompagnata solo dal canto degli uccelli e dal fruscio del vento tra gli alberi.

Dopo ore di cammino, finalmente giunse sulle sponde del lago.

La vista la lasciò senza fiato: l'acqua brillava sotto il sole come migliaia di stelle e le montagne circostanti riflettevano la loro immagine nel lago, creando un panorama incantevole. Eliana si avvicinò cautamente, quel luogo sembrava avvolto da una magica serenità.

Senza pensarci due volte, si chinò per guardare se stessa nell'acqua. Appena le sue punte delle dita sfiorarono la superficie, il lago iniziò a incresparsi, e una visione si formò.

Vide il suo futuro: si trovava in terre lontane, circondata da meraviglie, ma anche da sfide e pericoli. Il suo cuore batteva forte, eppure, in quel momento, comprese che la sua vita non sarebbe stata solo una questione di avventure, ma anche di scelte significative.

Mentre contemplava la visione, una figura apparve alle sue spalle.

Era un vecchio saggio, vestito di una tunica bianca e con uno sguardo penetrante. «Il Lago dei Sogni mostra ciò che desideri, ma non dimenticare che i sogni richiedono impegno e coraggio», disse con voce calma.





Eliana si voltò, sorpresa, ma il vecchio continuò: «Se desideri davvero scoprire il tuo destino, dovrai affrontare tre prove che il lago stesso ha scelto per te. Solo così potrai realizzare i tuoi sogni».

Incuriosita e determinata, Eliana accettò la sfida. La prima prova richiedeva che trovasse una pietra preziosa, situata nel cuore della montagna, che simboleggiava la verità.

Senza esitazione, iniziò la sua ricerca, arrampicandosi tra sentieri ripidi e frastagliati, affrontando la fatica e il timore. Dopo ore di ricerca, finalmente scoprì una gemma scintillante in una cavità tra le rocce.

La portò al lago e la pose sull'acqua. La gemma si dissolse in un'esplosione di luci, rivelandole una nuova visione di se stessa, sicura e realizzata.

La seconda prova consisteva nell'aiutare una creatura ferita. Eliana trovò un piccolo aquilotto, caduto dal nido, che non poteva volare.

Con pazienza e amore, lo curò e lo aiutò a tornare tra le sue ali. Quando il piccolo aquilotto spiccò il volo, una dolce melodia si levò nell'aria, e il lago brillò intensamente, offrendole un'altra visione: quella di un'amicizia solida e duratura, costruita su atti di gentilezza.

Infine, l'ultima prova richiedeva che Eliana affrontasse la sua paura più grande. Si trovava di fronte a un dirupo, alto e pericoloso, e sentì il cuore battere forte.

Ma ricordando le altre prove e il volto gioioso dell'aquilotto, si arrampicò con determinazione e, una volta in cima, si lasciò andare in un salto di fede. Atterrò su una piattaforma sicura, e dal suo spirito libero, comprese che superare le proprie paure era il vero cammino verso la libertà.

Compite le tre prove, il lago si illuminò in una tonalità dorata. Il vecchio saggio apparve di nuovo, sorridendo. «Ora sei pronta, Eliana. I tuoi sogni non sono più solo visioni, ma realtà che puoi raggiungere. Ricorda, il viaggio non finisce mai, ma sei ora pronta a viverlo appieno».

Con il cuore colmo di gratitudine, Eliana tornò nel suo villaggio. Le sue avventure l'avevano trasformata, e ora capiva che i sogni erano presenti in ogni passo della vita.

E così, il Lago dei Sogni continuò a brillare nel cuore delle Alpi, sicuro di accogliere chi avesse il coraggio di inseguire le proprie aspirazioni, per sempre custodito nelle leggende di chi aveva amato e sognato.

**Mauro Zanotto**

*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...*



## Il Golico

*Se la Julia non fesse ritorno,  
la me mama pregherà par mi,  
Se la Julia non fesse ritorno,  
la me mama pregherà par ti*

*Là sul Golico sotto la neve,  
nà preghiera prima de dormir  
là sul Golico sotto la neve  
nà preghiera prima de morir.*

*Oh Madonna regina del cielo,  
su me mama meti la Tua man,  
daghe forza de pianzer pianelo,  
daghe forza de non disperar.  
Se la Julia non fesse ritorno...*

Parole e musica di Bepi De Marzi in riferimento della battaglia sul Golico.

Gli Alpini, soprattutto quelli della Divisione Julia, erano partiti per un fronte, quello greco, per una guerra che i governanti di allora si illudevano fosse poco più di una passeggiata; "... spezzeremo le reni alla Grecia..." era lo slogan dei capi fascisti.

La Julia, che già era stanziata in Albania, iniziò la sua tragedia il 26 ottobre 1940 con l'attacco ordinato dal Comando Supremo in una stagione autunnale che, per l'arrivo delle piogge e delle prime nevi, non era quella opportuna per intraprendere una guerra.

Per quanto riguarda l'organizzazione, basti pensare che già il 1° novembre gli alpini della Julia avevano già terminato la riserva di viveri.

Scarseggiavano pure le munizioni e la copertura aerea promessa non si fece vedere. Dall'inizio dell'offensiva vera e propria (28/10/1940) all'11 novembre le perdite della divisione ammontarono a 1674 uomini, di cui 40 ufficiali. La resistenza greca, esercito e partigiani, bloccò sui monti, ai confini con l'Albania, le truppe italiane e l'inverno completò l'opera. Divenne una guerra di posizione.

Il Golico è un monte, nei pressi del fiume Voiussa, reso famoso da un altro canto ("Il ponte di Perati"), il fiume che "... s'è fatto rosso del sangue deglia alpini ...": la montagna fu più volte presa e perduta, soprattutto nel periodo 7/3/1941-18/3/1941, e ciò con numerose



perdite fra gli alpini dei Battaglioni Tolmezzo, Gemona e Cividale, della Julia, ed anche del Btg. Susa della Taurinense. Il solo Btg Cividale il giorno 18 marzo ebbe 40 morti e 240 feriti.

Il testo, anche se d'autore, segue la tradizione di tutti i canti alpini e, quindi, non è un testo che esalta la guerra, anzi tutt'altro. Infatti l'alpino, conscio che qualsiasi azione potrebbe essere l'ultima, rivolge un pensiero alla madre e prega la Madonna di dare alla madre, che perderà il figlio, la forza di poter piangere senza disperazione.

Il Golico: il fianco nord cadeva a dirupo sulla Vojussa e sulla parte opposta del fiume, verso nord, vi erano le catene di monti Trebescines e Scindeli. Era da noi chiamato il Golgota, per gli avvenimenti che lì accaddero tra marzo ed aprile 1941.

Il suo fianco ovest, verso Tepeleni, dava sul fiume Drino, prima con un pendio armonioso alla base, che poi si inaspriva di molto, con bosco ceduo e grossi arbusti terminando verso le grandi rocce della cima, quota 1615.

La strada che da Tepeleni portava a Clisura era come una gola, affiancata a nord dalle aspre catene dello Scindeli e del Trebescines, dove caddero centinaia dei nostri e molti più fra i greci.

Questi avevano deciso di sfondare su quel settore per potersi aprire la via sulla pianura ed arrivare al mare, convogliando in quella zona anche la famosa Divisione Creta, il miglior reparto dell'esercito greco, per assistere le già numerose divisioni impegnate.

Erano certi di annientare gli italiani e già da tempo il Golico era teatro delle più dure battaglie tra le nostre truppe, Divisioni di fanteria Sforzesca, Legnano, Ferrara con reparti di camicie nere fasciste, e le loro milizie.

I nostri reparti erano da tempo logorati e decimati, e toccava alla Divisione Julia rimpiazzarli.



Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser  
<https://www.youtube.com/watch?v=rJV7cPAqGMI>  
(Coro "I Crodaioli")

Oh Madonna  
regina del  
cielo, su me  
mama meti la  
Tua man...



Dal diario di Padre Generoso, cappellano del btg. Gemona.

Sabato 8 Marzo 1941. Durante tutta la giornata la montagna della morte è avvolta dal fuoco. Il Golico è un vulcano che erutta continuamente pietre, riempie con i suoi boati ogni valle e l'eco si perde lontano...

La neve sulla vetta è spazzata ed annerita dai numerosi colpi di artiglieria. In mezzo a quell'inferno di rombi e di fuoco avanzano gli alpini: i resti del Gemona ed il btg. Val Fella. Il tributo del sangue è generoso... la quota 1615 non è sazia di Eroi e ne richiede ancora... pochi sono quelli che possono gridare: Vittoria. La quota è nostra. Passano feriti... Quanto accaduto sul Golico e più in generale in Grecia

non ha poi impedito ai nostri governanti di allora di intraprendere, a poco meno di un anno di distanza, una campagna ancora più tragica vale a dire "La Campagna di Russia" con i disastrosi risultati che sappiamo. Purtroppo la Storia che dovrebbe essere "Maestra di vita" non lo è mai stata, i fatti di ieri come quelli odierni sono la palese dimostrazione.

Invocazione alla Madonna regina del cielo. Esistono diversi tipi di richieste che possono essere fatte alla Madonna. Si può chiedere la sua protezione, la sua guida, la sua forza, la sua pace, la sua benedizione, la sua comprensione, la sua grazia, la sua misericordia, la sua guarigione e altro ancora. Inoltre, è possibile anche pregare la Madonna affinché interceda presso Dio per i nostri cari, pregare per la conversione dei peccatori, chiedere aiuto nei momenti di difficoltà o di sofferenza, chiedere assistenza finanziaria, chiedere aiuto nella ricerca di un lavoro, chiedere aiuto nella ricerca di una casa, chiedere la guarigione di malattie fisiche o mentali e altro ancora.

È importante ricordare che la Madonna ascolta le nostre preghiere, ma che la Sua risposta non è sempre quella che ci aspettiamo. A volte, la Sua risposta può essere una lezione che dobbiamo imparare, un segno che la nostra strada non è quella giusta o una benedizione che possiamo ricevere solo se abbiamo fede.

Invocare la misericordia divina e chiedere la grazia alla Madonna è un modo tradizionale di esprimere la nostra preghiera. La preghiera è un segno di fede, speranza e devozione.

La Madonna, come madre piena di amore, è pronta ad ascoltare le nostre preghiere e ad intercedere presso Dio per noi.

Quindi, è importante pregare con sincerità e fede, perché la Madonna non ci deluderà mai.

**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](mailto:info@coro-edelweiss.it)

## Il Pane della Emilia Romagna

*Amici de "Il Mestolo d'oro"... ben ritrovati!*

*Al termine di queste lunghe vacanze estive siamo arrivati in Emilia Romagna.*

*Il pane in questa regione ha un posto fondamentale nella tradizione mediterranea come componente primario dell'alimentazione.*

*Il pane fresco artigianale ha infatti una storia, poiché è fatto per lo più con farine che provengono dal territorio e non conosce additivi per migliorarlo.*

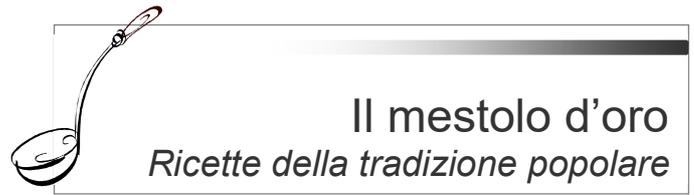
*Quello che distingue il pane tipico di questa regione è anche il tipo di lavorazione e il lievito. Infatti spesso viene impiegato il lievito madre, che può essere un pezzetto di pasta della precedente lavorazione oppure un impasto a base di farina, acqua e zuccheri che, mescolati tra di loro, fermentano spontaneamente, producendo anidride carbonica, da cui la lievitazione naturale.*

*In Emilia Romagna, un tipico pane ferrarese è la Coppia ferrarese (o Ciupèta), rinomato per la sua bontà e per le forme accattivanti; di antica origine rinascimentale fu ideata da Christoforo da Messisbugo, siniscalco o scalco (gran cerimoniere) alla corte degli Este nel Granducato di Ferrara, per i banchetti d'onore.*

*Tra gli altri pani tipici dell'Emilia Romagna ricordiamo il Pane di Pavullo, prodotto nella regione montuosa del Frignano, in provincia di Modena, nelle località di Pavullo e nella piccola frazione di Verica, il Pane con il bollo, la cui storia risale al Quattrocento: il "bollo" in questione serviva a distinguere le pagnotte destinate ai pellegrini che transitavano nel tratto emiliano della Via Francigena, il Pane schiacciato, la Sfogliata o torta degli ebrei, la Tibuia, la Tigella modenese, la Tirota con cipolla, la Crescentina, l'Erbazzone di Reggio Emilia, la Focaccia con ciccioli.*

*Cosa aspettiamo quindi a cimentarci con la preparazione di alcuni di questi grandi pani italiani?*

*Buon lavoro e... "mani in pasta"!*



### **Coppia ferrarese (o Ciupèta)**

*La coppia ferrarese è un tipo di pane tipico della città di Ferrara. La sua particolarità sta nella forma che viene data all'impasto prima della cottura: prima viene attorcigliato e poi legato a formare due cornetti uniti. La leggenda fa risalire questo pane al Carnevale del 1536, quando, durante una cena in onore del duca di Ferrara, messer Giglio portò in tavola un pane ritorto che aveva una forma simile a due cornetti uniti tra loro. La particolarità del pane sta nella sua forma che gli permette di avere una parte esterna più dura, detta crostino, e una interna mollicosa.*



Coppia ferrarese

#### INGREDIENTI

- 500 gr di farina
- 220 ml di acqua
- 50 gr di burro o strutto
- 10 gr di sale
- 12 gr di lievito di birra
- 1 cucchiaino di olio

#### PREPARAZIONE

Disponete la farina a fontana e versatevi al centro il lievito e l'acqua a temperatura ambiente.

Impastate, aggiungete il burro ed il sale e continuate a lavorare ancora per 10 minuti, aggiungendo anche un cucchiaino d'olio.

Formate una palla e fate lievitare per 2 ore.

Dividete adesso l'impasto in 3 parti.

Poi ogni parte in due metà ed un pallino.

Stendete ogni pezzo grande in un triangolo.

Poi iniziate ad arrotolare la pasta da entrambi i lati fino ad arrivare al centro.

Unite con la pallina di impasto e Formate così le coppie.

Lasciate riposare ancora per circa 30 minuti su una placca da forno, cuocete poi nel forno già caldo a 220°C per 20 minuti.

Lasciate raffreddare le coppie ferraresi su una gratella prima di servirle

#### *Pane La Misericordia*

*Il pane La Misericordia nasce a Busseto, ed è il pane della Misericordia. Giovan Francesco Pallavicino, marchese di Zibello, nel XV secolo istituì l'elemosina giornaliera a favore dei poveri, ai quali veniva dato proprio questo "pane duro" ed economico, fatto con tanta acqua e poca farina. È ancora oggi il pane della tradizione di Parma e dintorni, e riporta alla mente il ricordo di tempi duri.*

#### INGREDIENTI

- 500 gr farina di grano tenero
- 200 ml acqua
- 50 gr strutto raffinato
- 12 gr lievito naturale
- 10 gr sale



*Pane La Miseria*

## **PREPARAZIONE**

La farina viene impastata con lievito di birra sciolto in acqua salata e lo strutto fuso.

L'impasto, duro, viene lavorato a lungo lasciandolo fermentare per molte ore.

Quando la lievitazione è completata si formano dei pezzi dalla forma oblunga di 30 cm. circa e dal peso di 2 etti e mezzo.

Vengono incisi nel centro assumendo la forma di farfalla.

Si cuoce nel forno caldo.

## ***Pane con il Bollo***

*Questo tipo di pane ha origine nel piacentino intorno al 400, precisamente a Ponte*

*dell'Olio, oggi è molto noto anche fuori provincia, forse perchè il suo gusto delicato si sposa molto bene con tante pietanze. Fatto con farina di grano tenero, il nome Bollo deriva dal fatto che alla piccola pagnotta di pane, viene aggiunta al centro una pallina di pasta, proprio a modo di bollo, che dopo la cottura lo distingue decisamente dalle altre tipologie di pane.*

## **INGREDIENTI**

- 600 gr farina di grano tenero
- 230 ml acqua
- 10 gr lievito naturale
- 5 gr lievito di birra
- 10 gr sale



*Pane con il Bollo*

### **PREPARAZIONE**

Dopo accurato impastamento la massa viene fatta lievitare per diverse ore.

Si riprende l'impasto, si aggiunge altra farina, si mescola bene il tutto e si formano delle pagnotte a filone dal peso di circa 7/8 etti.

Si lascia lievitare ancora per qualche ora (2 alzate), poi si cuoce.

Il prodotto finito è morbido, saporito e si conserva a lungo.

**Mauro Zanotto**



## Quando realizzavo un flauto in corteccia

Era l'estate del 1961 quando i miei genitori per rendere diverse le vacanze scolastiche estive affittarono per un mese una casa alla borgata Alotti di Condove.

Certo non era una vera vacanza visto che già abitavamo ai Fiori di Condove, ma per me che le uniche vacanze erano state alla colonia Fiat di Marina di Massa fino agli undici anni e poi nelle giornate estive soleggiate al torrente Gravio del paese, sembrava un mondo nuovo di sensazioni e quando ripenso a ciò vedo cose semplici: natura, persone care, cibo, parole, sguardi, sorrisi.

In quel mese un ragazzo più grande mi insegnò a realizzare uno strumento musicale in corteccia somigliante ad un flauto o ad un fischiotto.

Si tratta di uno strumento appartenente tuttora al mondo agro-pastorale, pertanto veniva costruito e utilizzato dai pastori, di cui spesso diventava accompagnatore durante il pascolo.

La loro durata è di una decina di giorni; infatti il rinsecchimento e il restringimento della corteccia ne modificano la sostanza e la forma compromettendone la funzionalità.

Per la costruzione di questi strumenti si utilizza la corteccia del castagno, del salice, frassino, gelso, sorbo, e altre essenze elastiche, dritte e prive di nodi.

Noi usavamo il castagno albero molto comune nella zona. La dimensione dei rami utilizzati per la costruzione variava da un diametro di 15 mm a 30 mm circa.

Il periodo migliore per costruire questi strumenti sarebbe quello primaverile, ma noi anche in estate lo realizzavamo, era solo più difficile trovare il ramo adatto.

Primaverile perché vi è la ripresa del ciclo vegetativo e nei vasi legnosi inizia a risalire dalla radice fino alle foglie e agli apici dei rami la linfa, questa permette il distaccamento della corteccia dal resto del ramo.

La presenza della linfa quindi rende possibile sfilare dal ramo la corteccia in modo che si mantenga integra, senza spaccature o fessure, condizione necessaria per la realizzazione dello strumento.



## C'era una volta Ricordi del nostro passato

Una volta reperito un ramo o pollone viene praticata col coltello una incisione circolare sulla corteccia la quale determina la lunghezza dello strumento.

Dall'estremità del ramo tagliato al punto della circonscisione non devono essere presenti nodi e il ramo deve essere dritto.

Se vogliamo il flauto a becco viene realizzato il labium a forma di D, con l'asta rivolta verso il foro di insufflazione, ad una distanza di circa 20 mm dall'estremità.

Poi si esegue il taglio longitudinale all'estremità del ramo per creare il becco. Indi si batte insistentemente la corteccia con il manico del coltello su tutta la lunghezza fino al taglio circonscisorio facendo ruotare il ramo affinché venga battuto su tutta la superficie.

La battitura serve per far staccare la corteccia dal ramo.





In ultimo si afferra il ramo con una mano dalla parte appena battuta e con l'altra mano dall'altra parte e tramite torsione si cerca di staccare la corteccia. L'operazione della battitura della corteccia può essere ripetuta qualora non si distacchi. A quel punto la corteccia viene sfilata delicatamente ottenendo un tubo.

Il flauto di corteccia viene suonato effettuando un'insufflazione, associata al movimento digitale col secondo dito della mano effettuato all'estremità terminale, che rappresenta l'unica apertura oltre all'imboccatura.

Realizzare questi flauti diventava un gioco ma anche una competizione tra chi riusciva a realizzarli con un suono più forte.

Molto ricca è la terminologia piemontese con cui vengono chiamati i flauti in corteccia a seconda della zona: subièt, pifer, sifolèt, flaut.

Come vedete la felicità ai miei tempi era una cosa semplice, e si poteva trovare ogni giorno, in ogni cosa intorno a noi.

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



la Vedetta Alpina  
la rubrica del  
Museo Nazionale della Montagna

MUSEOMONTAGNA  
TORINO  
31|10|2024—29|06|2025

LOU POURTOUN  
OSTANA (CN)  
04|10|2024—29|06|2025

# WALKING MOUNTAINS

*Walking mountains*  
*La nuova mostra al Museomontagna*  
*che chiude un anno di attività sul tema del cammino*

A partire da un dialogo con  
Hamish Fulton e Michael Höpfner

Andreco • Giorgio Andreotta Calò • Joseph Beuys • Daniel Beerstecher • Ellie Berry • Ruben Brulat • Manuele Cerutti • Stefano Comensoli\_Nicolò Colciago • Hamish Fulton • Bepi Ghiotti • Michael Höpfner • Jan Hostettler • Richard Long • Claudia Losi • Linda Jasmin Mayer • Luana Perilli • Ramona Ponzini • Laura Pugno • Francoise Vanneraud

Una mostra di



Con



Con il sostegno di



Con il contributo di



In collaborazione con



Con il supporto di



Sponsor tecnico



Nell'ambito del



PROGRAMMA SOSTENIBILITÀ MUSEOMONTAGNA



Illustrazione: Giuseppe Gualandri

Il programma espositivo di quest'anno, 150° anniversario della fondazione del Museomontagna, si conclude con due grandi mostre.

Oltre a quella dedicata all'apporto delle aziende italiane alla spedizione italiana al K2 del 1954 – che quest'anno festeggia i suoi 70 anni e di cui abbiamo parlato nel numero precedente – il Museo presenta la mostra *Walking Mountains*, visitabile nelle sale delle "Arcate" fino al 25 giugno del 2025.

Il progetto conclude un percorso di ricerca incentrato sul tema del cammino, nell'anno del 150° anniversario del Museo. Un'indagine avviata a novembre 2023 con l'esposizione *Stay with Me. La montagna come spazio di risonanza* e sviluppata nel corso dei mesi attraverso un programma diffuso e multidisciplinare dal titolo *Stay with Me. A Whole Growing Exhibition*.

Come ha sottolineato Daniela Berta, direttrice del Museomontagna, a proposito della nuova mostra, *Walking Mountains* "indaga il tema del cammino da una prospettiva inedita, sottolineando ancora una volta l'attenzione che il Museo rivolge alla creatività contemporanea come strumento per affrontare criticamente le grandi sfide del presente e del futuro dei territori montani. A conclusione di un anno di celebrazioni per il 150° anniversario del Museo, rendiamo simbolicamente omaggio ai soci del Club Alpino che nel 1874 hanno mosso

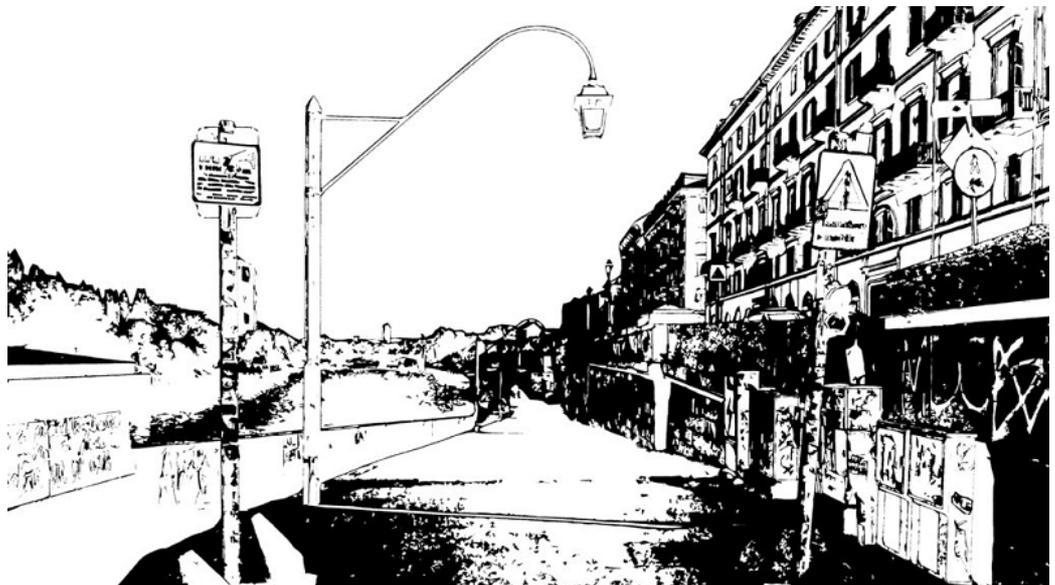
i primi passi per la creazione della nostra istituzione".

A cura di Andrea Lerda e parte del Programma Sostenibilità, dedicato all'ambiente, l'esposizione ha due mentori d'eccezione: Hamish Fulton, fondatore della Walking Art, e Michael Höpfner, artista camminatore.

Non concepita come una ricerca sulla Walking Art, né con l'intenzione di proporre una panoramica completa e di tipo storico sul tema, la mostra indaga l'esperienza del cammino come occasione per immergersi nei contesti montani e per ripensare il nostro modo di *stare-in-contatto* con il mondo.

In *Walking Mountains* l'attraversamento della montagna diventa occasione per un dialogo inedito con l'alterità, con la dimensione biotica e abiotica; strumento per un'evoluzione del sentire; esperienza di rinnovamento della coscienza individuale e collettiva; occasione per riconoscere che il genere umano è parte non indispensabile di un tutto; atto radicale – intimo e politico al tempo stesso – di disubbidienza e rivoluzione.

*Bepi Ghiotti, YTBT, 2024, Courtesy l'artista.*





*Sibylle Duboc,  
La marcia dei ghiacciai,  
2025. Courtesy l'artista e  
Mucho Mas!, Torino.*

Il percorso espositivo presenta le opere di venti artiste e artisti – le cui ricerche sono mosse dalla consapevolezza che il cammino possa rappresentare un gesto rivitalizzante e sovversivo – in dialogo con quelle di artisti storici come Richard Long e Joseph Beuys.

Andreco, Giorgio Andreotta Calò, Joseph Beuys, Daniel Beerstecher, Ellie Berry, Ruben Brulat, Manuele Cerutti, Stefano Comensoli\_Nicolò Colciago, Hamish Fulton, Bepi Ghiotti, Michael Höpfner, Jan Hostettler, Richard Long, Claudia Losi, Linda Jasmin Mayer, Luana Perilli, Ramona Ponzini, Laura Pugno, Francoise Vanneraud, sono gli artisti invitati a dialogare con le opere di Long e Beuys.

La mostra presenta anche una piccola sezione esterna, allestita presso il centro Lou Pourtou di Ostana, a Cuneo, e realizzata in collaborazione con Viso a Viso - Cooperativa di Comunità, che amplia e arricchisce il progetto ideato per gli spazi del Museomontagna.

Accompagna la mostra un catalogo bilingue (italiano/inglese) che raccoglie il percorso realizzato dal Museo tra il 2023 e il 2024.

L'esposizione è inoltre affiancata da un programma di performance pubbliche che, a partire dal 1° novembre con *Walking Every Direction* dell'artista Hamish Fulton, si svilupperà fino a giugno 2025.

Nel 2025 ci saranno gli incontri con Sibylle Duboc, Claudia Losi e Bepi Ghiotti. Si partirà sabato 5 aprile 2025 con Sybille Duboc che condurrà il pubblico in un viaggio immaginario attraverso il fenomeno della scomparsa dei ghiacciai. La camminata è un agente sociale che invita le persone alla partecipazione. Attraverso parole, letture, piccole produzioni artistiche e visioni immaginarie, l'artista attiva un'esperienza di significazione su un tema di grande urgenza collettiva. Dalla condivisione e dallo spostamento in gruppo nascerà un corpus di stampe cotte e smaltate, intese sia



*Claudia Losi,  
Il viaggio dei sottili,  
2025. Courtesy  
l'artista.*

come cenotafio in omaggio alla fusione dei ghiacci, sia come testimonianza che dall'attivazione diretta delle persone ha origine il processo di re-immaginazione del reale.

Sabato 10 maggio 2025 sarà la volta di Claudia Losi. La performance pubblica *Il viaggio dei sottili* nasce in seguito a un intreccio di incontri e di esperienze accolti dall'artista durante la residenza e i cammini sotto le pendici del Monviso.

L'azione, pensata per prendere forma al tramonto, proietta in un atto performativo animazioni notturne, deambulazioni di ombre, racconti di voci e canti. Suggestioni percepite in occasione del tempo trascorso al Ostana, ospite della Cooperativa di Comunità Viso a Viso.

La performance cristallizza il concetto fisico e mentale di deriva, di apertura all'alterità, quelli di partecipazione e co-creazione, alla base di un'ampia riflessione incentrata sulla migrazione del pensiero da antropocentrico a biocentrico.

Bepi Ghiotti concluderà il programma sabato 28 giugno 2025. In *YTBT*, attraverso il suono amplificato dei passi di un uomo, Bepi Ghiotti

riflette su cammino come atto di resistenza poetica e politica. L'azione diventa una potente metafora di viaggi interiori e della presenza individuale nello spazio urbano. La performance richiama l'attenzione sull'essenziale e su ciò che normalmente passa inosservato, trasformando il camminare quotidiano in una composizione sonora dinamica che interagisce con l'ambiente circostante. L'opera invita a rallentare, ad ascoltare e a percepire attentamente il mondo, promuovendo una riflessione sul nostro impatto sulla Terra e sulla necessità di un rapporto consapevole con lo spazio e la comunità.



## **Walking Mountains**

A cura di Andrea Lerda, a partire da un dialogo con Hamish Fulton e Michael Höpfner

Un progetto del Museomontagna

Con: Club Alpino Italiano e Città di Torino.

Con il sostegno di: Regione Piemonte; Fondazione Compagnia di San Paolo; Camera di Commercio, Industria, Artigianato e Agricoltura di Torino; Pro Helvetia – Fondazione Svizzera per la Cultura.

Con il contributo di: Circoscrizione 8.

In collaborazione con: Biblioteca Nazionale del Club Alpino Italiano; Viso a Viso – Cooperativa di Comunità.

Con il supporto di: Mucho Mas! Artist-run Space; Accademia Albertina di Belle Arti di Torino.

Sponsor tecnico: Home ceramiche

Nell'ambito di: Programma Sostenibilità Museomontagna

Per il programma di performance pubbliche si consulti la sezione sulle mostre temporanee sul sito del Museomontagna. Continui aggiornamenti saranno pubblicati invece sui canali social.

### **Museo Nazionale della Montagna “Duca Degli Abruzzi” - CAI Torino**

Piazzale Monte dei Cappuccini 7, 10131 - Torino

Tel. 011 6604104

[www.museomontagna.org](http://www.museomontagna.org)

Martedì - venerdì: 10.30-18.00 / Sabato e domenica: 10.00-18.00

MUSEOMONTAGNA TORINO 31 | 10 | 2024—29 | 06 | 2025

LOU POURTOUN OSTANA (CN) 04 | 10 | 2024—29 | 06 | 2025

# WALKING MOUNTAINS

A partire da un dialogo con Hamish Fulton e Michael Höpfner

Andreco • Giorgio Andreotta Calò • Joseph Beuys • Daniel Beerstecher • Ellie Berry • Ruben Brulat • Manuele Cerutti • Stefano Comensoli\_Nicolò Colciago • Hamish Fulton • Bepi Ghiotti • Michael Höpfner • Jan Hostettler • Richard Long • Claudia Losi • Linda Jasmin Mayer • Luana Perilli • Ramona Ponzini • Laura Pugno • Francoise Vanneraud

Una mostra di: Museo Nazionale della Montagna "Duca degli Abruzzi" - CAI Torino

Con il sostegno di: Regione Piemonte, Fondazione Compagnia di San Paolo, Camera di Commercio, Industria, Artigianato e Agricoltura di Torino, Pro Helvetia

Con il contributo di: Città di Torino

In collaborazione con: Viso a Viso - Cooperativa di Comunità

Con il supporto di: Mucho Mas! Artist-run Space

Sponsor tecnico: Home ceramiche

Nell'ambito del: Programma Sostenibilità Museomontagna

## Leggere le montagne, i nuovi appuntamenti di Novembre

Incontri a cura della Biblioteca Nazionale del Club Alpino Italiano, in collaborazione con il Museo Nazionale della Montagna

Questo ciclo di appuntamenti, ospitato nella rinnovata Sala degli Stemmi del Museo Nazionale della Montagna si propone, come di consueto, di esplorare il vasto mondo della cultura alpina attraverso la letteratura, la saggistica e il dialogo con autori ed esperti del settore.

Gli incontri, che si svolgeranno ogni martedì alle ore 18:30, offriranno al pubblico la possibilità di approfondire vari temi legati alla

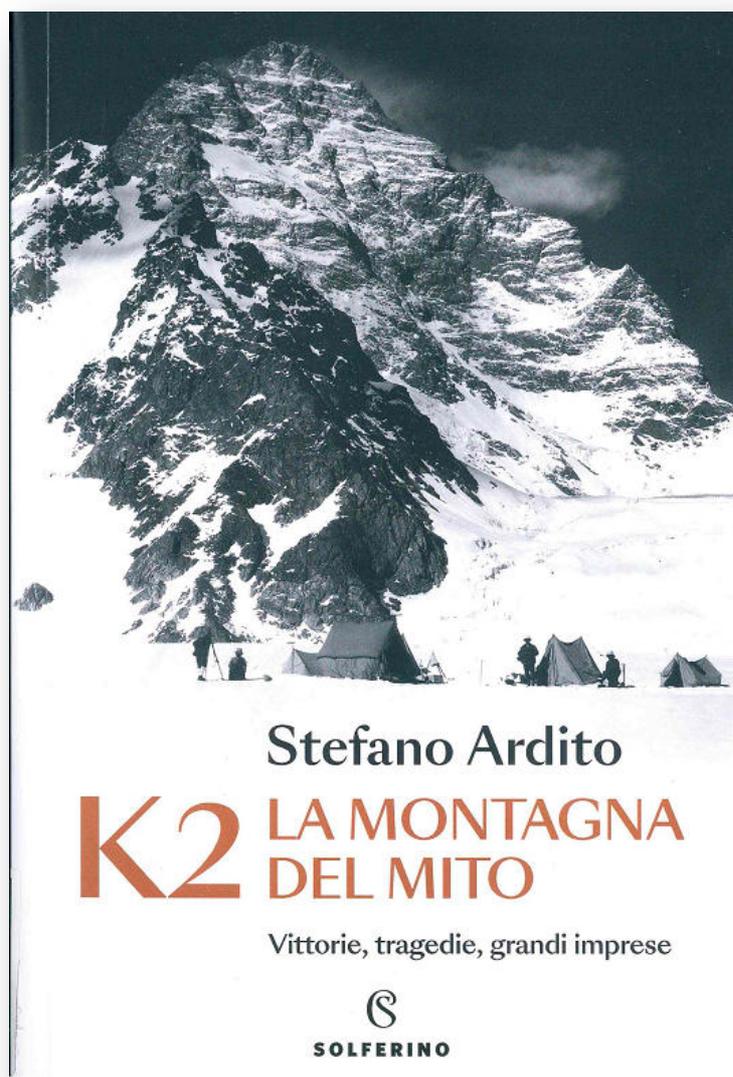


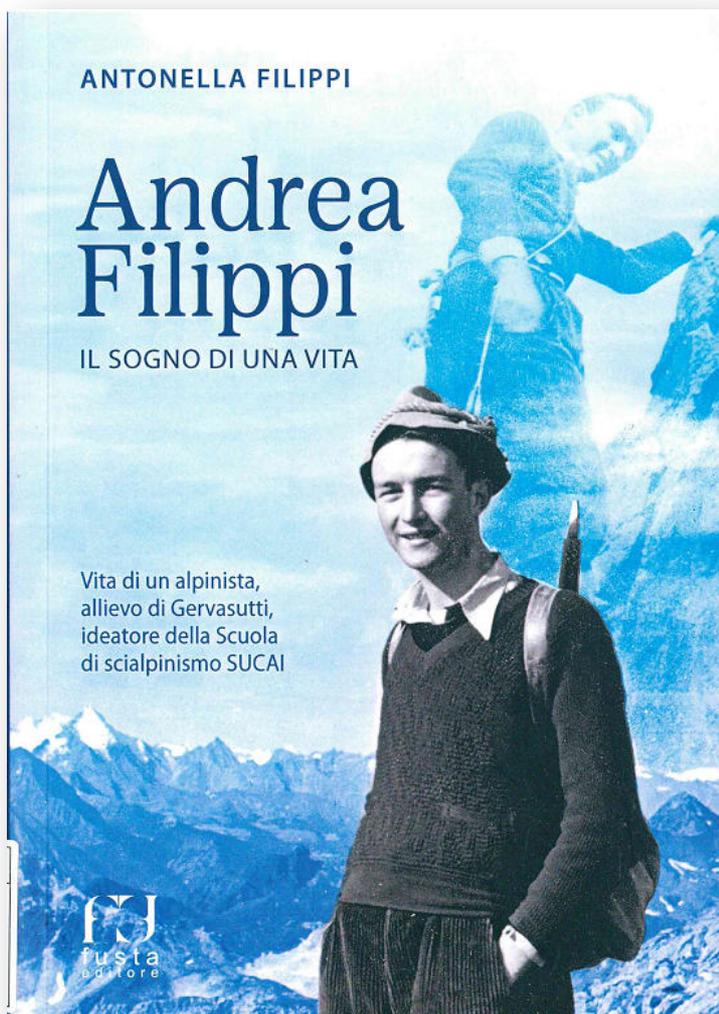
la Montagna scritta  
la rubrica della  
Biblioteca Nazionale CAI

montagna e all'alpinismo e di interloquire con gli autori.

Si comincia il **5 novembre** con la presentazione del libro *K2 La montagna del mito. Vittorie, tragedie, grandi imprese* di Stefano Ardito. L'autore dialogherà con Leonardo Bizzaro e Roberto Mantovani, curatori, insieme a Vinicio Stefanello, della mostra *Era come andare sulla luna. K2 1954*.

Il racconto di Ardito ripercorre una storia complessa che ha origini lontane, attraverso i





sogni, le avventure e le tragedie che esploratori e alpinisti di tutto il mondo hanno vissuto sulla “montagna degli italiani”. Frutto di una conoscenza personale dei luoghi, di molte letture e delle interviste a decine di alpinisti, corredato da bibliografia e glossario, il libro è aggiornato alle spedizioni del 2023.

Lo sguardo dell'autore spazia sulla catena del Karakorum e si sofferma sugli aspetti naturalistici, sulla ricerca scientifica, sui problemi e i progressi sociali, sulla storia geopolitica, in particolare sulla «guerra più alta della storia» combattuta dagli eserciti del Pakistan e dell'India.

Il **12 novembre** sarà la volta di Antonella Filippi autrice della biografia *Andrea Filippi. Il sogno di una vita*, con l'intervento di Carlo Crovella, istruttore emerito di scialpinismo, esperto della

storia dell'alpinismo e della SUCAI in particolare.

Filippi, alpinista torinese allievo di Gervasutti, scomparve nel 1959 quando la figlia aveva Roberto Mantovani. L'evento si focalizzerà sull'esperienza femminile nell'alpinismo, un tema emergente nella narrativa di montagna.

Frutto di una lunga e approfondita ricerca storica su varie fonti e in diverse lingue, perché i rari libri delle alpiniste non sono quasi mai stati tradotti. Nonostante la difficoltà di reperire le informazioni eterogenee, frammentarie e da fonti anche indirette, l'autrice riesce a dare una voce e una personalità spesso caratterizzata dal desiderio di emancipazione (come sottolinea il titolo che rimanda a Virginia Wolf) alle sette emblematiche protagoniste che per i più sono solo nomi abbinati a liste di ascensioni e a figure maschili, che siano guide o compagni

di cordata. La struttura del romanzo saggio è originale e molto efficace. Cottino, lei stessa ottima alpinista, ci avvicina alle protagoniste facendole parlare in prima persona le une delle altre, quindi con una doppia prospettiva storica. La conoscenza dell'alta montagna fa sì che l'autrice descriva con naturalezza e precisione le pareti, le situazioni e le tecniche che si evolvono nell'arco temporale del romanzo.

L'ultimo incontro, previsto per il **26 novembre**, sarà dedicato al tema della sostenibilità della vita in montagna. Verranno presentate due opere, un romanzo e un saggio: *La straniera* di Marta Aidala e *Migrazioni verticali. La montagna ci salverà?* a cura di Andrea Membretti, Filippo Barbera e Gianni Tartari.

La discussione vedrà l'intervento della giovane scrittrice che in pochi mesi ha conquistato il grande pubblico con il suo romanzo di esordio. Si confronterà con gli autori del saggio, sociologi e climatologi, con l'obiettivo di esplorare come la montagna possa rappresentare un luogo di rifugio e un'opportunità di rinascita ma anche una scelta problematica e non adatta a tutti.

*Per maggiori informazioni, è possibile contattare la Biblioteca Nazionale del CAI all'indirizzo e-mail [biblioteca@cai.it](mailto:biblioteca@cai.it) o al numero 011 6603849.*

**Alessandra Ravelli  
Consolata Tizzani**





# Leggere le montagne

Martedì 5 novembre, ore 18:30

## **K2 LA MONTAGNA DEL MITO. VITTORIE, TRAGEDIE, GRANDI IMPRESE**

di **Stefano Ardito**  
Solferino, 2024

L'autore dialoga con Leonardo Bizzaro  
e Roberto Mantovani, curatori della  
mostra *Era come andare sulla luna.*  
**K2 1954** al Museomontagna dal  
31 ottobre.

Martedì 12 novembre, ore 18:30

## **ANDREA FILIPPI. IL SOGNO DI UNA VITA**

di **Antonella Filippi**  
Fusta Editore, 2024

Incontro con l'autrice a cura di Carlo  
Crovella, istruttore di scialpinismo  
esperto di storia della SUCAI.

Martedì 19 novembre, ore 18:30

## **UNA PARETE TUTTA PER SÉ**

di **Linda Cottino**  
Bottega Errante Edizioni, 2024

L'autrice dialoga con lo storico  
dell'alpinismo Roberto Mantovani.

Martedì 26 novembre, ore 18:30

## **La sostenibilità della vita in montagna, tra narrativa e saggistica**

Una giovane scrittrice a confronto  
con sociologi e climatologi.

## **LA STRANGERA**

di **Marta Aidala**  
Guanda, 2024

## **MIGRAZIONI VERTICALI. LA MONTAGNA CI SALVERÀ?**

A cura di **Andrea Membretti,**  
**Filippo Barbera, Gianni Tartari**  
Donzelli, 2024

---

Presso la Sala degli Stemmi  
Ingresso dal Cortile olimpico  
Salita al CAI Torino 12, Torino

---

**INFO**  
[biblioteca@cai.it](mailto:biblioteca@cai.it)  
011 6603849

---



*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”!*



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

### **Un anello tra i valloni di Fenils e Desertes con salita alla Croce Faure sulla Punta Gardiol**

- Località di partenza: Fenils mt. 1263
- Dislivello complessivo: mt. 1130
- Tempo di salita: 3 ore e 30 minuti c.ca
- Tempo di discesa: 3 ore e 15 minuti c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n° 2 Alta valle Susa – Alta val Chisone Fraternali Editore

*La boscosa dorsale che da fondovalle si porta verso monte separando i valloni di Fenils da quello di Desertes, tra Oulx e Cesana in alta valle Susa, presenta come massima elevazione il poggio della Punta Gardiol,*



*Si lascia l'auto presso la parrocchiale...*



Sulla via per Pra Claud

*dominata dalla Rocca del Lago, sulla quale sorge una croce metallica, la croce Faure.*

*Sulla strada costruita sulla fine dell'ottocento dai nostri soldati per armare lo Chaberton, già molto in alto si stacca sulla destra una traccia, anch'essa di origine militare, che sempre salendo porta al colletto del Lago da dove in breve si raggiunge l'erbosa cima che contraddistingue la Punta Gardiol.*

*Onde evitare di percorrere il tratto di strada che da Fenils sale a Pra Claud si può utilizzare l'interdetto stradello ai mezzi che passando per il colletto Grigio, il colletto Rosso raggiunge ugualmente poi per panoramico sentiero Pra Claud passando per le Case Colletto.*

*La visuale che s'apre dalla Punta Gardiol verso monte è più che spettacolare dominati come sono questi luoghi dalle dolomitiche cime della Rocca del Lago e dalla punta Clotesse, separate dal passo di Desertes, con la traccia militare che lo raggiunge a svolte passando per il ripristinato ricovero VIII, mentre sulla sinistra si staglia l'esteso, ripidissimo vallone, anch'esso percorso da un sentiero militare che sale zizzagando al passo dell'Asino.*

*Costeggiando il lago di Desertes, ridotto a pozza stagione inoltrata, un lungo sentiero scende alla sottostante conca per poi risalire a svolte raggiungendo al termine dell'attraversamento la dorsale separante la valle della Dora da quella della Ripa, luoghi dominati dalla croce di San Giuseppe.*

*Lasciata la traccia che prosegue per il colletto Pourachet, la chiesetta della Cotolivier scendendo poi a Oulx, ben segnalata si stacca ancora una traccia militare che piacevolmente s'abbassa con ripetute svolte ai ruderi della caserma di Plan la Selle a cui segue un altrettanto piacevole traverso discendente che porta alle Grange Millaure e poi su stradello al disabitato borgo di Desertes, un tempo comune autonomo, dove spicca la bella chiesetta con il vicino cimitero.*

*Da qui una lunga, quasi pianeggiante traccia altrettanto piacevolmente attraversa per intero tutto il vallone di Desertes portando al colletto Grigio dal quale si discende a Fenils.*

Giunti a Oulx, in alta valle Susa, si prosegue in direzione di Cesana, che non si raggiunge



*L'incombente Rocca del Lago*

perché, poco prima, si lascia la statale scendendo in direzione di Fenils. Superato su un ponte il torrente Ripa si può parcheggiare a margine della strada nei pressi della parrocchiale.

Percorso un breve tratto verso monte subito si trovano delle indicazioni che suggeriscono come raggiungere il colletto Grigio, il colletto Rosso e Desertes tramite lo stradello che si stacca sulla destra.

Superato più avanti il punto d'interdizione ai mezzi motorizzati, si prende a salire uno spoglio, assolato versante, un tempo utilizzato per coltivi, oggi in totale abbandono, con una serie di svolte e traversi che guadagnando progressivamente quota consentono di pervenire alla sommità al colletto Grigio, che immette nel vallone di Desertes, raggiungendo, di poco più avanti, un segnalato bivio.

Per la traccia che prosegue per Desertes si tornerà, pertanto si rimane sullo stradello che traversando nel bosco si porta in direzione del colletto Rosso che si raggiunge al termine di un ripido tratto ascendente.

Tornando nel vallone di Fenils subito si perviene alle Case Colletto, poste in un'incantevole posizione, avendo di sopra l'incombente mole dello Chaberton. Oltre le case un sentiero lungamente pianeggiante e assai panoramico, attraversando piacevolmente dei soleggiati ripidi pendii si porta in direzione del borgo di Pra Claud, dove transita la strada per lo Chaberton, sulla quale ci s'immerge e sulla quale per molto si starà sino al bivio per il lago di Desertes.

Questa strada, dal fondo ancora in discrete condizioni, anch'essa interdetta ai mezzi motorizzati dal primo tornante oltre l'abitato, sale con ripetute svolte e traversi ascendenti un boscoso versante guadagnando, di molto più su, il punto in cui si stacca sulla destra, segnalato, il sentiero militare per il colletto del Lago ed il lago di Desertes.

Lasciata la strada si prende questa traccia. Lastricata a tratti, ampia, peraltro sempre visibile, in certi punti sorretta a monte e protetta valle da muretti ancora in discrete condizioni, fatta di poco più avanti inversione e mai cessando di salire, traversando lungamente un boscoso versante si porta nel punto in cui la

copertura arborea cessa e dove iniziano i pascoli la visuale s'apre d'improvviso sulla Rocca del Lago e sull'ampissimo vallone alla sua sinistra portante al passo dell'Asino.

Fatta una prima svolta presso un abbeveratoio, poi una seconda presso un poggio, con un'ultima diagonale ascendente nelle praterie si raggiunge il colletto del Lago. Seguendo fedelmente la traccia che percorre la dorsale in breve si guadagna la croce Faure in vetta alla Punta Gardiol, mt. 2340.

Da qui, più un poggio più che una vera cima, vista incomparabile sul passo di Desertes separante la Rocca del Lago dalla Punta Clotesse, sullo Chaberton, sul Seguret sino alla Punta Sommeiller, sull'esteso crinale Susa-Chisone, sui monti dell'alta valle Susa, mentre all'opposto appare il puntino bianco della chiesetta della Cotolivier spingendosi lo sguardo sino alla media valle.

*3 ore e 30 minuti c.ca da Fenils.*

Tornati al colletto del Lago dovendo ora scendere nel vallone di Desertes si presentano due possibilità: percorrere il leggera ascensione

lungo traverso in direzione dell'ultimo tornante della traccia discendente dal passo di Desertes passando poi di sotto il ricovero Rocchette, oppure in alternativa scegliere la traccia, sempre ben segnata di biancorosso, che costeggiato il lago di Desertes, pozza stagnante a stagione inoltrata, subito scende con un paio di svolte alla piccola conca sottostante.

Un tratto scavato dal ruscellamento, ancora altre svolte ed infine un lungo traverso pianeggiante che s'insinua tra le rocce, portano al punto in cui occorre risalire per immettersi sulla traccia proveniente dal passo di Desertes sulla quale si confluisce fatte ancora alcune diagonali ascendenti.

Aggirata la dorsale e data un'ultima occhiata a questi incantevoli posti, ancora con un paio di svolte si scende alla conca dove si stacca la traccia per il poggio sul quale è posta la croce di S. Giuseppe e per i ruderi della caserma IX punto di partenza per ascendere alla Clotesse sul sentiero EE.

Di poco più avanti opportune indicazioni suggeriscono di prendere la traccia per le Grange Millaure, Desertes e Fenils. Ci s'immette così sul sentiero 601 terminante a



*Tra la Rocca del Lago e la Punta Clotesse l'intaglio del passo di Desertes*

Fenils, una traccia di origine militare che assai piacevolmente, con ripetute svolte discendenti raggiunge il basso la radura a margine della quale sorgono i notevoli ruderi del ricovero di Pian La Selle.

Qui giunti si prosegue sull'evidente traccia che s'allontana, che si percorre lungamente sino alle Grange Millaure alternando piacevolmente lunghi tratti quasi in piano ad altri dove si scende, sempre di poco.

Così continuando, con un ultimo ripido tratto si raggiungono le Grange Millaure, subito dopo il segnalato bivio per Lozet e Vazon, ultima borgata sulla strada per la Cotolivier. Le Grange Millaure sono raggiunte da una strada che sale da Desertes e questa si prende per scendere a questa oggi quasi abbandonata borgata.

Alcune svolte discendenti su un assolato pendio, qualche scorciatoia portano alle prime case dove delle indicazioni presso la cappella di S. Antonio suggeriscono come raggiungere Fenils segnalata ad un'ora e trenta minuti c.ca. Prima di abbandonare questa borgata, un tempo comune autonomo con centinaia di abitanti comprese le frazioni in quota, merita

scendere per vedere la bella chiesetta con il caratteristico campanile mentre accanto il vecchio cimitero riposa.

Tornati poi alla cappella di S. Antonio si prende ora l'ampia traccia per Fenils attraversando per intero tutta la parte bassa dell'ampio vallone di Desertes. Superato il rio su un ponticello, dopo un tratto ascendente ed un altro lungamente in piano nel lariceto si giunge infine al bivio sulla strada per il colletto Rosso, dove questo anello si chiude, e poi al colletto Grigio.

Rimanendo per un tratto sullo stradello che scende a Fenils, fatta la terza svolta si stacca sulla destra il sentiero che ripido scende a svolte ravvicinate un arido ed assolato versante raggiungendo in basso le prime case con la vicina chiesetta, poi la strada che si percorre in discesa sino alla parrocchiale.

*3 ore e 15 minuti c.ca dalla Punta Gardiol.*

**Beppe Sabadini**



*Un ultimo sguardo alla Rocca del Lago*



Terre Alte  
*Riflessioni sull'ambiente alpino*

*“Facciano pure, basta che tornino  
sani e salvi”*

*John Ball, presidente dell'Alpine club, e  
una moglie italiana*

Una delle implicazioni per chi va in giro per il mondo, non necessariamente per montagne, è che poi può succedere di trovar moglie, o marito, non proprio dei paesi tuoi, come si dice. Il che, può far emergere abitudini differenti. E quindi va poi usata molta tolleranza, da ambedue, e anche un certo buon senso: questo, non di rado, molto femminile.

A Elisa Parolini, discendente di una famiglia di naturalisti veneti, a poco più di vent'anni, verso metà Ottocento, era successo proprio così.

O per meglio dire, era successo che il padre di Elisa, l'illustre botanico Alberto, era non solo un importante amministratore del regno Lombardo-Veneto, allora austriaco, ma soprattutto un grande viaggiatore e un appassionato ricercatore: e così era solito ospitare, nella villa nobile di famiglia vicino a Bassano del Grappa, anche stimati colleghi stranieri.

In effetti in quegli anni, come racconta Fabrizio Torchio, "Alberto Parolini, dopo esser stato in Germania Olanda Inghilterra Grecia e fin anche in Asia minore, in compagnia appunto di amici e colleghi stranieri, raccogliendo campioni di piante e di rocce, aveva quindi ristrutturato l'esteso giardino della villa familiare (ora felicemente divenuto visitabile, con le sue oltre tremila piante), inizialmente per scopi ornamentali, ma trasformandolo poi in un prezioso orto botanico di grande interesse".

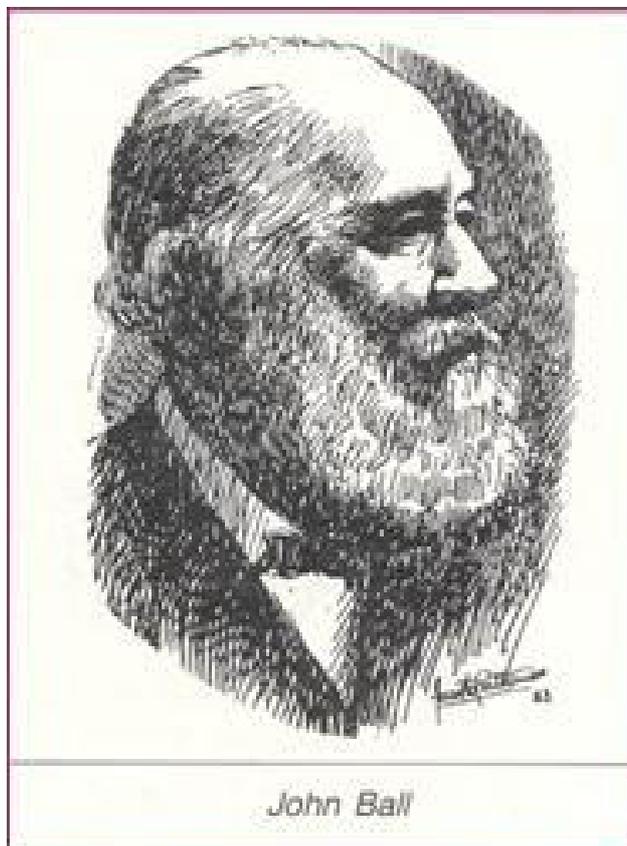
E nel borgo della cittadina lombardo-veneta, "il salotto Parolini diventa un luogo di confronto di scienziati e di esponenti delle élite locali", aperto a personaggi di rilievo europeo. Così un giorno, accompagnato dal comune amico Philip Webb, botanico e compagno di viaggi in Asia, si presenta a villa Parolini anche un tale John Ball. Un avvenimento: trattandosi di "un naturalista e uomo di governo di un impero estesissimo, è un fatto non consueto", quanto meno a Bassano del Grappa, si può capire.

E infatti John Ball, che era una tra le più rilevanti personalità del mondo politico e scientifico dell'epoca, *Under-Secretary of State for the Colonies* nella Gran Bretagna vittoriana, ma irlandese, cattolico e liberale, sostenitore

del Piemonte antiaustriaco (e quindi di idee non del tutto coincidenti con il padrone dell'alloggio), tuttavia "viene accolto dal Parolini con entusiasmo, e anzi ospitato in casa e ammesso nell'intimità della famiglia, finendo così per trascorrere molti giorni nello studio di storia naturale della villa, oltre che nel suo rinnovato giardino, esaminando e studiando piante e fiori. Tanto che l'anno dopo John Ball tornò a Bassano e in quel giardino ritrovò un fiore che lo interessava in modo particolare", per così dire.

Elisa Parolini, quel fiore, era la maggiore dei figli di Alberto, la sola sopravvissuta su sei insieme a una sorella: una donna "coltissima e studiosissima", si dice, con particolare talento proprio per le scienze naturali, come da abitudini di famiglia, che a quanto pare veniva apprezzato anche dal naturalista inglese loro ospite.

Era una ragazza, si legge nelle cronache, "dallo sguardo benigno, ma fermo e osservatore; dal suono della voce molle e gradevole; nelle movenze parca e naturalmente aggraziata; nel discorso facile, persuasiva, vivace", tuttavia, come si



*John Ball, naturalista e uomo di governo*

*Il giardino di papà, disegno di Elisa Parolini, moglie di John Ball, tratto da "Di Rara Pianta", Bassano del Grappa.*



conveniva alle ragazze per bene, “dal riso raro; più frequente un sorriso leggero, infiorato di non so qual mesta dolcezza”, che però “le abbelliva i lineamenti e ne accresceva l’espressione”.

Insomma, si sa come andavano queste cose, allora e forse tuttora, e così “al padre Alberto ben presto John Ball finisce per chiederne la mano”, beninteso “ottenendone l’assenso”. Ma, appunto, riportano sempre le cronache dell’epoca, “dopo alcune perplessità iniziali, dovute alla lontananza”.

Tra sorelle, si sa, si è solidali, e infatti Antonietta, appunto la sorella di Elisa, scrive quello che si deve, a un amico di famiglia: “quanto al mio ora cognato, questo signor Ball due anni or sono è venuto in Italia, raccomandato al papà da quel suo amico Mr. Webb. Vide Elisa per la prima volta, gli piacque, e tornando l’anno dopo a Bassano la chiese in sposa a mio padre. Il quale, a solo motivo della lontananza rifiutò la proposta. Ma Ball insisteva sempre, e pensando mio padre

che questo matrimonio avrebbe reso felice mia sorella, per l’eccellente qualità dell’irlandese, dopo qualche tempo diede il suo assenso”. E però, ricorda la sorella Antonietta, “il matrimonio fu tenuto segreto fino a pochi giorni prima, onde non far nascere troppa ciarla”.

In effetti, scriverà Elisa, desiderando esprimere anche una propria opinione al riguardo, “l’uomo al quale legherò il mio destino merita certo tutta la mia stima e la mia simpatia. E la premura che lui da più di un anno mi dimostra (si diceva così, allora), mi rassicura sulla mia felicità. Ma purtroppo, c’è una condizione crudele: la lontananza. Il mio sposo è quel signore irlandese distinto botanico, che fu qua a Bassano due volte”.

E proseguiva: certo, “i suoi affabili modi, il suo carattere dolce, la sua posizione sociale, tutto mi ripromette un avvenire ridente. Purché Iddio mi aiuti, a pensare senza lacrime ai miei cari, e alla mia patria”.

Quello che forse ancora non sapeva bene, Elisa, o sperava di non aver inteso bene, soprattutto vivendo lei nella calma e placida pianura del lombardo-veneto, era quali fossero alcuni altri interessi del suo sposo, tra l’altro, e

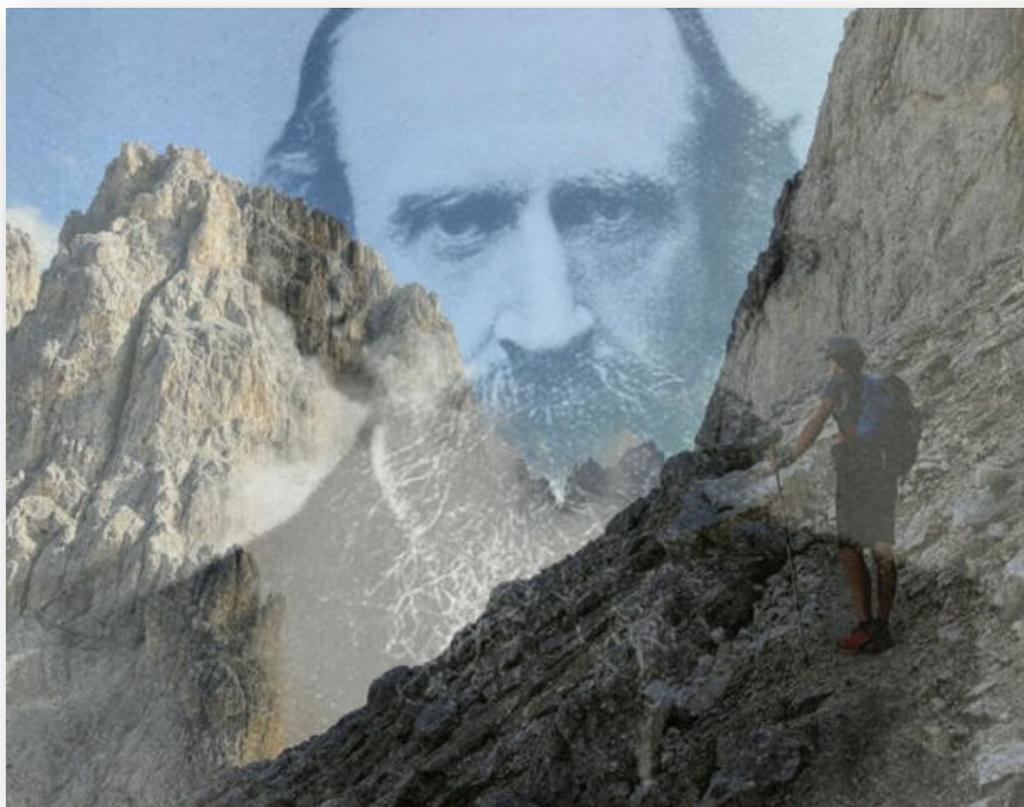
in particolare ciò che lui, insieme ad alcuni suoi avventurosi amici, aveva in mente proprio in quegli anni cinquanta dell'Ottocento.

Comunque, "lo spozalizio ha luogo nel novembre del 1856, nella chiesa della Misericordia di Bassano, e uno storico del luogo, Giovanni Zorzi, lo definirà "il matrimonio del secolo" per la cittadina veneta, con un monsignore a celebrare, insieme a conti e magnifici rettori a far da testimoni: tanto che, si narra ancora, "un'ornatissima pergamena riporta un'ode che in versi leziosi echeggia il desolato pianto dei fiori del giardino, per la partenza dell'amata padroncina".

Il fatto è che, lo sapesse o meno Elisa, l'anno dopo, "nel 1857, quando Ball era tornato proprio nelle Alpi orientali, per realizzare quella scalata lungo la cengia del monte Pelmo che viene considerata la data di avvio dell'alpinismo nelle Dolomiti, in Inghilterra si era già ventilata la possibilità di fondare un club alpino". E infatti, mentre Elisa scrive a un amico "quanta differenza, caro professore, dalla vita tranquilla di Bassano a questa di Londra, che differenza nelle persone che mi circondano, in tutto!", proprio a Londra a fine anno "ventotto

uomini rispondono all'invito", chissà se accennandone alle mogli, "e si ritrovano in un hotel del Covent Garden, dove per la prima volta nel modo nasce un club alpino". A dirla tutta, Ball non è tra i fondatori, ma aderisce già qualche settimana dopo e soprattutto al meeting di inizio 1858 gli viene offerta la presidenza.

Quel primo *Alpine club* darà il via agli omologhi club in altre nazioni europee: tanto che nel 1863, mentre Quintino Sella scrive a un amico "non si potrebbe fare alcunché di simile anche da noi?" (vedi *Terre alte* di aprile 2023), viene pubblicato il primo volume delle fondamentali guide di Ball sulle Alpi, in coincidenza con la fondazione del Club Alpino Italiano. Nel quale volume l'autore, "quasi presagendo la sfida che Leslie Stephen lancerà l'anno successivo all'interno dell'*Alpine club* sull'alpinismo da intendersi come sport" (vedi *Terre alte* di aprile 2024), scrive: "non è più necessario scusarsi o trovare una spiegazione per il prevalere di un amore per la montagna. Specialmente nel



*Nelle Pale di San Martino, tra le Dolomiti trentine, rimane famoso l'Anello di Leslie Stephen, che ripercorre l'escursione compiuta nel 1869 dall'alpinista-scrittore, amico di John Ball (e padre di Virginia Woolf), per salire per la prima volta alla cima che gli venne dedicata, nella valle che Ball, nella sua Guida delle Alpi orientali, definiva "una delle più belle, secondo chi scrive la più bella, delle Dolomiti". E "dove tutto il paese mi conosce di nome, ma sarei ancora più contento se io non conoscessi nessuno".*



nostro paese, migliaia di persone hanno imparato a considerarlo una medicina per la mente e il corpo, e a sentire che i giorni dedicati a esso sono pieni di divertimento, accessibile con un dispendio di tempo e di denaro trascurabile”.

Nel frattempo, la cognata Antonietta, più piccola e anche più espressiva, scrive invece che “il bravo e ottimo Ball dopo il matrimonio ritorna a Bassano e riconduce la sposa al padre e alla sorella, e la lascia in famiglia, fin ch’egli effettua le sue gite alpine, incurante delle difficoltà e dei pericoli”: insomma, se era uno sport, la sua pratica sembrava però un po’ complicata, già tra i parenti.

Cosicché alla fine, la paziente Elisa sempre da Bassano annoterà, con il suo buon senso: “arrivata qua ho trovato una lettera di mio marito e vedo che il suo ritorno non sarà tanto sollecito. E’ venuto il suo amico e chissà quante cime e quanti ghiacciai vorranno visitare, misurare, studiare. Basta, facciamo pure, purché tornino a casa sani e salvi”.

*Il monte Pelmo, tra le valli di Zoldo e di Cortina, è stata la prima cima dolomitica a essere scalata, aprendo la cosiddetta Golden age dell’alpinismo: nel settembre 1857 l’irlandese John Ball raggiunse la vetta attraverso un difficile passaggio, lungo quella che fu poi chiamata cengia di Ball. Era accompagnato da una guida locale, che però non raggiunse la cima. Ball scrisse poi di aver scelto il Pelmo perché gli era sembrato il più bello tra i monti delle Dolomiti che aveva visto.*

**Gianluigi Pasqualetto**

## ***Inflammation del nervo sciatico: cause, sintomi e trattamenti consigliati***

L'inflammation del nervo sciatico è una condizione che può provocare dolore intenso e debilitante. Questo disturbo, noto anche come sciatica, si verifica quando il nervo sciatico, il più lungo del corpo umano, si irrita o si comprime.

È una condizione abbastanza comune, soprattutto tra gli adulti, e può avere diverse cause. In questo articolo, verranno analizzate le principali cause, i sintomi e i trattamenti per gestire al meglio l'inflammation del nervo sciatico.

### **Cause dell'inflammation del nervo sciatico**

Le cause più frequenti dell'inflammation del nervo sciatico includono problemi alla colonna

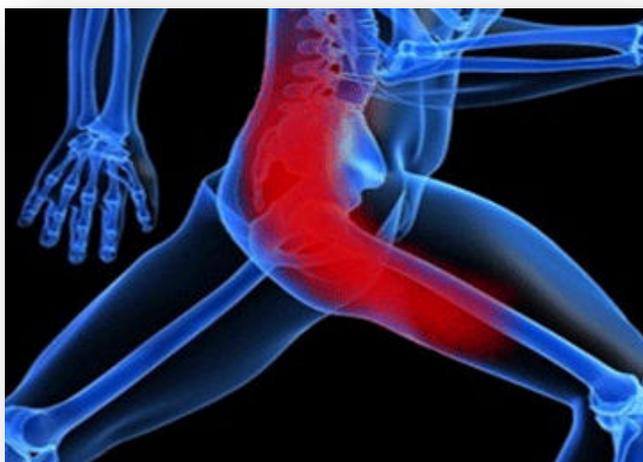


## **Il medico risponde** *Le domande e le risposte sulla nostra salute*

vertebrale, come ernie del disco o stenosi spinale. Questi disturbi possono comprimere o irritare il nervo sciatico, causando dolore. Altre cause possono essere traumi fisici, sovraccarico muscolare o problemi posturali. Anche il sovrappeso e uno stile di vita sedentario possono aumentare il rischio di sviluppare questa condizione.

Tra i fattori che possono contribuire all'inflammation si possono includere anche condizioni come la spondilolistesi o tumori spinali, anche se sono molto meno comuni. L'identificazione della causa specifica è fondamentale per impostare un trattamento adeguato.





### **Sintomi dell'infiammazione del nervo sciatico**

I sintomi principali della sciatica includono dolore, formicolio, intorpidimento e debolezza lungo il nervo sciatico, che si propaga dalla parte inferiore della schiena, passando per i glutei fino alle gambe. Il dolore può variare da lieve a molto intenso e peggiora con determinati movimenti, come piegarsi o sollevare pesi.

In alcuni casi, il dolore può essere accompagnato da una perdita di sensibilità o forza muscolare nella gamba colpita. Altri sintomi associati possono includere una difficoltà a camminare o mantenere l'equilibrio.

### **Trattamenti per l'infiammazione del nervo sciatico**

Il trattamento dell'infiammazione del nervo sciatico dipende dalla gravità dei sintomi e dalla causa sottostante. In molti casi, il dolore può migliorare con il riposo e trattamenti conservativi come farmaci antinfiammatori non steroidei (FANS), applicazioni di calore o ghiaccio. Spesso, gli specialisti consigliano di ricorrere a trattamenti di fisioterapia poiché è possibile disinfiammare il nervo sciatico anche senza farmaci.

Quando si parla di fisioterapia, spesso si immagina un atleta che lavora per riprendersi da un infortunio o una persona che cerca di recuperare la mobilità dopo un intervento chirurgico. Sebbene queste siano situazioni

frequenti che richiedono l'intervento di un fisioterapista, non sono certo le uniche.

La fisioterapia, infatti, si applica a una vasta gamma di condizioni e situazioni che coinvolgono il recupero funzionale e il miglioramento della qualità della vita, inoltre nel caso specifico può aiutare a rafforzare i muscoli della schiena e migliorare la postura, riducendo così la pressione sul nervo sciatico. Nei casi più gravi, potrebbero essere necessarie iniezioni di corticosteroidi o interventi chirurgici per alleviare la compressione del nervo.

### **Prevenzione dell'infiammazione del nervo sciatico**

Per prevenire l'infiammazione del nervo sciatico, è essenziale mantenere uno stile di vita sano e attivo. Esercizi regolari per rafforzare i muscoli della schiena e migliorare la flessibilità possono aiutare a ridurre il rischio di compressione del nervo. È inoltre importante prestare attenzione alla postura, soprattutto durante attività che coinvolgono la colonna vertebrale, come sollevare pesi.

Evitare il sovrappeso e mantenere una buona salute generale riduce anche il rischio di sviluppare problemi alla schiena che potrebbero causare l'infiammazione del nervo sciatico. Come abbiamo visto, l'infiammazione del nervo sciatico è una condizione che può causare sintomi debilitanti, ma con il giusto approccio è possibile gestirla efficacemente.

Identificare le cause e trattare i sintomi in modo tempestivo è fondamentale per prevenire complicazioni. Seguendo le indicazioni di uno specialista e adottando uno stile di vita sano, è possibile ridurre il rischio di recidive e mantenere una buona qualità della vita.

*Disclaimer: "Suggeriamo a tutti i nostri lettori di consultare un medico per qualsiasi incertezza o sintomo che potrebbe avere un impatto sulla loro salute".*

**Diana Cecchi**



## Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza

### Conoscere

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

### Informare

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

### Preparazione fisica

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

### Preparazione tecnica

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

### Abbigliamento

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

### Alimentazione

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

### Rinuncia

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

### Emergenze

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

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

### S.O.S. Montagna

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



## IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)

REBUS con CAMBIO  
(13,3,14,8)



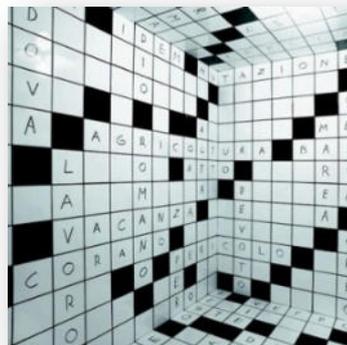
*(la soluzione verrà pubblicata nel numero di DICEMBRE dell'Escursionista)*

# IL CRUCIVERBA del mese

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

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

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



## ORIZZONTALI:

1. Un tipo di società (sigla)
4. Parte dei finimenti del cavallo
10. Sostanza con effetti benefici nella cura delle malattie
12. Dentro la mela
13. Altezzoso, superbo
14. La parte opposta al taglio di una lama
16. Giro... alla francese
17. Io all'accusativo
18. Un dipartimento francese
19. Sigla di Trieste
20. Il giorno dopo San Silvestro
24. Maiale selvatico endemico delle Isole della Sonda
25. Ha due ruote di piccolo diametro e telaio aperto
27. Città antica situata sull'Eufrate
28. Iniziali della Vitti
29. Una preposizione articolata
30. Il rifiuto dei russi
31. Cavaliere in breve
32. Varietà di pasta ripiena tipicamente emiliana
34. Luogo per incontri e caffè
36. Congiunzione telegrafica
37. Cosa latina
38. Il dio Marte dei Greci
39. Un famoso storico greco antico.

## VERTICALI:

1. Guasto, marcio
2. Il porto da cui salpò Colombo
3. Il re della Tavola Rotonda
4. Tribunale Amministrativo Regionale
5. Ripetizione di un suono
6. Sud ovest
7. Profondo per il poeta
8. Tunica interna del bulbo oculare
9. Razza di cani da guardia di statura imponente
11. Una... sfilata di bancarelle
14. Dati ad altri
15. Residuo dell'estrazione dell'olio dalle olive
17. In fin di vita
21. Annullare, sopprimere una legge
22. Movimenti rotatori compiuti con agilità
23. La tiene il banditore
24. Slitta carenata per gare sportive
25. In nessuna occasione
26. Annuncio con l'altoparlante
27. S'imbianca con l'avanzare dell'età
28. Édouard pittore francese
31. Il nome del patriota Menotti
32. La radice quadrata di nove
33. Il nome di Gullotta
35. Mutano la calce in calcare.



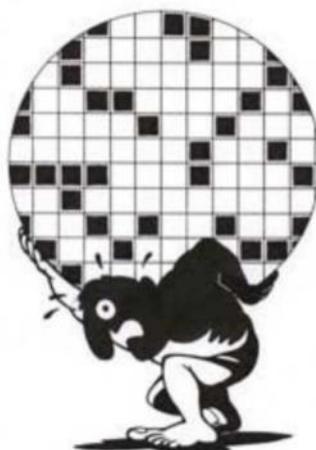


## ORIZZONTALI:

- 1 tributo, ma anche elemento della finestra
- 7 in testa al treno
- 9 anagramma del 42 orizzontale
- 10 quelle di marzo furono fatali a Cesare
- 12 preposizione semplice
- 13 avvolge il filo formando la matassa
- 14 tre per due
- 15 anagramma di RAI ...in volo
- 16 tesa senza vocali
- 17 l'inizio del vuoto
- 18 Anwar Al....., politico egiziano
- 20 una stanzetta del negozio
- 22 organizzazione militare irlandese
- 23 un "fra di noi" latino
- 24 lo si fa in tribunale
- 26 Nuoro
- 27 le prime di 21
- 29 una Matilde scrittrice
- 30 il CHI CHUAN arte marziale
- 31 la Taylor modella nata ad Udine
- 33 Mantova
- 34 film di Phillip Noyce
- 35 stroncate, cacciate
- 38 l'opposto del meno
- 39 l'Italia sui siti
- 40 enormi, grandissimi
- 42 anagramma del 9 orizzontale
- 43 possono essere variabili

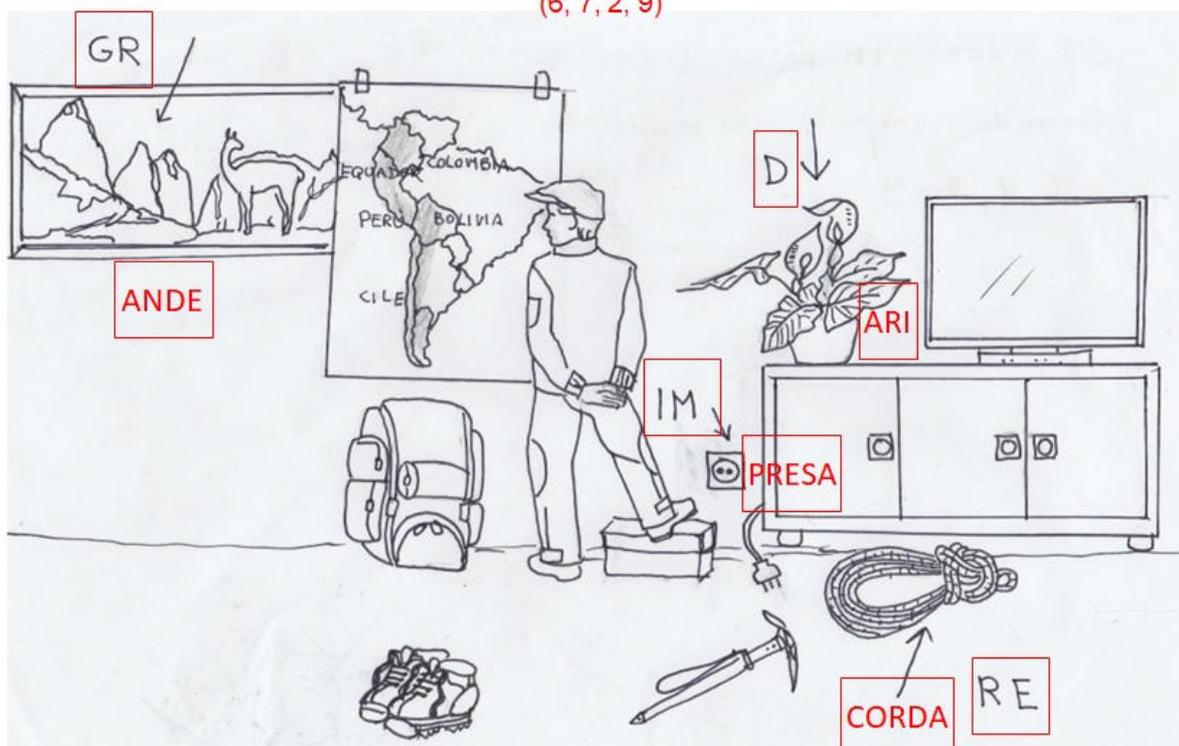
## VERTICALI:

- 1 profondi
- 2 ci sono quelli universitari
- 3 un successo di Sfera Ebbasta
- 4 un metallo prezioso
- 5 affermazione musicale
- 6 gli spazi delle cascine
- 7 segue esse
- 8 band folk rock italiana
- 11 stirato, piegato, allungato
- 12 segmenti che congiungono 2 vertici non consecutivi
- 14 possono esserlo i valori
- 15 città dello Yemen
- 17 una voce inglese
- 19 nero, scuro, cupo
- 20 se sono originali è meglio!
- 21 venne detta la Bisanzio del Salento
- 25 figlio di Abramo e Sara
- 28 abitante della Beozia...poco sveglio!
- 30 c'è quello roulant
- 32 un gecko senza vocali
- 36 la Banca del Vaticano
- 37 la culla del sole
- 41 entrando in Sassari



## Le soluzioni dei giochi del mese di OTTOBRE

REBUS  
(6, 7, 2, 9)



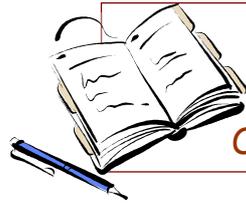
Soluzione:

GR.ANDE IM.PRESA D.ARI CORDA.RE = GRANDE IMPRESA DA RICORDARE



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

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



## Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

### *Per Ognissanti mantello e guanti*

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

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

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

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

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

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

- Domenica 10 Novembre-, in collaborazione con il CAI Sezione di Alba, percorreremo il Sentiero delle Nocchie sul territorio delle Langhe-Cravanzana, alla scoperta delle tipicità locali e di questo frutto della natura diventato così importante nelle nostre ricette regionali.





- Domenica 17 Novembre invece, con gli Amici del Po di Villafranca Piemonte, visiteremo l'area faunistica protetta del Sentiero delle Ochette, un percorso lungo il fiume Po che si snoda per 14 km tra i comuni di Moretta, Cardè e Villafranca.

E venerdì 22 Novembre alle ore 21 presso la nostra sede sociale al Monte dei Cappuccini, si terrà la conferenza "Cook the Mountain", relatore Andrea Capo. Partendo dal progetto di Norbert Niederkofler (tre stelle Michelin) "Cook the Mountain" per rendere sostenibile il suo ristorante nel territorio montano dell'Alto Adige, scopriremo come anche nelle nostre cucine casalinghe possiamo aiutare il territorio, i prodotti e l'economia delle nostre valli piemontesi con semplici accorgimenti e ricette tramandate dai nostri nonni.

Vi aspettiamo!

**Mauro Zanotto**  
*Direttore Editoriale*



## Algeria non solo sabbia

Appunti di viaggio

Penso all'Algeria o al Sahara e nell'immaginario collettivo spuntano distese di dune di sabbia dorata ed ogni tanto qualche laghetto circondato da palme, le famose oasi.

Invece a nord ci sono le più belle e numerose vestigia romane al mondo, ovviamente dopo l'Italia.

Ma è il grande sud che lascia increduli e senza fiato.

Avete presente le Dolomiti nostrane?

Ebbene la stessa cosa ma nel cuore vero e proprio del Sahara, il più grande, il più bello ed il più completo deserto del mondo.

O se preferite come amava dire il grande Théodore Monod, il Padre di tutti i Deserti.

Tamanrasset dove abito e' già a quota 1400 ed in 80 km di strada e pista si raggiungono i 2780 metri dell'Assekrem.

Dove Charle de Foucauld costruì un eremo con tanto di cappella e dove padri eremiti vivono tuttora.

Il Tahar poco distante supera di 3 metri i 3000.

Per tutti da sempre si tratta della Mecca dell'Alpinismo.



## Reportage Ai "confini" del mondo

Dal Picco Iaghen o Picco degli Svizzeri appena lasciata Tam, come viene affettuosamente chiamata dagli intimi la capitale dell'Hoggar, fino a Tezouiagh sono decine le pareti di roccia con vie entrate oramai nella leggenda.

Innumerevoli le possibilità di nuove aperture.

Qualche chiodo o spit presente in loco ma sempre meglio integrare con nuts e friends.

La notte si accende un tetto di stelle, oltre ad accendersi il fuoco per cuocere il pane e far bollire il famoso te' nel deserto.

Anche per gli amanti del trekking piste che scorrono sotto le pareti.

Accompagnati dai mitici Uomini Blu, gli ultimi uomini liberi come amano definirsi.

Quindi Imouagh e non Tuareg.

Dromedari che al loro lento e cadenzato ritmo trasportano legna, acqua e bagagli.





Nottate fredde ma felici per via di quello che io definisco il Minimalismo Sahariano che una volta scoperto non si può più farne a meno.

Via tutti gli orpelli e le cose superflue.

Altra zona top per gli amanti della roccia e Tissalatine all'altezza dell'aeroporto, capita spesso di finire di scalare per ottimizzare i tempi e presentarsi all'imbarco ancora imbragati o quasi.

Ancora più a nord le terribili placche del Tesnou.

Con l'Elephant.

Il primo tiro ricorda alla perfezione la proboscide di un elefante.

Lo si fa a piedi con una vista sul deserto sottostante unica..

E poi lei la Regina.

La Garet el Djenoun, la Montagna degli Spiriti.

Ho visto personalmente vecchie guide terrorizzate all'idea di fare il bivacco alla base. Per via di antiche leggende che parlano di sparizioni improvvisi.

E quindi piuttosto che giocarmi la guida si fece il campo a debita distanza.

Il grande Frison-Roche ne parlò e ne scrisse dopo averla scalata.

La via normale è facile ma il lunghissimo avvicinamento crea terribili problemi con la sete.

D'altronde il Sahara non è anche chiamato il Paese della Sete?

**Fabrizio Rovella**

*(Esploratore e Sognatore)*

 Saharamonamour

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



## Color seppia *Cartoline dal nostro passato*



### *Prima Gita Sociale Invernale a Limone ed alla Galleria del Colle di Tenda*

La comitiva, di una quindicina di Soci, lasciava Torino il 2 Febbraio scorso per Limone e la Galleria del Colle di Tenda.

Se le attrattive degli ultimi giorni di Carnevale indussero molti a rimanere a Torino, non impedirono però che i partecipanti alla gita, quantunque meno numerosi del solito, conservassero il tradizionale buon umore che regna in tutte le nostre gite, e così fra una freddura e l'altra s'accorsero che il treno era giunto a destinazione solamente quando, uscito dall'ultimo tunnel, ebbero campo d'ammirare Limone, i dintorni e le montagne circostanti tutte avvolte nel candido manto.

Ed eccoci, usciti dalla stazione in compagnia di una numerosa comitiva di skiatori, diretti all'Hotel d'Europe dove ci attende la colazione. Lasciamo Limone sotto un cielo poco promettente.

Infatti mentre si percorre la strada carrozzabile, tutta bianca di neve, che ci deve condurre verso il Colle di Tenda, vediamo che nuvoloni neri si rincorrono paurosamente, e un venticello di tramontana che soffia a tratti assai forte, non ci rassicura troppo.

Sempre percorrendo la strada che, attraversato il Penice, si svolge tortuosamente sul dosso del monte, raggiungiamo verso mezzogiorno il rimbocco della Galleria.

Vi facciamo capolino dandovi un'occhiata ed usciamo all'aperto spiacenti di non poter ammirare il panorama che di qui si presenterebbe assai vasto se il tempo non ci avesse giuocato un brutto tiro.

Ritorniamo indietro di pochi minuti, e siamo ospitati dal Ricovero Bragard dove ci rimettiamo dal freddo di poco prima.

Ristorati alquanto, prendiamo la via del ritorno e man mano che scendiamo il tempo si rimette, tanto che un pallido sole fa capolino quando giungiamo a Limone.

I più attendono l'ora del pranzo scrivendo cartoline, e noi, più irrequieti attratti dai magici sky e dalle veloci slitte, facciamo una scappata nel vicino campo di neve di Val S. Giovanni, dove troviamo numerosi skiatori cui pure noi ci uniamo e coi quali dividiamo i numerosi capitomboli.



*Il padiglione  
dell'inaugurazione della  
Galleria del Col di Tenda  
(17 luglio 1898)*

Ma non appena incominciamo a fare gli audaci e lanciamo sfide, eccoci costretti a tralasciare ed a correre all'Hotel dove divoriamo velocemente un buon pranzetto.

Di corsa alla stazione dove a malincuore ci separiamo.

Parte della comitiva ritorna a Torino, e noi ci fermiamo a Limone non senza esserci scambiati saluti e fragorosi urrah!

Manco a dirlo, il giorno dopo il tempo è splendido e tale si mantiene anche tutto il martedì.

Partecipiamo al corso d'istruzione militare di sky che si svolge nei campi adiacenti a Limone e assistiamo a corse vertiginose ed a salti indovinati da parte degli istruttori e dei soldati, e fra questo passatempo e qualche corsa in *luge*, trascorriamo anche gli altri due giorni.

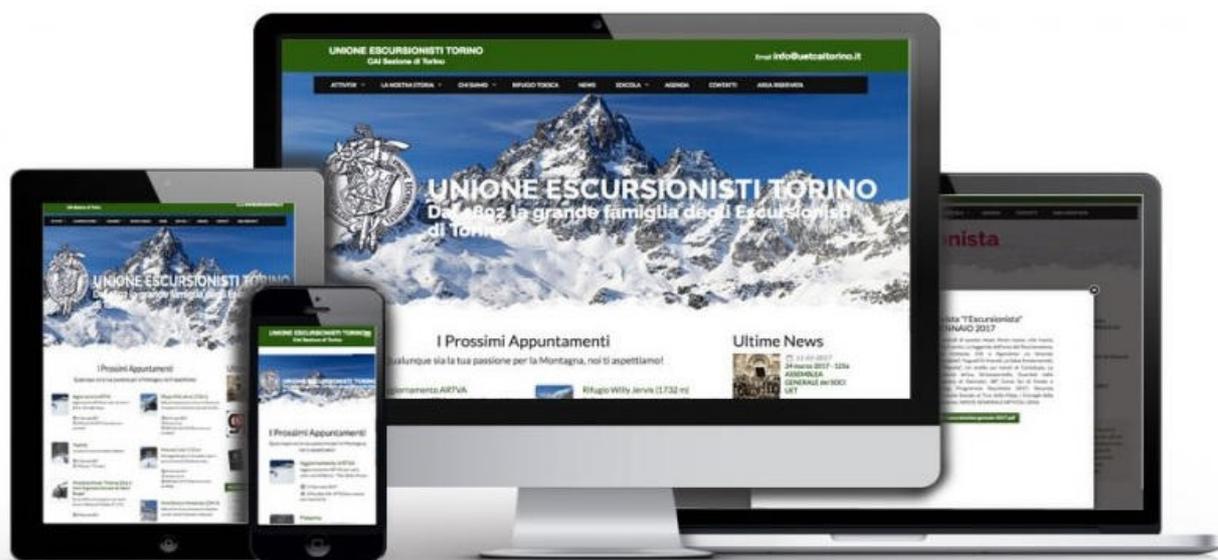
Il martedì sera ci troviamo in treno diretti a Torino, dove ci sveglia l'assordante baccano

delle maschere che, strepitando, mandano l'ultimo saluto al carnevale che muore.

**Anonimo Uetino**

*Tratto da "l'Escursionista" n°4  
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE  
ESCURSIONISTI DI TORINO  
del 5 aprile 1913*

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



*Tramite Smartphone, Tablet, PC, SmartTv vieni ad incontrarci sul nuovo sito [www.uetcaitorino.it](http://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](mailto:info@uetcaitorino.it)*

## **l'Escursionista**

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Novembre 2024

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

segui su

