



# l'Escursionista

la rivista della Unione Escursionisti Torino

Ottobre 2024

€ 0,00

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

## Pakistan zindabad

2 mesi tra alpinismo, ecologia e solidarietà

## Sentieri di Sangue

Trekking UET 2024 sulle Alpi Carniche

## La più grande festa popolare del mondo

L'Oktoberfest, ideata da un montanaro italiano

## Era come andare sulla Luna. K2 1954

In mostra al Museomontagna

## Un anello per pinete e alpeggi sui monti tra

## Savoux e Bardonecchia

I viaggi del nostro Marco Polo

SOTTO  
SEZIONI  
E GRUPPI



seguidi su



Anno 12 – Numero 126/2024  
Autorizzazione del Tribunale di Torino 18 del 12/07/2013





## L'alpeggio



Sezione di Torino



Alcune volte, salendo in montagna, capita di imbattersi in un alpeggio.

Si tratta di una semplice costruzione in pietra, dove i margari ritirano le mucche per la mungitura. In realtà per alpeggio non deve intendersi solo la costruzione, bensì l'attività agro-zootecnica che si svolge in montagna durante i mesi estivi. Il latte munto viene poi prelevato e trasportato a valle per la confezione dei prodotti lattiero-caseari che conosciamo, come ad esempio nelle nostre valli del Piemonte, la toma, il burro, etc.

Una volta questi alimenti derivati dal latte venivano prodotti direttamente in alpeggio. Poi, con l'introduzione di norme specifiche di carattere sanitario, non è stato più possibile, per motivi igienici, realizzare queste lavorazioni nei vecchi alpeggi.

Infatti la norma prevede una serie di adempimenti difficilmente attuabili in un alpeggio tradizionale, come ad esempio: la pavimentazione e la piastrellatura completa dei locali dove avviene la lavorazione. Pertanto, le condizioni richieste dalle norme per l'ottenimento di un ambiente sano e idoneo, dove appunto vengono confezionati questi alimenti, si trovano nei caseifici, oppure nei nuovi alpeggi rispettosi di queste regole.

Se vi è mai capitato di entrare, come turisti, in un ambiente del genere, certamente vi è stato chiesto di indossare dei capi che vi isolino (a partire dalle calzature) dal contatto diretto con l'ambiente che state visitando.

Una ricerca archeologica dell'Associazione per la ricerca alpina, arte rupestre e insediamenti nelle Alpi ha constatato tracce di agricoltura alpina (pascoli) dell'età del bronzo, dal 1700 al 900 a.c. attorno al monte Dachstein (Austria). Alcuni dei resti di capanne sono ancora riconoscibili dai cerchi di pietra attorno ai pali che servivano da fondamenta. Di tale periodo, finora sono stati individuati 28 pascoli alpini, i quali servivano a fornire cibo per la manodopera impegnata nelle miniere di sale di Halstatt.

Senza il supporto dell'agricoltura alpina non sarebbe stata possibile l'estrazione mineraria dell'era preistorica, fino all'età del bronzo, in tutta la zona alpina. Ma l'alpeggio tradizionale com'era fatto? Di quanti ambienti disponeva?

Queste costruzioni, in genere, venivano realizzate in pietra del luogo, erano basse e di forma allungata. I tetti avevano una robusta armatura in tronchi di conifera (non ben squadri) e venivano coperti con lose irregolari e spesse.

All'interno non c'era pavimentazione, ma, nel migliore dei casi, una massiciata. Il locale aveva una o due porte per facilitare l'ingresso e l'uscita delle bestie e una piccola finestra per la luce del giorno. Il margaro, in genere, coabitava con le bestie, oppure stava in un piccolo locale attiguo a quello degli animali, dotato di poche cose essenziali per la vita di tutti i giorni: un giaciglio, un tavolo,

*Prima e quarta di copertina di questo mese: Laila Peak (Pakistan) e K2 (al confine tra il Pakistan e la Provincia Autonoma Tagica di Tashkurgan di Xinjiang, Cina)*



Sezione di Torino



qualche panca e le suppellettili necessari per vivere alcuni mesi in alpeggio. Il margaro viveva soprattutto all'aperto con le sue bestie, con qualsiasi condizione di tempo.

In Italia l'alpeggio si svolge tra un'altitudine minima di 600 m. e una massima di 2500-2700 m. Si inizia con la monticazione, cioè la salita sull'alpe, che avviene tra la fine di maggio e la metà di giugno e termina con la ridiscesa in pianura, che avviene a fine settembre.

Gli alpeggi, un tempo, erano raggiungibili solo con mulattiera o sentiero. Oggi sono quasi sempre serviti da una strada sterrata, di norma interdetta al pubblico, che rende possibili i movimenti con fuoristrada.

Oggi alcuni margari sono dotati di moto agili e leggere per raggiungere facilmente e velocemente i luoghi più impervi del pascolo. In prossimità dell'alpeggio si trova quasi sempre un abbeveratoio.

Quando l'alpeggio è ben curato porta notevoli vantaggi agli animali da un punto di vista alimentare (maggiore valore nutritivo), che si riflette sulla salute e sulle qualità dei prodotti zootecnici.

In genere, nel periodo della monticazione avviene il passaggio del bestiame in diverse strutture poste a quote diverse:

- dalla partenza in valle, si sale fino ai "casolari", stalle con poco pascolo poste dai 700 ai 1000 m.
- dai casolari avviene la salita nelle malghe di "bassa quota", poste tra i 900 ed i 1300 m. con un pascolo sufficiente a contenere tutta la mandria
- ora gli esemplari giovani e adulti vengono fatti risalire ancora fino alle malghe di alta quota (1400-1900 m.) e alle baite (in genere oltre i 1900-2000 m.)

Durante l'alpeggio gli animali sono suddivisi tra le malghe di alta quota, quelle di bassa quota e le baite. Ogni montagna adibita ad alpeggio, in genere conserva queste tappe di risalita, dei prati, dei casolari, alle radure delle malghe e al pascolo alpino delle baite.

Oltre gli alpeggi si trovano in genere le rupi alpestri, dove troviamo le capre. Gli alpeggi sono nati per le esigenze pastorali. Purtroppo, molti di questi alpeggi sono in abbandono. I terreni prativi non curati vengono via via conquistati dal bosco che si espande anche verso l'alto a causa dei mutamenti climatici. Il bosco in espansione ingloba anche gli alpeggi abbandonati che si riducono in ruderi.

Con la perdita degli alpeggi, si ha anche una riduzione della biodiversità. Infatti, nella prateria che tende a ridursi convivono tante specie vegetali e animali. La scomparsa delle praterie ha conseguenze sull'ambiente, perché i prati hanno una capacità di assorbimento dell'anidride carbonica e concorrono alla protezione idrogeologica del suolo trattenendo l'acqua piovana.

Pertanto, bisogna sostenere ed incentivare la pastorizia, mantenendo le strutture di ricovero, come gli alpeggi, utili presidi delle terre alte. Qualcuno di quelli non più utilizzati può essere recuperato ed adattato a bivacco per gli escursionisti.

Bisogna, altresì mantenere e potenziare, laddove necessario, la rete viaria di esclusivo utilizzo per il raggiungimento degli alpeggi disagiati.



**Beppe Previti**  
*Reggente UET*



## Rivista mensile della Unione Escursionisti Torino

Anno 12 – Numero 126/2024  
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 Ottobre 2024

Editoriale – Riflessioni del Presidente

**L'alpeggio** 02

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

**Sentieri di Sangue** 05

*Trekking UET 2024 sulle Alpi Carniche*

Penna e calamaio – Racconti per chi sa ascoltare

*Leggende di montagna*

**La bella Alda** 11

Il cantastorie - Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

**La leggenda della Vecchia del lago** 15

Canta che ti passa! - La rubrica del Coro Edelweis

**Cercheremo** 18

Il mestolo d'oro - Ricette della tradizione popolare

**Il Pane del Friuli Venezia Giulia** 21

C'era una volta - Ricordi del nostro passato

**Quando andavamo a mangiare il Gran bollito  
Piemontese** 25

la Vedetta Alpina - la rubrica del Museo Nazionale della Montagna

**Era come andare sulla Luna. K2 1954** 27

*In mostra al Museomontagna*

la Montagna scritta - la rubrica della Biblioteca Nazionale CAI

**Il Corpo Nazionale Soccorso Alpino e  
Speleologico compie 70 anni!** 32

Marco Polo - Esplorando... per Monti e Valli

**Un anello per pinete e alpeggi sui monti tra  
Savouls e Bardonecchia** 34

Terre Alte - Riflessioni sull'ambiente alpino

**La più grande festa popolare del mondo** 38

*L'Oktoberfest, ideata da un montanaro italiano*

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

**Proteggere la salute in autunno: tre alimenti da  
avere sempre in dispensa** 43

Strizzacervello - L'angolo dei giochi enigmistici

**Strizzacervello** 46

Prossimi passi - Calendario delle attività UET

**Ottobre: vino e cantina dalla sera alla mattina** 53

Reportage – Ai confini del mondo

**Pakistan zindabad** 56

*2 mesi tra alpinismo, ecologia e solidarietà*

Color seppia - Cartoline dal nostro passato

**Gita culturale alla Sagra di San Michele** 61

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

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



Sul cappello un bel fior  
la rubrica dell'Escursionismo estivo



*Sentieri di Sangue  
Trekking UET 2024 sulle Alpi Carniche*

“Ma davvero la Casera Pal Grande non è gestita? E chi ci darà cena e colazione?”. “No, non è custodita, mangi quello che ti sei portato nello zaino da Torino, anche se fai un po’ di dieta male non ti fa; ti strafoghi poi nel rifugio successivo, forse...”. “Ma abbiamo almeno i posti prenotati?”. “No, chi arriva prima si sistema, il gruppo più numeroso fa dormire fuori all’aperto quello più piccolo (...), così mi ha detto la signora Elena del Cai di Codroipo”. “Ho letto che è franato il Sentiero Italia dopo il colle Croce Carnico, come facciamo?”.

“Nessun problema, passiamo in Austria, saliamo al Pal Piccolo e ridiscendiamo in Italia sul Sentiero Italia; potremmo avere un tratto un po’ complicato, comunque abbiamo corda, cordini e imbraghi e con un po’ di pazienza ce la togliamo”. “Ma è proprio necessario portarsi dietro questo peso per sei giorni? Le descrizioni degli itinerari cosa dicono?”. “È necessario, non sai mai che cosa incontri, e poi normalmente se hai dietro qualcosa non lo devi usare, se non ce l’hai ti serve di sicuro. È la dura legge della sfiga, che ci vede benissimo...”

Questa è la parte più difficile nell’organizzazione di un trekking, fare fronte alle ansie proprie e a quelle dei partecipanti, misurare la difficoltà del percorso, avvicinarsi

ma non superare quel limite oltre il quale le proprie capacità vanno in crisi.

Dopo il trekking 2023 sulle Marittime nella Valle Gesso mi ero proposto di lasciare per l’anno successivo a qualcun altro l’organizzazione dell’ormai tradizionale appuntamento UET. Mi pareva giusto, oltre che doveroso, che non vi fosse una padronanza esclusiva da parte di nessuno, e che tutti potessero cimentarsi nella ideazione e pianificazione del percorso.

Vista la calca di soci UET disposti a prendere il mio posto, mi sono trovato invece rivestito nuovamente dell’oneroso incarico, fortunatamente ancora coadiuvato dal volenteroso Valter, che si è accollato tutta la parte relativa ai trasferimenti e ai pernottamenti nei rifugi.

Il primo problema da risolvere è stato relativo al dove andare: il Piemonte e la Valle d’Aosta già l’abbiamo percorsa in lungo e in largo, in Francia no perché nei rifugi si mangia male, bene che vada ti danno a cena un brodo lungo di cipolle, in Svizzera ti pelano, la Lombardia è affollata dai Milanesi, Trentino e Dolomiti sono pieni di turisti da ogni dove d’Italia e devi fare le code sui sentieri (e quest’anno è stato anche peggio che negli anni passati). Non rimaneva che il Friuli, nello specifico la Carnia, area all’estremo est d’Italia che nessuno considera più di tanto.

*In marcia ...*





*Traverso verso il Passo  
Giramondo*

Ed effettivamente, guardando quanta gente abbiamo incontrato sui percorsi e nei rifugi, possiamo confermare che i sentieri non vengono proprio consumati dal passaggio degli scarponi.

Definita l'area, si trova una serie di sentieri concatenabili tramite rifugi con percorrenze di giusta misura? Per stare sul semplice, la prima idea viene pensando al Sentiero Italia, che dovrebbe essere stato progettato proprio con questo scopo.

Peccato che in Friuli la progettazione del SI sia stata un poco frettolosa: alcune tappe eccessivamente lunghe, rifugi chiusi, bivacchi; alla fine con un po' di ristrutturazione riesco a mettere insieme un percorso gestibile. E comunque anche sul terreno le indicazioni del Sentiero Italia spesso saranno da interpretare. Partenza dalle Sorgenti del Piave, arrivo al Passo di Cason di Lanza, quattro rifugi, un bivacco e un agriturismo, sei giorni di cammino costantemente fuori dalla civiltà, con i telefoni regolarmente fuori connessione se non nei brevi tratti in cui riuscivano a incanalare un centro abitato lontano in fondo ad una vallata. Montagne di calcare compatto che mutano di colore dal grigio chiaro sotto il sole al grigio

scuro quando le nubi ne celano le vette al rosa che il mattino e la sera stendono sulle pareti.

Ed intorno tanto verde, prati e pinete, e solitudine; pochi alpeggi sparsi qua e là dove il terreno carsico lascia spazio a qualche laghetto o ad un ruscello.

Eppure, su queste montagne dove ora regnano il silenzio e la pace, è stata scritta una delle più sanguinose pagine di storia.

Poco più di cento anni fa Austriaci e Italiani si sono ferocemente scontrati in battaglie per conquistare un colle o una posizione dominante. È questo pensiero che mi ha portato a nominare questo trekking col titolo "Sentieri di sangue", a memoria di una follia collettiva che l'odierna bellezza e serenità di questi monti non deve far dimenticare.

Alla partenza ci ritroviamo in nove: oltre al sottoscritto e al mitico Valter ci sono Adele, la mia bimba, ormai maggiorenne, Vittoria, Laura, Daniela, Giulia e Tommaso, e Rosa, che indomita ci raggiunge da Messina. Un gruppo già collaudato, pronto ad affrontare (quasi) qualunque sfida...

Il primo giorno sarà quello più carico di ansia, dovendo affrontare un tragitto in treno e sperare che eventuali ritardi non mandino in crisi il programma. Fortunatamente tutto in

*Monte Capolago (Monti di Volaja)*



orario, anche il servizio bus che avevamo prenotato funziona bene e arriviamo perfettamente in tempo alle Sorgenti del Piave, dalle quali con poco meno di un'ora di sentiero raggiungiamo il rifugio Calvi.

Lasciamo il rifugio Calvi con il cielo coperto, le cime avvolte nelle nuvole. Questa sarà la tappa più lunga dell'intero trekking, ci porterà a sconfinare in Austria per poi pernottare al rifugio austriaco posto quasi sul confine.

Affrontiamo la salita al passo Sesis, augurandoci di non finire nella nebbia una volta arrivati al colle. Invece ci ritroviamo su un colletto con inchiodati sopra ad un palo marcio una serie di cartelli indicatori che poco collimano con quanto riportato sulle nostre carte. Sarà un po' una costante di tutto il giro questa incertezza di indicazioni, dovremo fare spesso affidamento all'esperienza ed alla attenta lettura del GPS per restare sulla giusta via.

Dopo breve consultazione prendiamo la traccia che più ci sembra probabile e ci buttiamo in discesa.

Percorriamo in giù l'interminabile Val Fleons fino alla Casera Sissanis di Sotto, dopo la quale riprende la salita per la Sella Sissanis ed il successivo Passo Giramondo.

Ambiente selvaggio sulle verticali pareti ovest dei Monti di Volaja, che però ci possiamo godere poco a causa di un lungo traverso su un ripido versante solcato dalla tenue traccia del sentiero che taglia immensi ghiaioni.

Al Passo Giramondo entriamo in Austria e riprendiamo a scendere fino al pianoro della Obere Wolayer Alpe.

Arrivati qui ne avremmo già abbastanza della giornata, invece ci tocca altra salita, prima su strada sterrata, poi su un sentiero invaso da ontani, finché si apre la vista sull'incantevole lago di Volaja, sulla cui sponda sorge il moderno Wolayerseehutte.

Dopo la notte austriaca affrontiamo la terza tappa con spirito rilassato. Sarà un percorso breve, con dislivello contenuto, tutto relax.

Lasciato il Wolayerseehutte aggiriamo il lago di Volaja ammirando le imponenti pareti circostanti colorate di rosa dal sole del mattino. Superato il rifugio Lambertenghi-Romanin, chiuso per presunte manutenzioni, inizia una lunga discesa abbastanza anonima, seguita da altrettanta risalita tra infiniti pratoni fino al rifugio Marinelli.

La sosta al Marinelli non sarà delle più serene, i gestori non brillano per accoglienza e simpatia, sfruttano forse eccessivamente il





*Rovine delle fortificazioni del Pal Piccolo*

fatto di essere collocati sulle vie di accesso al monte Coglians e quindi di avere comunque ospiti.

Lasciamo il Marinelli e le retrostanti verticali pareti della Creta delle Chianevate pronti per cimentarci in quella che è attesa essere la tappa più interessante, che ci porterà al Passo di Croce Carnico e da lì direttamente ai campi di battaglia ed alle fortificazioni austriache del Pal Piccolo.

Dopo un primo tratto di discesa lungo una comoda sterrata ci avviamo su un sentiero in salita che punta verso una imponente bastionata rocciosa che non sembra essere disponibile a tante confidenze.

Si intravede una esile cengia che l'attraversa, e che genera nel gruppo un po' di ansia e perplessità.

È vero che siamo attrezzati di corde, imbraghi, cordini etc. etc., però se si può fare a meno di mettersi nei guai...

Fortunatamente scorgiamo un signore che sta facendo davanti a noi lo stesso sentiero e che dopo un passaggio su un tratto erboso va ad infilarsi in una spaccatura della parete, nella quale si vede anche un cavo.

Proseguiamo anche noi un po' timorosi, per poi scoprire che il tutto si sarebbe ridotto ad alcuni passaggi chiusi in uno stretto canalino,

nemmeno troppo ripido, protetto da un cavo di acciaio ed agevolato da gradini in ferro. Per poi uscire brevemente su un facile sentiero in mezzo ai prati.

Questo passaggio, insieme al traverso prima del Passo Giramondo, saranno gli unici due piccole difficoltà che avremo avuto da superare.

Superato il canalino, tutta discesa fino al Passo di Monte Croce Carnico.

La giornata è calda, siamo partiti dal rifugio con scorte di acqua un po' ridotte, confidenti che al Colle ci sarebbe stata una fontana o almeno un bar dove fare rifornimento.

Invece nulla, deserto completo, nemmeno macchine di passaggio, sembrava un luogo abbandonato.

Superiamo il Colle, andiamo in Austria, quindi sotto il sole del mezzogiorno risaliamo il ripido sentiero per il Pal Piccolo.

Finché non arriviamo sopra nulla lascia intendere che ci si saremmo trovati in un labirinto tra i resti di una grande fortezza militare. Inimmaginabile quanta gente si muoveva tra quelle rocce e quanti avranno perso la vita tra queste montagne che ora paiono così serene.

Con un po' di fortuna imbocchiamo la via di discesa. La sete ci tormenta, ma l'acqua la



*Discesa dalla Sella Cercevesa*

troveremo solo quasi all'arrivo, alla Casera Pal Grande di Sotto.

Un ultimo sforzo e siamo alla Casera Pal Grande di Sopra, bella struttura risistemata e curata dal Cai di Codronico, al quale rendiamo onore per l'opera compiuta.

Ci sistemiamo nel locale più grande, con noi ci sono anche due signore tedesche, pure loro per un trekking, e poi tre ragazzi scout nella struttura di fronte.

Ovviamente cena e colazione molto monacali, portando ad esaurimento quanto ancora presente in fondo agli zaini.

Superato brillantemente il pernottamento in bivacco, oramai le tappe successive diventano ordinaria amministrazione.

Dalla Pal Grande seguiamo col sentiero che offre una bella panoramica sulla Creta di Timau, per poi scendere fin quasi alla Casera Pramosio, e quindi risalire alla Sella Cercevesa. Dalla Sella un lungo traverso ci porta ad affacciarsi sul vallone del rifugio Fabiani e quindi a scendere sul rifugio per il pernottamento.

Dal Fabiani dopo una breve discesa risaliamo, prima su sterrata e poi su sentiero tra i pascoli, fino al colle della Cima Val di Puartis.

Qui scopriamo che i pastori usano il filo di ferro spinato per delimitare i pascoli: sarà una eredità della Grande Guerra? Avremo qualche difficoltà nel passare.

Dal colle proseguendo tra pascoli e boschi scendiamo fino all'Agriturismo Al Cippo, dove ci attende una ricca cena, anche se un po' pesantina.

E termina così anche il trekking UET del 2024. Staremo a vedere su quali monti ci porterà il 2025...

**Enrico Volpiano**



## Leggende di montagna

*La Sacra di San Michele , nota anche come Abbazia di San Michele, è un complesso religioso sul Monte Pirchiriano, situato sul versante Sud della Val di Susa nel territorio del comune di Sant'Ambrogio di Torino in Piemonte, di cui è anche simbolo regionale. Per gran parte della sua storia è stata sotto il dominio benedettino, ora invece è affidata ai frati Rosminiani .*

*Questa abbazia monumentale è stata una delle ispirazioni per il libro "Il nome della rosa" di Umberto Eco.*

### La bella Alda

Tra i numerosi racconti che ci sono sulla Sacra di San Michele sicuramente uno dei più affascinanti e misteriosi resta quello legato alla leggenda della Bella Alda, una leggenda che si sviluppa intorno ai resti di una torre (appunto chiamata la *Torre della Bell'Alda*) che si trova a breve distanza dall'abbazia, forse spesso dimenticata perché non in ottime condizioni rispetto a tutto il resto.

La torre della Bell'Alda è alta circa una ventina di metri, si affaccia direttamente sul ripido precipizio che c'è tra l'abbazia e la vallata sottostante, risale circa al XII secolo come costruzione e fa parte di tutto quel primo edificio costruito poi distrutto dalla decadenza.

I resti di questa torre è quello che rimane del passato e questi resti ci portano alle vicende di una giovane ragazza del posto, una leggenda che sembra risalire proprio al Medioevo, nella quale questa torre diventa la protagonista principale insieme con la sfortunata e vanitosa Alda.

In quei tempi si racconta che tutta la Valle di Susa fosse invasa da mercenari e conquistatori che praticavano ogni sorta di razzia, si viveva in un periodo talmente delicato e confuso, c'era tensione politica per le scorribande del Barbarossa prima e poi per i Lanzichenecci.

Non si conosce precisamente un periodo storico in cui collocare il tutto, sta di fatto che la Sacra di San Michele, proprio a causa di queste tensioni e di questi terrificanti



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

personaggi, divenne per gli abitanti del posto un vero e proprio rifugio per potersi salvare.

Proprio durante uno di questi attacchi una bellissima e giovane ragazza di nome Alda si rifugiò nella torre per salvarsi da un gruppo di malintenzionati (soldati o briganti, altri invece raccontano che fossero mercenari francesi ed ancora uno spasimante rifiutato) che volevano approfittarsi di lei, visto che ormai tutto quello che si poteva saccheggiare era ormai finito.

Alda pensò quindi di potersi salvare andando a chiudersi all'interno della torre, ma fece male i suoi conti: una volta rinchiusa all'interno non aveva più alcuna via di fuga ed era rimasta completamente accerchiata da questi personaggi molto ben poco raccomandabili.

Non poteva più scappare da nessuna parte ed era completamente in trappola, non potendo più fare nulla, ma non volendo arrendersi ai malfattori e consegnarsi a loro piuttosto che cedere a questa situazione, decise di risalire completamente la torre per poi buttarsi nella vallata sottostante.

E così fece: salì in cima alla torre e senza pensarci sopra troppo tempo si buttò verso la vallata; cadendo si mise intensamente a pregare la Madonna (qui ci sono alcune versioni diverse, chi dice che pregò la Madonna e chi invece direttamente San Michele), sta di fatto che le sue preghiere furono esaudite perché dal nulla apparvero due angeli alati che la presero e la portarono delicatamente fino al terreno sottostante, senza alcun danno.

Alda fu tanto sorpresa che andò subito a raccontare tutto agli abitanti del paese, urlando che si era verificato un miracolo, che si era buttata dalla torre e che non le era successo nulla, ma la gente la derise e non credette a nulla di quello che stava raccontando la povera Alda.

Lei invece continuò a raccontare che era tutto vero, che era successo quello, che degli angeli

l'avevano salvata e, forse per vanità o forse perché voleva fare sapere davvero la cosa appena successa, decise di ritornare nuovamente sulla cima della Torre per buttarsi nuovamente di sotto; tanto era stata già salvata e sicuramente la cosa si sarebbe ripetuta, questa volta di fronte agli occhi della gente che non ci credeva.

MA così non fu... Alda tornò sulla torre e con molto orgoglio si buttò nuovamente di sotto, ma questa volta nessun angelo apparve in volo per salvarla e la povera Alda morì sfracellata al suolo.

Sempre dalla leggenda si racconta e si tramanda anche che: *"L toc pi gross rimast a l'era l'urja"* (che in dialetto piemontese vuol dire: il pezzo più grosso rimasto era l'orecchio).

Ancora oggi sulla pietra sulla quale la leggenda vuole che la fanciulla si sfracellò, proprio vicino a quello che oggi è il percorso della via ferrata Carlo Giorda che sale alla Sacra, è presente una croce in sua eterna memoria.

La pietra diede vita a numerose storielle e a canzoni popolari, una delle quali recita così:

*La Bell'Alda insuperbita  
qui dal balzo si gettò,  
sfracellata nella valle  
la Bell'Alda se ne andò.*

Fu così che morì la giovane e bella fanciulla, andandosene per sempre sotto gli occhi "non credenti" degli abitanti, anche se qualcuno sostiene che il suo fantasma abiti ancora lì e che la si possa vedere vagare sui sentieri e vicino alla torre che porta il suo nome, durante le sere nebbiose...

**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 della Vecchia del lago



## Il cantastorie Fiabe, saghe e leggende delle Alpi

*Esiste una valle, detta anche Valle di Andorno in cui scorre il torrente Cervo, che si trova nel cuore delle Alpi Pennine.*

*Dall'ultimo paese, Piedicavallo, la valle continua a salire portandosi a quote più elevate che segnano il confine tra il Biellese e la Valle d'Aosta.*

*Quassù si trova il Colle della Vecchia, un tempo importante valico di comunicazione tra i due territori.*

*E un poco sotto questo colle si trova il Colle della Vecchia ed a pochi minuti di cammino l'omonimo Rifugio della Vecchia. nei pressi del lago, un'incisione raffigura una vecchia che si sostiene ad un bastone in compagnia di un orso e ci vuole ricordare l'antico e misterioso personaggio della "vecchia del lago" che ha dato vita a diverse leggende che caratterizzano questo bellissimo territorio montano.*

*E molte di queste leggende sono ambientate proprio lì dove ancora oggi sorge questo ridente laghetto.*

Questa leggenda narra dei tempi in cui gli imperi più forti dominavano sugli stati più piccoli opprimendoli a proprio piacere.

Ed esisteva un lontano paese d'oriente in cui un giovane re viveva e regnava felice con la sua bellissima sposa.

Il loro infatti, non era stato un matrimonio politico, come spesso accadeva ai sovrani, ma i due giovani si erano innamorati e sposandosi avevano coronato il loro sogno d'amore.

Ma quelli erano anche tempi in cui gran parte del mondo era soggiogato dalla violenza dei paesi più forti ed un giorno un malvagio esercito invase il pacifico paese in cui vivevano felici i due giovani sovrani ed i loro fedeli sudditi.

I due giovani sovrani per non essere uccisi si travestirono da poveri contadini e riuscirono a fuggire, ma un soldato invasore – che pensate un po'... si dice fosse di origini biellesi – li riconobbe, li catturò come schiavi e li portò nel proprio paese.

Un servo fedele dei due sovrani che aveva assistito alla loro cattura e che li aveva seguiti in queste terre lontane portando con sé una sacca piena di oro e gemme preziose, pagando il soldato riuscì però a riscattare la libertà dei suoi signori.



Il viaggio era stato lungo e faticoso ed il povero re duramente provato da quel viaggio e angosciato dal dispiacere di non aver potuto difendere i suoi amati sudditi dall'invasione dell'esercito nemico, morì.

La sua giovane sposa volle allora trovare un luogo in cui seppellire le spoglie del suo amato e scelse un piccolo laghetto alpino su quelle montagne biellesi: così fece calare il feretro in fondo alle acque gelide del lago e congedato il servo fedele che li aveva liberati, decise di stabilirsi lì, anche lei in assoluta solitudine, in cui le uniche compagnie erano gli animali selvatici della montagna ed un orso che la seguiva ovunque .

In questa condizione di solitudine e vivendo a totale contatto con la natura, la donna imparò a conoscere le erbe ed i suoi segreti e così facendo diventò capace di curare le sue malattie e quelle dei suoi unici amici animali.

La sua fama crebbe tra i valligiani che abitavano quei luoghi ma che la evitavano per stupide superstizioni, non fidandosi di lei e dei poteri straordinari che aveva e per i quali la consideravano una strega... una "masca".

Un giorno però, un ragazzo del posto si ammalò gravemente ed i genitori disperati, non sapendo a chi rivolgersi per salvare il proprio figlio da morte certa, andarono a cercare questa donna che subito accorse e preparando infusi con erbe selvatiche nell'arco di qualche giorno riuscì a guarire il giovane.

Da quel momento la gente del posto, vinta ogni diffidenza nei suoi confronti, si recò da lei per ogni tipo di problema ricavandone sempre un beneficio o qualche buon consiglio da seguire. Gli anni passavano, lunghi, e sul viso della bella sovrana comparvero le rughe e quando sotto il peso della vecchiaia la sua schiena si incurvò la gente del posto incominciò a chiamarla "la vecchia del lago".

Quando infine l'ormai vecchia sovrana morì, la gente del posto volle calarla in fondo al lago in modo che potesse riposare per sempre accanto al suo amato sposo.

**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 Langfjordenes.*

*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...*



## Cercheremo

*Cercheremo la montagna più lontana dal sentiero  
e scopriremo ancora un fiore nascosto alla tua mano;  
e canterà nel cuore incanto dentro il cielo,*

*Cercheremo, cercheremo finché il cuore capirà.*

*Cercheremo i nostri sogni dentro i campi,  
lungo il fiume e ascolteremo ancora voci di un tempo ormai perduto;*

*e canterà nel cuore l'incanto dei ricordi,  
cercheremo, cercheremo,  
finché il cuore dormirà.*

Canto con parole e armonizzazione del maestro Marco Maiero direttore del coro Vos da Mont, nel quale le persone ricercano uno spazio che nel mondo odierno sembra scomparso.



### Montagna e il suo significato

Per alcuni, la montagna rappresenta una sfida con se stessi, con i propri limiti fisici e mentali. Per altri, si tratta di un'esperienza quasi mistica, di ricerca della solitudine e del silenzio. È un termine che si è formato nel misterioso atavismo del latino parlato, che ha dato origine a una forma intermedia ricostruita come montanea a partire dall'aggettivo montanus, che deriva da mons, 'monte'.

Su un monte la parte più bassa si chiama piede mentre il punto più alto è detto cima o vetta. La zona compresa tra la cima e il piede di una montagna si chiama versante. L'area pianeggiante racchiusa tra due montagne si chiama valle.

Una serie di montagne allineate tra loro si chiama catena montuosa.

Camminare in montagna non è dunque salutare solo per il corpo. Lo è anche per la mente e l'anima. Un vero catalizzatore di gioia per lo spirito. Sulla montagna sentiamo la gioia di vivere, la commozione di sentirsi buoni e il sollievo di dimenticare le miserie terrene

Un luogo dove imparare a rispettare i propri limiti, ma anche a superarli. Un luogo dove godere della bellezza della natura, raggiungere obiettivi e trovare il proprio equilibrio. La montagna raccontata come saggia maestra che regala libertà, ma che esige rispetto e sacrificio, un po' come la vita.

La montagna ci mette in connessione con noi stessi, con ogni singola cellula del nostro corpo. Ci insegna a prestare maggiore attenzione al nostro corpo e capire quando è arrivato il momento di rallentare e quando è possibile superare i nostri limiti.

Le persone che si ritengono amanti della montagna, in genere, ricercano tranquillità, meditazione, contemplazione, silenzio, solitudine, stabilità e tradizione. Le ricerche dimostrano che principalmente sono persone riflessive, pacate, introversive, solitarie.



Clikka sull'indirizzo o copia l'indirizzo sul browser

<https://www.youtube.com/watch?v=p0z6DxSxRik>

("Cercheremo" coro Voa da Mont)

Ha origini molto antiche: è già presente nei semi delle carte francesi del 1400. Alcuni storici, tuttavia, suppongono che il primo simbolo del cuore sia ancora più antico. Forse va fatto coincidere con un geroglifico egizio: il segno, nella scrittura dei faraoni, rappresenterebbe il seme del silfio, una pianta ritenuta medicamentosa e magica.

Per altri studiosi, invece, il simbolo del cuore sarebbe la semplificazione del disegno di un cuore animale o umano. Di questo universale simbolo abbiamo solo una certezza; è giunto indenne nel ventesimo secolo carico sempre dello stesso significato: vita, amore, passione.

*Cercheremo i nostri sogni dentro i campi*

**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!

CORO  
EDELWEISS

1950

DEL CAI TORINO



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 del Friuli Venezia Giulia

Amici de "Il Mestolo d'oro"... ben ritrovati!  
Eccoci arrivati, questo mese, all'estremità più ad est del nostro nord Italia: il Friuli Venezia Giulia!

E nel nostro viaggio alla scoperta dei grandi e storici piani italiani, ci troviamo oggi in una regione in cui solo a fine metà degli anni '50 si potevano ancora osservare sul ciglio delle strade di campagna commercianti con dieci chili di pane sulla testa, o nei mercati triestini accanto ai loro banchetti, le "pancogole" (dal latino: panis coculae), donne che producevano e vendevano autonomamente il pane. Il loro mito si basava sulla capacità che avevano sia di lavorarlo sapientemente per ore, che di trasportarlo a piedi per diverse miglia. Questa attività, iniziata fin dal 1150 (come testimoniano i documenti storici dell'epoca), acquistò una tale fama da farle più volte invitare a Vienna, alla corte di Enrico II Jasomirgott, per insegnare ai panettieri del ducato di Austria i loro segreti.

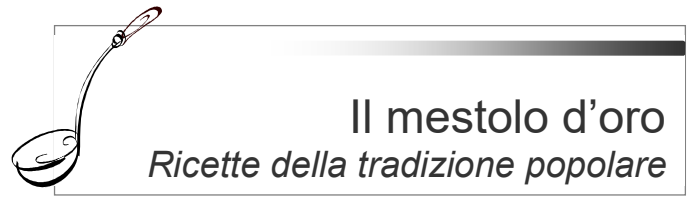
Accanto alla biga nei forni di questa regione prosperano naturalmente le contaminazioni dell'Europa centrale o "danubiana" con i loro prodotti a base di farina gialla e scura, ricchi dei profumi della segale, dell'orzo e dei semi di papavero.

Quelli che quindi vi propongo di realizzare questo mese, non sono solo tre eccellenze nella storia della panificazione di questa regione ma un vero e proprio viaggio nel tempo e nella storia dei sapori le cui origini risalgono a quasi mille anni fa.

Siete dunque pronti a fare questo viaggio, ovviamente insieme ai vostri commensali?

### **Biga Servolana**

Mai come in questo caso si può dire che l'unione fa la forza o meglio il gusto. Infatti ci troviamo davanti a due pagnotte di pane unite dalla crosta dorata e croccante. Si tratta di un prodotto legato strettamente alla tradizione delle pancogole (in questo caso del rione Servola di Trieste) ovvero quelle donne che preparavano il pane e poi lo distribuivano per tutta la città.



### **INGREDIENTI**

Per la biga occorre preparare un primo impasto con:

- 100 gr di farina
- 45 gr di acqua tiepida
- 1 gr di lievito di birra

Poi occorrono:

- 150 gr di farina
- 90 gr di acqua tiepida
- 15 gr di burro morbido
- Un pizzico di sale
- Il panetto lievitato

### **PREPARAZIONE**

La biga è un pane che si produce con un processo di lievitazione molto lento; ha una forma particolare, infatti viene fatta facendo



*Biga Servolana*

*lievitare l'una accanto all'altra due ovali di pasta su cui verrà poi praticato un taglio che inciderà la biga per tutta la sua larghezza. Il taglio deve essere fatto molto in profondità e con una lama affilata per permettere al pane di aprirsi bene durante la cottura; è la parte più difficile nella preparazione della biga e solo con una lunga esperienza si riesce a raggiungere un risultato perfetto.*

Per preparare la biga occorre preparare un primo impasto con: 100 gr di farina, 45 gr di acqua tiepida, 1 gr di lievito di birra.

Riattiviamo il lievito di birra, mettendolo in acqua tiepida per 10 minuti; aggiungiamo poi la miscela di acqua e lievito alla farina, impastiamo, facciamo un panetto e lasciamo lievitare per una notte intera.

Trascorso questo tempo prendiamo un'altra ciotola e prepariamo: 150 gr di farina, 90 gr di acqua tiepida, 15 gr di burro morbido, un pizzico di sale, il panetto lievitato.

Come prima cosa aggiungiamo la farina al nostro panetto alternandola all'acqua; uniamo ora il sale e il burro e facciamo unire questo completamente all'impasto usando il calore delle mani.

Formiamo un nuovo panetto che faremo lievitare per 5 ore.

Prendiamo da questo impasto dei mucchietti di pasta e, senza reimpastare, diamogli una forma di ovale; andiamo poi ad affiancare questi ovali due a due e lasciamo lievitare per altri 30 minuti.

Nel frattempo che il pane lievita riscaldiamo il forno a 220°C; trascorso il tempo di lievitazione e subito prima di mettere in forno si pratica un taglio orizzontale, il taglio deve essere netto e profondo e comprendere entrambi gli ovali.

Mettiamo subito a cuocere in forno per 15 minuti e le nostre bighe saranno pronte.

### *Pane Grispolenta*

*Dalla fine del 1800 specialmente nella provincia di Udine, la farina di mais inizia ad essere considerata ed impiegata anche nella panificazione. Il Grispolenta è un pane dalla forma di grande grissino rustico dal gusto di pane, tipico delle Alpi Carniche, preparato miscelando farina di mais, farina di grano, acqua, sale, olio, strutto e lievito naturale.*



*Pane Grispolenta*

#### **INGREDIENTI**

- Farina 00 275 grammi
- Farina di mais 225 grammi
- Pasta madre 75 grammi (o lievito di birra, 15 grammi)
- Strutto 75 grammi
- Acqua 250 grammi
- Sale 8 grammi

#### **PREPARAZIONE**

Setacciate e mettete le farine a fontana.

Mettete al centro la pasta madre e all'esterno lo strutto e il sale.

Lavorate il tutto inglobando sale e strutto per ultimi.

Aggiungete l'acqua piano piano (non è detto che serva tutta).

Coprite e lasciate lievitare fino al raddoppio (qualche ora, dipende dalla vivacità della vostra pasta madre).

Stendete l'impasto su un piano leggermente infarinato e ricavatene tanti grissini che andrete a posizionare su una teglia unta.

Infornateli a 200 gradi per 15 minuti.

#### *Pane Bruno*

*“Un pane molto grigio, più adatto a farne biscotti per detenuti che a soddisfare l'appetito della gente onesta”. Questa la testimonianza scritta nella commedia “Arlequin mercuri galat” (1682 circa) circa il Pane Bruno che faceva ben intuire la situazione alimentare difficile dell'epoca. Un pane a base di orzo o cereali che dai ceti più poveri non veniva nemmeno tagliato con farina di grano, molto rara e costosa. Il gusto rustico e il colore scuro sono da allora le caratteristiche principali di questo pane.*

#### **INGREDIENTI**

- Farina Di Tipo 2 250 g
- Farina Di Semola Rimacinata 150 g
- Farina Ai Cereali 50 g
- Acqua (335+25) 365 g
- Licoli Rinfrescato 100 g
- Sale 12 g



*Pane Bruno*

## PREPARAZIONE

Come prima cosa mettiamo nel boccale le farine e 335 g di acqua mescolando per 15 secondi velocità 4 e lasciamo l'impasto autolitico a riposare per circa un'ora.

A questo punto aggiungiamo il licoli e impastiamo 1 minuto a velocità Spiga

Aggiungiamo il sale e impastiamo 1:40 min velocità Spiga in questo arco temporale aggiungiamo gradualmente i 25 g di acqua che avevamo tenuto da parte.

A questo punto ribaltiamo l'impasto in una scodella leggermente oleata copriamo con pellicola e lasciamo riposare per mezz'ora.

Possiamo adesso procedere con due giri di pieghe in ciotola intervallate mezz'ora l'una dall'altra e poi mettiamo a lievitare l'impasto fino al raddoppio.

A questo punto lo ribaltiamo su un piano infarinato procediamo con un giro di pieghe a tre pirliamo copriamo con una scodella acampana e lo facciamo riposare per mezz'ora, possiamo adesso procedere con la formatura e lo mettiamo in un cestino su un telo infarinato, lo riponiamo in frigo a 4 gradi e

facciamo maturare l'impasto per circa 13-14 ore.

Quando è giunto il momento della cottura preriscaldiamo la pentola di ghisa e quando il forno avrà raggiunto la temperatura la tiriamo fuori, ribattiamo il pane nella pentola con l'aiuto della carta forno e subito dopo aver praticato i tagli, copriamo con il coperchio e cuociamo per i primi 20 minuti a 250 gradi a questo punto togliamo il coperchio proseguiamo altri 10 minuti a 250 gradi abbassiamo la temperatura a 200 gradi per 25 minuti e infine abbassiamo ancora a 180 per gli ultimi 20 minuti.

**Mauro Zanotto**



## Quando andavamo a mangiare il Gran bollito Piemontese

Oggi mi ritorna in mente un luogo che evoca ricordi di tempi passati ma anche di piaceri semplici, sto parlando di Carrù un paese del Cuneese dove da moltissimi anni si celebra la fiera del “bue grasso”.

Negli anni 70 del secolo scorso con i colleghi di lavoro era diventata tradizione in un giorno libero nel periodo invernale recarsi a gustare il piatto tipico: il “Bollito”, un monumento della tradizione gastronomica piemontese.

Si partiva con una o due macchine con destinazione Carrù ad un ristorante in centro paese, il piatto del giorno inutile ricordarlo perchè eravamo li per quello era il “gran bollito alla piemontese”. Iniziavamo con due antipasti che consistevano negli affettati e il vitello tonnato, poi saltavamo i primi per prepararci al grande piatto della tradizione culinaria Piemontese: il bollito. Un piatto molto amato sia dal re Vittorio Emanuele II che da Camillo Benso Conte di Cavour.

La sua preparazione semplice, ma lunga e paziente, in tempi di fretteolosità culinaria lo ha reso sempre meno frequente sulle tavole famigliari, ma è molto amato da chi di cucina se ne intende.



C'era una volta  
Ricordi del nostro passato

Il Gran bollito misto piemontese ha una storia molto antica con una preparazione meticolosa, fatta di segreti e accorgimenti che portano alla buona riuscita del piatto. Innanzitutto, la scelta della carne è fondamentale: deve essere di bue adulto, il quale doveva essere ben frollato e meglio se grasso.

Ed eccolo, il carrello del bollito, spinto dal cuoco col cappello bianco, con il fumo che sale e i grandi coperchi che sgocciolano, una immagine che non si può dimenticare.

Il gran bollito misto Piemontese si compone di sette tagli: tenerone, scaramella, muscolo di coscia, stinco, spalla, fiocco di punta, cappello del prete. Questi tagli devono essere steccati con chiodi di garofano e poi immersi in acqua bollente appena salata, con cipolla, sedano, carota, rosmarino e uno spicchio d'aglio. In pentole diverse si cuociono invece i sette *ornamenti*: la testina di vitello completa di musetto, la lingua, lo zampino, la coda, la gallina, il cotechino e la rolata.



Il piatto è accompagnato da vari tipi di verdure e salse differenti. Le verdure utilizzate solitamente sono: le cipolline saltate al burro, le carote lesse, finocchi ripassati al burro, foglie di verza lessate, rape lesse, zucchine passate al burro e le patate lesse.

A completamento almeno quattro sui sette bagnetti che la tradizione ci propone. I più classici sono quello verde (*bagnet vert*), una salsa ottenuta da prezzemolo, acciughe, aglio e mollica di pane raffermo; quello rosso (*bagnet ross*), con pomodori, aglio, senape e aceto rosso, la salsa al *cren*, a base di una radice commestibile chiamata rafano, dal sapore molto fresco, aspro e pungente, la *cognà piemontèisa* una salsa dolce a metà tra una mostarda e una conserva di frutta o una salsa al miele.

Sul tavolo c'era pane grosso, grissini, pane con noci, una buona barbera, ampolle di olio extra vergine per condire le patate e per allungare i bagnetti e le salse.

Due piatti, uno per le sole carni e uno per i bagnetti e contorni di verdure. Ancora pepe e ciotole di sale grosso da spargere sulla carne togliendolo poi col coltello al momento di fare il boccone, piattino di burro da schiacciare con le patate bollenti.

Alla conclusione del nostro pranzo ci portavano una piccola tazza di brodo ristretto. Per il dolce non c'era più posto, solo un caffè e un buon amaro.

Quel giorno noi dovevamo presentarsi ben vuoti, riposati e ben disposti, non fare calcoli di tempo e men che meno di calorie.

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





la Vedetta Alpina  
la rubrica del  
Museo Nazionale della Montagna

*Era come andare  
sulla Luna. K2 1954*



*Lino Lacedelli sulla vetta del K2, il 31 luglio 1954. Foto di Achille Compagnoni. Fondo Mario Fantin, Centro Documentazione Museo Nazionale della Montagna – CAI Torino.*

Dopo la tappa di Trento, la mostra realizzata dal Museomontagna con il Trento Film Festival e la camera di Commercio di Trento, sarà visitabile a Torino dal 1° novembre 2024.

In occasione del 70° anniversario della spedizione al K2, il Museomontagna – che ha da poco riallestito e ampliato lo spazio dedicato alla salita all'interno del percorso di visita, arricchito di nuovi documenti come fotografie, video e attrezzature alpinistiche, anche grazie a recenti acquisizioni di materiali d'epoca (Donazione Pino Gallotti e Fondo Ugo Angelino) – propone, insieme al Trento Film Festival, una mostra che narra l'impresa sotto un punto di vista inedito: l'apporto dell'industria italiana che in pochi mesi riuscì a mettere a punto materiali innovativi, testati dagli alpinisti della spedizione e diventati fondamentali nell'evoluzione dell'alpinismo.

Quando Lino Lacedelli e Achille Compagnoni calpestarono per primi la vetta del K2, il 31 luglio 1954 verso le sei della sera, probabilmente non si resero ben conto di quel che avevano fatto. Loro e i dieci compagni che per due mesi avevano corso su e giù per i

pendii di uno degli Ottomila più difficili e pericolosi. Se ne accorsero nei giorni a venire, quando l'entusiasmo dal mondo cominciò a filtrare dall'altoparlante della radio da campo e definitivamente quando misero di nuovo piede a casa, accolti dal delirio della folla.

Nell'Italia di un boom ancora da venire, martoriata da una guerra terminata meno di dieci anni prima, alle prese con una difficile ricostruzione e attraversata da forti tensioni sociali, il K2 rappresentò uno dei primi motivi di orgoglio patriottico di fronte alle potenze del mondo. Era stata una conquista alpinistica, sì, ma non solo. Su una vetta, oltretutto, che avrebbero voluto salire gli americani. *Era come andare sulla Luna*, disse proprio Lacedelli in un'intervista anni dopo quella straordinaria esperienza.

La mostra – curata da Leonardo Bizzaro, Roberto Mantovani e Vinicio Stefanello –, racconta di una spedizione sviscerata tante volte da libri e trasmissioni televisive, tutto ciò che finora era stato messo poco in evidenza: il prima e il dopo quel 31 luglio, oltre naturalmente all'impresa alpinistica. I tentativi

*Italia K2 di Marcello Baldi, 1955.  
Locandina del film  
(con fotomontaggio di  
Lacedelli e  
Compagnoni l'uno di  
fronte all'altro sulla  
cima del K2), offset,  
Zincografica, Firenze,  
1955.*

*Centro  
Documentazione  
Museo Nazionale  
della Montagna – CAI  
Torino.*





*Allestimento della mostra a Palazzo Roccabruna di Trento. Vetrina con: cineprese Bell&Howell, tra cui quella "di vetta" ed esposimetro Weston Master (di proprietà del CAI Bologna) e macchina fotografica Ferrania Condoretta (Collezione privata).*

di salita di Jacot-Guillarmod nel 1902 e del duca degli Abruzzi nel 1909 (questi ultimi testimoniati dai capolavori fotografici di Vittorio Sella), che diedero speranza a chi fino allora aveva giudicato la montagna "impossibile". Le esplorazioni della Spedizione Geografica del 1929, con Ardito Desio, Umberto Balestreri e i loro compagni, il sopralluogo del geologo friulano con Riccardo Cassin nel 1953.

E soprattutto l'impegno delle aziende italiane che progettaron e produssero in breve tempo una serie di materiali e attrezzature innovativi, entrando a pieno titolo nel successo dell'impresa e nella storia dell'alpinismo. Le suole di gomma sostituirono definitivamente gli scarponi chiodati; le corde di nylon impressionarono gli alpinisti, abituati a distruggere abiti e pelle con l'attrito della canapa ritorta; le forme per le bombe e i siluri delle due guerre servirono per realizzare le bombole per l'ossigeno, sperimentate fino a quel momento dagli inglesi.

Piccole aziende di confezioni si misero all'opera per cucire le termotute di piumino, i sacchi a pelo, i guanti. Per l'alta quota si inventò uno speciale stivale in pelo di renna, rivestito internamente con pelliccia di opossum.

Poi il ritorno, accompagnato da un tifo calcistico, dei primi alpinisti atterrati a Linate e degli altri, che qualche settimana più tardi sbarcarono a Genova. Scene che ricordano il ritorno degli azzurri dopo le vittorie ai Mondiali di calcio. Le aziende che avevano contribuito all'organizzazione della spedizione partirono con serrate campagne pubblicitarie che citavano il K2 o almeno ne raffiguravano la sagoma.

Innumerevoli furono gli esercizi commerciali che inserirono il nome della montagna nella loro insegna (e che tuttora se ne fregiano). La febbre del K2 contagiò l'Italia. E puntualmente, come succede dopo ogni trionfo calcistico, la divise in fazioni.

Le polemiche cominciarono subito, anzi precedettero persino l'ascensione, tutti contro tutti. Anche questo racconta la mostra, ma in sott'ordine. Settant'anni dopo, sopite le polemiche e chiariti definitivamente i fatti, anche quelli più spinosi, è arrivato il momento di inserire la salita del 1954 nella storia vera del Paese.

L'articolato – e in buona parte inedito – percorso espositivo della mostra affianca materiali delle collezioni e degli archivi del Museomontagna con quelli delle ditte produttrici stesse, attrezzature e

*Campo base della spedizione italiana al K2. Foto Mario Fantin.*

*In primo piano gli stivali d'alta quota La Dolomite rivestiti esternamente di pelo di renna e internamente di bufalo. Modello studiato per l'ultima parte della salita. Il Museomontagna ne conserva due paia, tra cui quelli appartenuti a Pino Gallotti, ora esposti nello spazio permanente.*

*Fondo Mario Fantin, Centro Documentazione Museo Nazionale della Montagna – CAI Torino.*



abbigliamento, fotografie originali della spedizione, giornali, pubblicità e registrazioni radio e televisive dell'epoca, e si chiude con un'installazione artistica del collettivo di D20 ART LAB, che propone una riscrittura del film della spedizione, *Italia K2* di Marcello Baldi con le immagini di Mario Fantin, che ebbe strepitoso successo all'uscita nelle sale italiane.

La mostra, che sarà allestita al piano terra del Museo, sarà in dialogo con lo spazio permanente dedicato alla spedizione e riallestito al primo piano a fine marzo 2024 (si veda il numero di Aprile). I materiali dell'esposizione temporanea arricchiranno la ricostruzione storico-sociale dell'impresa sviluppata nello spazio *K2 millenovecentocinquantaquattro*, incentrandosi maggiormente sull'apporto delle ditte produttrici e sul loro coinvolgimento per il fortunato successo della salita.

L'esposizione, visitabile fino al 30 marzo 2025, è parte del programma di attività previste per il 150° anniversario del Museo. Oltre a celebrare le due importanti ricorrenze che riguardano la spedizione e il Museo, la tappa di Torino vede la sua sede ideale in città, in occasione di Torino, Capitale della Cultura d'Impresa 2024.

 MUSEO NAZIONALE  
DELLA MONTAGNA  
CAI-TORINO



*Copertina di "Epoca" del 3 ottobre 1954, dedicata alla salita del K2, raggiunto per la prima volta il 31 luglio da Achille Compagnoni (nella foto) e Lino Lacedelli.*

*Archivio Walter Bonatti, Centro Documentazione Museo Nazionale della Montagna – CAI Torino.*

## **Era come andare sulla Luna. K2 1954**

A cura di Leonardo Bizzaro, Roberto Mantovani e Vinicio Stefanello.

Fino al 30 marzo 2025

Una produzione Museomontagna e Trento Film Festival con Club Alpino Italiano e Città di Torino con il sostegno di Regione Piemonte, Camera di Commercio di Trento e Camera di Commercio di Torino

### **Info**

Museo Nazionale della Montagna, Piazzale Monte dei Cappuccini 7

Orari di apertura: mar-ven 10.30 – 18.00 / sab e dom 10.00 – 18.00

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

## *Il Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico compie 70 anni!*

Nel settantesimo anniversario del Corpo Nazionale Soccorso Alpino e Speleologico (CNSAS), il Soccorso Alpino e Speleologico Piemontese (SASP) ha organizzato la celebrazione ufficiale e varie manifestazioni rivolte ai cittadini di ogni età, presso il Museo Nazionale della Montagna. Fino al 6 ottobre, il Museo ospita una mostra che ripercorrere la gloriosa storia di questo corpo che ha origine nell'antico spirito di solidarietà delle comunità montane.

In Biblioteca sono disponibili moltissime pubblicazioni sia sulla storia che sugli aspetti tecnici del soccorso in montagna. Si propone una selezione di titoli per conoscere le origini dell'organizzazione, il coraggio e la dedizione



## **la Montagna scritta** *la rubrica della* **Biblioteca Nazionale CAI**

dei soccorritori, l'evoluzione dei mezzi, il ruolo dei cani addestrati, le operazioni più complesse e drammatiche.

Cesare Ottin Pecchio

***I samaritani della roccia***, Priuli Verlucca, 1970; nuova edizione con prefazione di Enrico Camanni, RCS, 2016

Domenico Mottinelli

***40 anni del soccorso alpino speleologico***, Museo nazionale della montagna Duca degli Abruzzi, 1994 (Cahier Museomontagna ; 96)







Pascariello, Adolfo

***La corda d'argento: mezzo secolo di soccorso alpino sul versante valesiano del Monte Rosa*** ,

Edizioni Zeisciu di Luigi Garavaglia, 2001

Roberto e Matteo Serafin, con la presentazione di Mario Rigoni Stern

***Soccorsi in montagna: 1954-2004, 50 anni, Corpo nazionale soccorso alpino e speleologico, Club alpino italiano***, Ferrari, 2004

Frangioni, Giulio

***Uomini e Solidarietà: storia del Soccorso Alpino in Valdossola***, Grossi, 2004

Chiappa, Daniele

***Nell'ombra della luna: storie di soccorso alpino***, Stefanoni, 2007

Corpo nazionale Soccorso alpino e speleologico : Scuola nazionale Tecnici di soccorso speleo subacqueo

***Soccorso speleosubacqueo: storia, tecniche e procedure***, CNSAS, 2010

Camanni, Enrico - Ollier, Daniele

***Anuk, Liaison***, 2011

Marcellino, Dino, ***Elisoccorso sulle Alpi: operazioni HEMS in Francia, Italia, Svizzera*** / Dino Marcellino, Alzani, 2015

Nart, Diego - Tafner, Albert

***Una montagna di solidarietà: i cinquant'anni del Soccorso alpino del Trentino: 1952-2002***, CNSAS, 2002

**Alessandra Ravelli  
Consolata Tizzani**

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

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

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

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



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

### Un anello per pinete e alpeggi sui monti tra Savoulx e Bardonecchia

- Località di partenza: Borgata Gleise mt. 1556
- Dislivello: mt. 680
- Tempo complessivo: 5 ore c.ca
- Difficoltà: E
- Riferimenti: Carta dei sentieri e stradale 1:25.000 n°1 Alta Valle Susa Fraternali Editore

Data l'esposizione gli estesi pendii all'Indiritto tra Savoulx e Bardonecchia sono ricoperti da una fitta foresta di larici, soprattutto di pini silvestri, mentre nella parte alta, dove cessa la copertura arborea, prosperano tuttora estese praterie vocate al pascolo dei bovini con gli alpeggi dei pastori.

Partendo dalla borgata Gleise, sulla via che da Bardonecchia sale ai bacini, si percorrono lungamente due tracce parallele poste a diversa altezza.

Scendendo all'alveo  
del rio Perilleux





*Dallo Chaberton alla Punta Charrà con la Clotesse e la Grand Hoche*

*Raggiunti con la prima gli alpeggi di La Roche attorno alla chiesetta della Madonna delle Nevi passando per le Grange Suppas e Foens, si prosegue verso monte sullo stradello che sale da Savoulx raggiungendo alla sommità il Sentiero Balcone dell'alta valle. In senso opposto si percorre poi la seconda traccia, che in breve raggiunge i resti del Forte Foens.*

*Qui giunti, lasciato il Sentiero Balcone che prosegue verso i bacini, si scende a valle tornando a Gleise sull'incantevole sentiero militare che prima di raggiungere la borgata incontra per via la cappella di Maria Ausiliatrice a picco sullo scavato vallone del rio Perilleux.*

*Soprattutto nella parte alta del percorso la visuale s'apre libera in ogni direzione, sui monti delle alti valli Chisone e Susa, spaziando lo sguardo dal monte Ciantiplagna alla Punta Nera, che domina Bardonecchia, mentre di fronte primeggia il crinale che dallo Chaberton va alla Punta Charrà con la Punta Clotesse, la Grand Hoche e la Guglia d'Arbour.*

*Se non fosse per il faticoso tratto in ascesa che passando per gli alpeggi unisce tra loro le due tracce, questo itinerario si potrebbe definire una piacevole passeggiata nelle pinete che ammantano i pendii tra Savoulx e Bardonecchia.*

Raggiunto il centro abitato di Bardonecchia, in alta valle Susa, si prosegue in direzione di Millaures e Gleise raggiungendo in ascesa la prima e poi la seconda dove facilmente si parcheggia allo slargo fuori delle case una volta oltrepassata la chiesetta della borgata.

Piegando a destra si scende ad un'area ecologica al fondo della quale parte un sentierino che di poco più avanti s'immette su una più ampia traccia proveniente dalle case dell'abitato. Traversando per prati e coltivi oggi in totale abbandono si scende così allo scavato alveo del rio Perilleux oltre il quale, risaliti per un tratto, riprende la traccia in falsopiano piacevolmente all'interno di una chiusa pineta. Superata la comba Ferane alcune svolte in ascesa portano ad immettersi sullo stradello che sale da Villard subito pervenendo alla poche case delle Grange Suppas che si raggiungono al termine di un ripido tratto. Presso il pilone con la croce si trovano alcune indicazioni, molte altre si troveranno lungo tutto il percorso.

Allontanandosi dall'insediamento si prende lo stradello in direzione delle Grange Foens che dopo un tratto quasi in piano prende a scendere raggiungendo altre indicazioni nel

*...c'è la chiesetta della  
Madonna delle Nevi*



punto in cui quello principale scende a fondovalle, a Villard.

Qui giunti si prosegue per le Grange Foens alle quali si perviene alternando la traccia brevi tratti in piano ad altri dove si sale moderatamente lasciando per via un ampio slargo dove sempre si prosegue verso monte. Poste sulla dorsale che si alza verso il forte che porta questo nome, per il quale si passerà tornando, questo insediamento è raggiunto da un sentiero che sale da fondovalle, un altro sale direttamente verso il sovrastante forte, mentre lo stradello sul quale si rimane prosegue in direzione degli estesi alpeggi a monte della borgata Savoulx.

Lungamente proseguendo sostanzialmente in piano, superato le fresche acque del rio Costans, in breve si raggiunge in punto in cui ci si immette sullo stradello che sale da fondovalle. Nel punto in cui si trovano altre indicazioni ovviamente si prosegue verso monte, sempre sul sentiero 742, subito raggiungendo un'ampia zona pascolativa dove molte case sono ridotte a rudere.

Quella che segue è la parte più faticosa del percorso perché mai si cessa di salire. Fatte quattro svolte e altrettante diagonali ascendenti si raggiungono così le poche case

di La Roche dove spicca la chiesetta della Madonna delle Nevi.

Dopo una sosta riprende il cammino, sempre in ascesa, traversando per gli ampi pendii pascolativi propri della zona. Lasciata alla prima svolta la traccia che prosegue in direzione di Goudissard, delle cave di Gesso del rio Seguret e di Auberge, continuando si intraprende infine un'ultima, interminabile diagonale ascendente che incontrando per via una bergeria termina più sopra sullo stradello, il Sentiero Balcone, sul quale si confluisce.

Prendendo ora la direzione opposta in piano si raggiunge un edificio, i resti della teleferica, subito dopo i ruderi del Forte Foen mt. 2216 posti su un poggio dominante la valle e punto più elevato di questo percorso.

*3 ore e 30 minuti c.ca dalla borgata Gleise.*

Qui giunti, lasciato lo stradello, il Sentiero Balcone che prosegue verso i bacini, si prende la traccia alla destra dell'edificio, il sentiero che riporterà al punto di partenza subito intuendo, per come è configurato e per come poi si svilupperà, che questa non può essere che una traccia avente origini militari probabilmente

realizzata prima della strada che raggiunge il forte salendo da Bardonecchia.

Si scende nella pineta con ampie svolte, sempre perdendo quota moderatamente, raggiungendo più avanti il bivio in cui occorre prendere a destra perché diritti si tornerebbe alla Grange Foens. Certamente quello che si percorre è il tratto più interessante dell'intero percorso. Seguono tre lunghe diagonali discendenti, nel chiuso della pineta, la terza piacevolmente interminabile, pervenendo più sotto all'alveo dello scavato rio Perilleux.

Qui trovando altre indicazioni si prosegue per Millaures e tralasciando la traccia che scende alle Grange Suppas subito si raggiunge la cappella di Maria Ausiliatrice strapiombante sul sottostante vallone.

Per prati, coltivi e pascoli all'abbandono il sentiero termina sulla strada asfaltata che sale ai bacini.

Al primo tornante a valle la si lascia per il sentiero che raggiunge più sotto le case di Rochas riprendendo poi il sentiero alla sinistra della restaurata chiesetta di S. Sebastiano. Si scende su un'ampia traccia che superata la strada in breve raggiunge le prime case di Gleise, più giù la strada e poi il parcheggio dove questo anello si chiude.

*1 ora e 30 minuti c.ca dal Forte Foens.*

**Beppe Sabadini**



*La Punta Nera  
incombe sull'abitato  
di Bardonecchia*



*La più grande festa popolare del mondo  
L'Oktoberfest, ideata da un montanaro italiano*



La festa più tedesca che ci sia, sembra strano a dirsi, è stata inventata da un italiano, più di duecento anni fa.

O per meglio dire, da un tipo che oggi sarebbe italiano, come gran parte dei suoi conterranei di Trento, dove appunto Andrea Michele Dall'Armi, cioè l'ideatore dell'Oktoberfest, era nato e cresciuto, in una famiglia di commercianti.

Un personaggio straordinario, che già all'età di 19 anni, a fine Settecento, parte dalle sue montagne e arriva a Monaco di Baviera, nel capoluogo dove viveva felicemente la sorella Maria Teresa (un nome di successo, ai tempi), andata in moglie a un facoltoso banchiere del posto: il cognato Jacob, infatti, aveva invitato Andrea a venir a lavorare alle sue dipendenze, forse già intuendo che quel suo nuovo parente sembrava promettere bene.

E ben presto il giovane, pare ancora grazie all'interessamento del cognato Jacob, trova modo di sposarsi anche lui in Baviera, e con analoga fortuna: la moglie è la ricca vedova Elisabetta Nocker, peraltro di quindici anni maggiore di lui, anche lei erede di un'importante famiglia di banchieri. Tanto che, si narra, la dote di matrimonio furono due milioni di gulden, all'epoca una cifra enorme, soprattutto per un ventenne giunto in città dai monti del Sudtirolo.

Così, poco più che ragazzo, Andrea Dall'Armi comincia la sua ascesa sociale a Monaco. Dove tuttavia non si limita al comodo lavoro domestico di banchiere, finanziando tra gli altri perfino la famiglia reale, ma riprende anche il mestiere della sua famiglia italiana d'origine, avviando un redditizio commercio di spezie coloniali, che dai porti di Trieste, Amburgo e Rotterdam lui provvede a far trasportare a Monaco: a quel tempo si tratta di caffè, zucchero, tabacco, mandorle, zafferano, tante cose poco viste in Europa, per quei secoli.

*Andrea Michele Dall'Armi, al quale è stata dedicata un'importante via di Monaco, nelle vicinanze di Palazzo Nympenburg, residenza estiva dei re di Baviera, e un vicolo nel centro di Trento, nei pressi del Duomo.*

Al punto che, come è stato scritto, "i negozi Dall'Armi diventano una tappa obbligata nello shopping monacense. Oltre alle spezie, si vende un po' di tutto: pipe, pettini d'avorio, portafogli, maschere veneziane, quasi un centro commerciale ante litteram, dei magazzini Harrods del '700".

Ma non basta: a 24 anni Andrea Dall'Armi entra in politica e lo fa nel 1789, l'anno della Rivoluzione francese, diventando consigliere comunale di Monaco.

E quando in città viene creato l'Istituto per i poveri, si mette a disposizione dell'ente di assistenza, offrendo la sua consulenza in qualità di amministratore, gratuitamente: per cui a neanche trent'anni gli verrà conferito il titolo di «Cavaliere del Sacro Romano Impero», ambita riconoscenza nobiliare di quell'epoca.

Nel frattempo però in Europa soffiano venti di guerra e il conflitto con la Francia post rivoluzionaria è alle porte. E allora un ormai trentenne Andrea Dall'Armi, con la lungimiranza tipica dei mercanti, costruisce nel 1795 un grande magazzino, dove accantona ingenti quantità di grano. Il che permetterà alla città di Monaco, una volta scoppiata la guerra, di evitare la carestia e la resa, grazie a queste



Dato il successo dell'originale, molte altre città in tutto il mondo organizzano manifestazioni simili all'Oktoberfest e che sono quindi battezzate con lo stesso nome. La più grande al di fuori della Germania è si svolge in Canada, a Kitchener, città con una forte componente di origine tedesca. Un altro grosso evento si svolge a nell'Ohio, a Cincinnati, con centinaia di migliaia di visitatori, e ancora nella città brasiliana di Blumenau, in Argentina, e perfino Hong Kong celebra un'Oktoberfest dal 1992. Questa è un'immagine della festa di Trento, con un richiamo alla figura di Andrea Dell'Armi, mentre a Torino si tiene un'Oktoberfest nella seconda metà di ottobre.



preziose scorte, e quindi di non capitolare in mano a Napoleone, resistendo all'assedio.

Ma è nel 1810 che ad Andrea Dall'Armi viene l'idea che lo farà ricordare in tutta la Baviera, e anche più in là.

Nell'autunno di quell'anno si celebra infatti un avvenimento importante, il matrimonio tra il primogenito principe ereditario Ludwig e la principessa Therese di Sassonia.

Viene indetta una grande festa popolare in onore delle nozze e l'ingegnoso Andrea pensa anche questa volta a una cosa nuova: e cioè a organizzare una corsa di cavalli, alla presenza di Massimiliano Giuseppe, primo re di Baviera (quel benevolo *Re Max* che sarà poi anche il nonno della principessa Sissi) in quel prato appena fuori dal centro città detto letteralmente *Wiese*, ossia proprio prato in tedesco, e che ha giusto poi anche una collinetta (oggi detta *Theresienhöhe*, appunto altura di Teresa) che verrà usata come tribuna per i 40.000 spettatori

dell'evento, insomma come in uno stadio. Ai quali spettatori nell'occasione verrà generosamente offerto il vitto, che prevedeva tra l'altro anche una premonitrice birra.

Prima dell'inizio della corsa viene cortesemente allestito un atto di ossequio agli sposi e alla casa reale, sotto forma di un trenino composto da sedici coppie di bambini, con i costumi tradizionali dei nove distretti bavaresi e di altre regioni. E quindi si esibisce anche un coro, per poi concludere i festeggiamenti con la magnifica corsa di trenta cavalli, su una pista lunga oltre tre chilometri, nel prato. Si racconta che il primo cavallo che tagliò il traguardo ricevette la medaglia d'oro, dal Ministro conte di Montgelas.

Insomma, un successo, anzi un memorabile evento, tanto che poco dopo fu approvata una risoluzione per ripetere la festa di anno in anno, che era inizialmente organizzata da privati ma che ben presto venne presa in carico direttamente dalla città di Monaco, dove si era ben intravista la possibilità di attirare migliaia di persone e di rimpinguare così anche le casse



del Comune, richiamando sempre più giostre e spettacoli.

Un evento che da allora si replica incessantemente, da oltre due secoli, fino a questo ottobre, anzi già da settembre come diremo, salvo poche brevi sospensioni per pestilenze o guerre.

E che è divenuto la più grande e affollata festa popolare del mondo, su oltre quaranta ettari di prato, detto *Theresenwiese* (prato di Teresa) o più brevemente *Wiesn* (il prato, in dialetto bavarese), con circa sette milioni di visitatori a ogni edizione, e beninteso con altrettanti boccali di birra (per il vero, qualcuno di più, pare, cioè più di uno a testa, nel totale).

Infatti, da quell'entusiasmante inizio sotto la regia di Andrea Dell'Armi, il *Wiesn* ha conosciuto una crescita costante. Già nell'Ottocento, alla pista per le corse dei cavalli si aggiunsero alberi per arrampicarsi, piste da bowling, giostre e altalene. Si organizzavano lotterie, allo scopo di donare abiti ai poveri della città, con in palio oggetti di porcellana, argento, gioielli.

Verso la fine dell'Ottocento, la durata della festa fu estesa, anticipandone l'inizio alle ultime giornate di settembre, dato che in ottobre da quelle parti fa già freddo e il tempo

non è nemmeno tanto sicuro. E poi venne la luce elettrica, a illuminare oltre 400 banchi di vendita, finché, per offrire ai visitatori un maggior numero di posti a sedere e uno spazio adeguato alle bande musicali, le birrerie eressero anche alcuni grandi padiglioni: oggi, il solo padiglione di *Hofbräu*, uno dei sei produttori di birra ammessi, contiene circa 10.000 posti, più di un palazzetto sportivo.

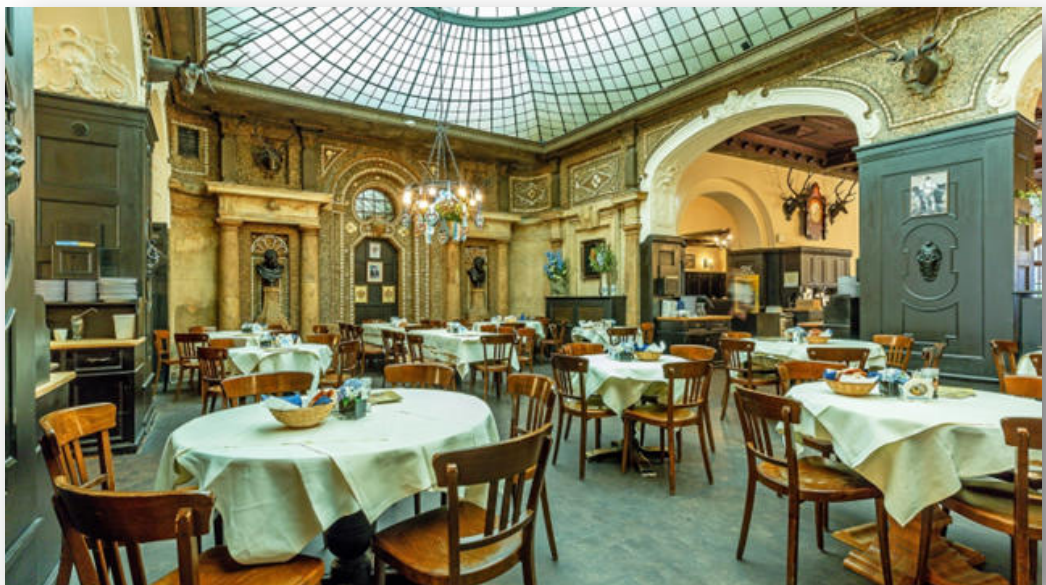
A inizio Novecento, le Poste e Telegrafi tedesche installarono anche dei telefoni pubblici, con "un servizio di telegrafo e cabine telefoniche", e venne allestito nell'area perfino un ufficio postale "aperto dalle 8 del mattino alle 8 della sera".

Durante il periodo nazista, la propaganda sfruttò l'Oktoberfest per le proprie celebrazioni, vietando agli ebrei di lavorare al *Wiesn*, ma fissando anche il prezzo per un litro di birra a 90 Pfennig.

Nei decenni più recenti, l'Oktoberfest attira sempre più numerosi visitatori dall'estero, soprattutto dall'Italia, dagli Stati Uniti, come anche dal Giappone e dall'Australia, che spesso imitano i costumi tradizionali del luogo indossando i *Lederhosen* (i tipici pantaloni corti in pelle) oppure il *Dirndl* (il colorato abito femminile tirolese).

Ma, va detto, il notevole consumo di alcool ha anche suscitato qualche polemica, cosicché per evitare che l'atmosfera del *Wiesn* assomigli sempre di più a quella delle feste alle Baleari, nel 2005 gli

*La Muschelsaal (Sala delle conchiglie) del ristorante Augustiner di Monaco, dove un tempo scintillavano le teste dei cervi in oro e che ora collega la zona anteriore e quella posteriore del ristorante, con la sua singolare costruzione a cupola di vetro è ancora un capolavoro architettonico. Fu la prima opera in stile Art Nouveau dell'architetto Emanuel von Seidl ed ebbe un enorme richiamo.*





L'Oktoberfest 2024 arriva a Torino per una grande festa in stile bavarese in programma al Parco della Pellerina. L'evento, che si svolgerà dal 19 ottobre al 3 novembre 2024, sarà a ingresso gratuito e porterà nella città sabauda l'atmosfera di Monaco di Baviera con birra di qualità, street food ed eventi a tema. L'evento è ideato da Partners Eventi srl con il sostegno della Città di Torino e il patrocinio di Paulaner.

organizzatori hanno coniato il termine *Ruhigen Wiesn* (cioè, Oktoberfest tranquillo), con il quale i gestori dei padiglioni sono tenuti a eseguire la musica tradizionale di ottoni a volume limitato, anche se dopo le 18 vengono ormai proposte anche le *hit* della musica pop. Chiaramente, solo la birra dei produttori di Monaco può essere servita al *Wiesn*, o meglio quella realizzata per l'occasione dalle sei birrerie autorizzate a riempirne i boccali, fin da quando - si narra - a quattro osti dei dintorni di Monaco fu vietato di portare la loro birra, in quanto provenienti dal comune di Tölz, che dista circa 45 km dalla città.

Questi produttori sono la Augustiner (il più antico birrificio esistente entro i confini della città, fondato dai monaci agostiniani nel 1300 e poi stabilitosi nei pressi del Municipio, dove oggi si trova il suo popolare ristorante con le panche di legno e belle sale), la Hacker-Pschorr (che nacque quando Joseph Pschorr sposò Maria Theresia Hacker e comprò lo stabilimento del suocero, diventando il principale birrificio di Monaco), la Hofbräu (fondata nel 1500 come birreria ducale e quindi gestita come impresa statale, con la sua birreria nella piazzetta del centro città, diventata una delle principali attrazioni turistiche di Monaco), la Löwenbräu (con la

sua birreria all'aperto, quella con il leone, famosa per eventi spettacolari come la Notte del *Tracht*, il tradizionale costume bavarese da festa), la Paulaner (il birrificio più giovane, di altri monaci, quelli dell'ordine di Francesco da Paola) e infine la Spaten (gli inventori dell'*Inferno di Monaco*, il famoso marchio *Münchner Hell*, divenuto un bestseller delle birre).

E però, se soltanto quei sei birrifici possono essere presenti, la loro birra può essere servita a tutti: pare che anche un giovane Albert Einstein, peraltro originario di non lontano, lavorò all'Oktoberfest come elettricista, aiutando nella costruzione di uno dei suoi tendoni.

Tutti, salvo Paris Hilton: l'ereditiera statunitense risulta infatti permanentemente bandita dall'Oktoberfest, da quando si è presentata per promuovere un prodotto, vestita con il suo *dirndl* bavarese ma senza alcun tipo di accordo preventivo con gli organizzatori tedeschi. I quali, si sa, non sono noti per la flessibilità.

**Gianluigi Pasqualetto**

## *Proteggere la salute in autunno: tre alimenti da avere sempre in dispensa*

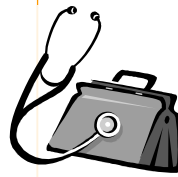
Con l'approssimarsi dell'autunno, la natura si trasforma e, con essa, anche il nostro organismo deve adattarsi a un clima che diviene progressivamente più rigido e mutevole. È in questa stagione che il sistema immunitario, esposto a un aumento di agenti patogeni e a sbalzi termici, necessita di un supporto nutrizionale adeguato per mantenersi forte e reattivo.

In tale contesto, è fondamentale prepararsi in anticipo, arricchendo la propria dispensa con alimenti che, per le loro proprietà, possono offrire una barriera protettiva contro i malanni tipici di questo periodo dell'anno.

### **Agrumi: la vitamina C come scudo naturale**

Gli agrumi, comprendenti frutti quali arance, mandarini, limoni e pompelmi, rappresentano una delle fonti più ricche e naturali di vitamina C, un nutriente essenziale che svolge un ruolo cruciale nel rafforzare il sistema immunitario.

La vitamina C, infatti, è nota per la sua capacità di stimolare la produzione di globuli bianchi, le cellule responsabili della difesa dell'organismo contro infezioni virali e batteriche. Inoltre, questo potente antiossidante contribuisce a



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

proteggere le cellule dai danni provocati dai radicali liberi, molecole instabili che si formano in seguito a stress, inquinamento e altre condizioni avverse, le quali possono indebolire le difese immunitarie.

Il consumo quotidiano di agrumi, preferibilmente al naturale o sotto forma di spremute fresche, è consigliato soprattutto al mattino, quando l'organismo necessita di una dose di energia e vitalità per affrontare la giornata. Integrare questi frutti nella dieta autunnale, quindi, non solo aiuta a prevenire raffreddori e influenze, ma contribuisce anche a mantenere la pelle sana e luminosa, grazie all'azione rigenerante e protettiva della vitamina C.

### **Miele: un alleato dolce e prezioso**

Il miele, prodotto naturale per eccellenza, possiede proprietà antibatteriche, antinfiammatorie e lenitive che lo rendono un alimento indispensabile nella lotta contro i malanni stagionali. La sua composizione, ricca





di enzimi, minerali e antiossidanti, ne fa un rimedio naturale efficace per rafforzare il sistema immunitario e proteggere le vie respiratorie, spesso messe a dura prova durante i mesi più freddi.

Gli zuccheri naturali presenti nel miele, come il fruttosio e il glucosio, forniscono un'immediata fonte di energia, aiutando l'organismo a combattere la stanchezza e a mantenere un buon livello di vitalità.

Questo prezioso alimento può essere consumato in vari modi, che spaziano dall'aggiunta a tisane calde, ottime per lenire la gola irritata, al consumo diretto al cucchiaino, come rimedio naturale contro la tosse e i sintomi influenzali. È possibile, inoltre, trovare il miele in offerta nei siti dei grandi supermercati per integrare una dieta bilanciata e salutare a un costo accessibile.

Oltre al suo impiego nelle bevande calde e come dolcificante naturale, il miele può essere utilizzato come ingrediente in numerose ricette, dalle marinature per carni e pesce, che acquistano una piacevole nota dolce, ai dolci casalinghi, dove conferisce morbidezza e umidità.

**Yogurt e Kefir: il ruolo dei probiotici nella salute intestinale**

Yogurt e kefir, alimenti fermentati ricchi di probiotici, giocano un ruolo fondamentale nel mantenimento dell'equilibrio della flora intestinale, un aspetto cruciale per il buon funzionamento del sistema immunitario.

I probiotici, ovvero i batteri benefici presenti in questi prodotti, favoriscono la digestione, migliorano l'assorbimento dei nutrienti e contribuiscono a prevenire l'insorgere di infezioni gastrointestinali, che possono compromettere la salute generale dell'organismo.

Un intestino sano, infatti, è in grado di rispondere più efficacemente agli attacchi esterni, poiché gran parte delle cellule immunitarie risiede proprio a livello intestinale. In questo senso, il consumo regolare di yogurt o kefir, specialmente al mattino o come spuntino pomeridiano, garantisce un apporto costante di batteri benefici, che non solo migliorano la digestione, ma rafforzano anche le difese immunitarie nel loro complesso.

Questi alimenti possono essere arricchiti con frutta fresca e secca, per un boost di nutrienti per una colazione completa e bilanciata, ideale per prepararsi al meglio ad affrontare le sfide dell'autunno.

**Diana Cecchi**



## Consigli UTILI per affrontare la montagna con maggior sicurezza

### Conoscere

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

### Informare

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

### Preparazione fisica

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

### Preparazione tecnica

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

### Abbigliamento

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

### Alimentazione

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

### Rinuncia

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

### Emergenze

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

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

### S.O.S. Montagna

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

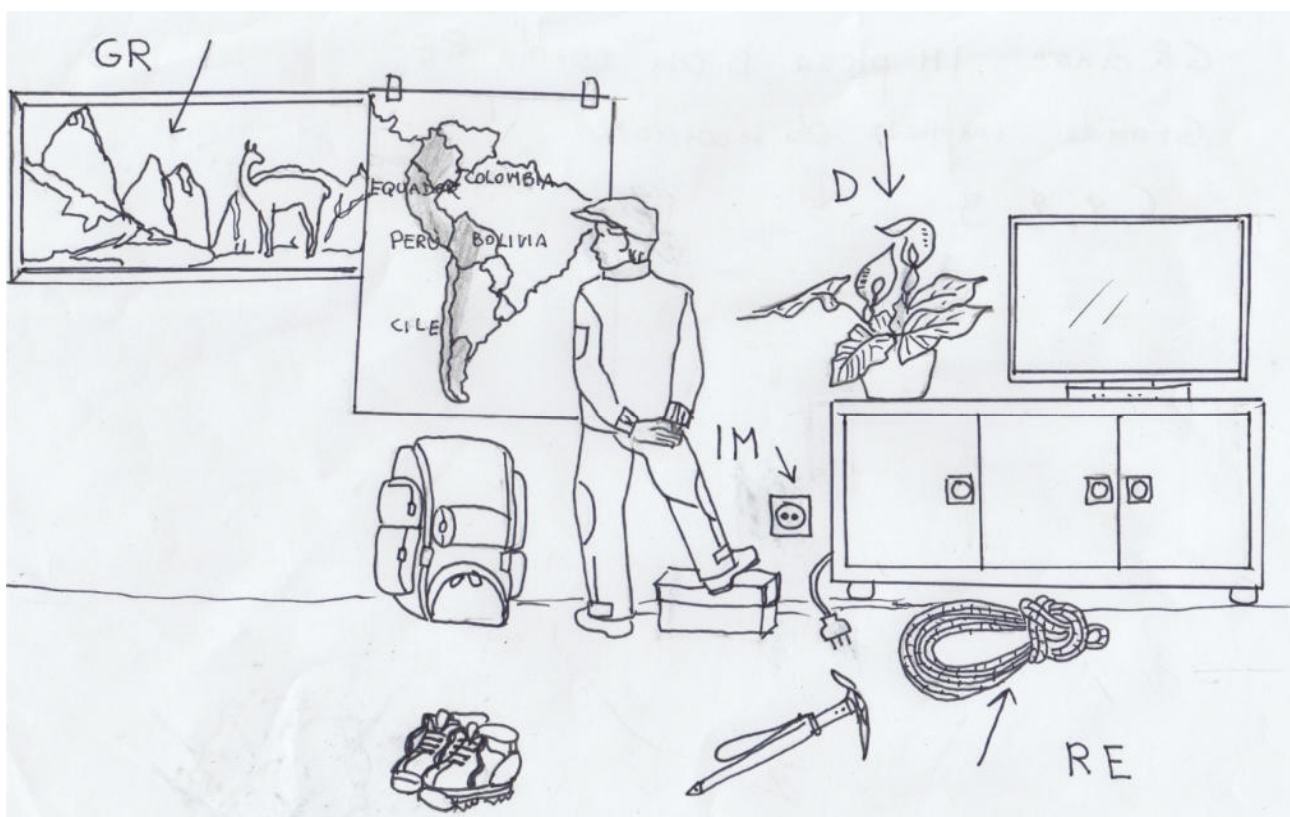


Strizzacervello  
L'angolo dei giochi enigmistici

## IL REBUS del mese

(Ornella Isnardi)





















REBUS  
(6,7,2,9)



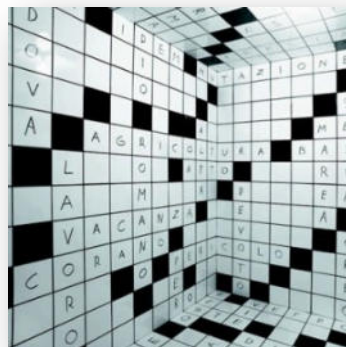
*(la soluzione verrà pubblicata nel numero di NOVEMBRE dell'Escursionista)*

# 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					40				
	41							42			

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



## ORIZZONTALI:

1. Ruminanti diffusi nelle regioni fredde dell'emisfero boreale
5. Carrozzeria dell'auto segnata da graffi
11. La sua capitale è Augusta
13. Che ha caratteristiche di acidità
15. Bersagli piatti e tondi lanciati da un apposito congegno
17. Simbolo dell'americio
18. Eccetera in breve
19. Una fossa come quella delle Marianne
21. Consonante greca
22. Veicolo a due ruote a pedali
23. Voce che imita il suono di un campanello
24. Produce frutti rotondeggianti
25. L'obiettivo da raggiungere
26. Abitazioni, dimore
27. Fermo immagine con uno scatto
29. Gomma elastica utilizzata per la fabbricazione di soles
30. Ne ha quattro un quadrato
31. Simbolo del ferro
32. Dispensati dal prestare servizio
34. Tenente in breve
35. Nuovo per... due quinti
36. Paragrafi
38. Gli inizi di un'epoca nuova
40. Infiammazione dell'orecchio
41. Utensile, strumento da lavoro
42. Una tribù d'Israele.

## VERTICALI:

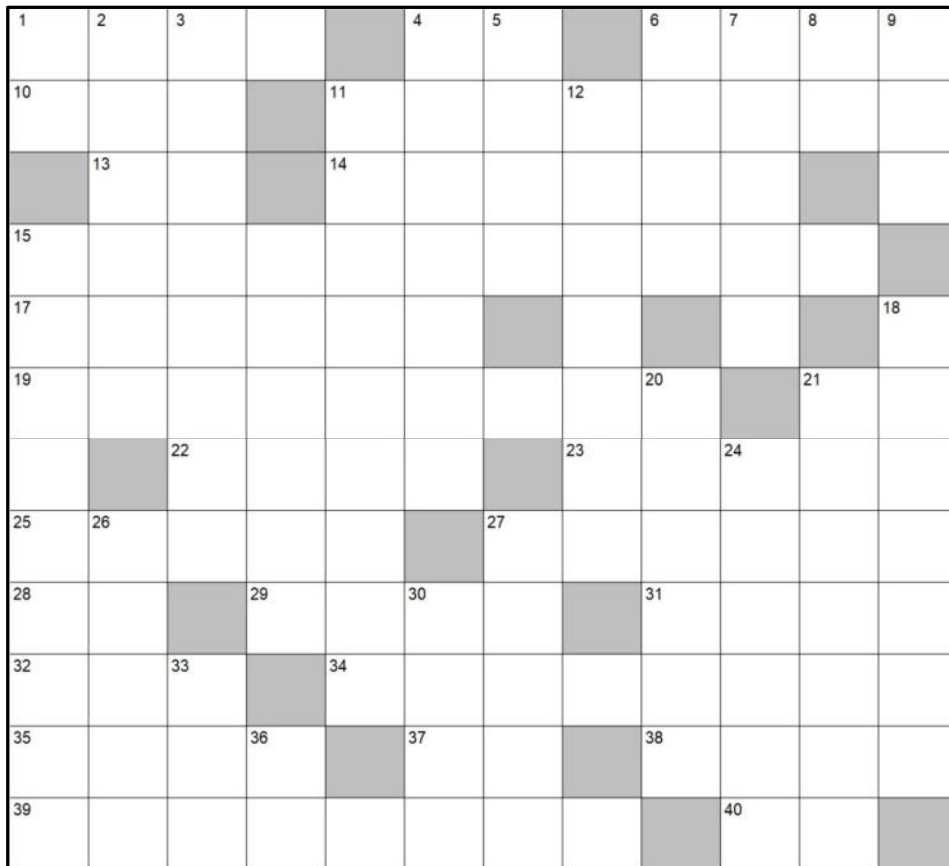
1. Unità di misura fondamentale dell'intensità di una corrente elettrica
2. Chi non appartiene al clero
3. Dà inizio alla ripresa cinematografica
4. Interno in breve
6. Altopiano collinare localizzato nella parte sud-orientale della Sicilia
7. Ricevimento elegante
8. Figure sintattiche caratterizzate da assenza di congiunzioni tra termini
9. Cantiere in centro
10. Albero simile alla robinia
12. Il grado più alto nella gerarchia di un corpo di ballo
14. Un Sultanato asiatico
16. L'avverbio per indicare o mostrare
20. Irsuto, ispido
22. Comune francese la cui cittadella è classificata *Patrimonio dell'umanità*
24. Distesa d'acqua salata
25. Causa, ragione
26. Pianeta sacerdotale a forma di ampio mantello
27. Destino, sorte
28. Mara della televisione
29. S'infligge al reo
30. Matita
31. Manifestazioni di cani scodinzolanti
33. Menomazioni ereditarie
34. Una combinazione al poker
37. Aumento a ogni compleanno
39. Targa di Brindisi.



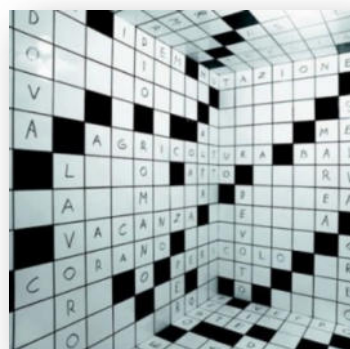


# CRUCIVERBA

(Franco Griffone)



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

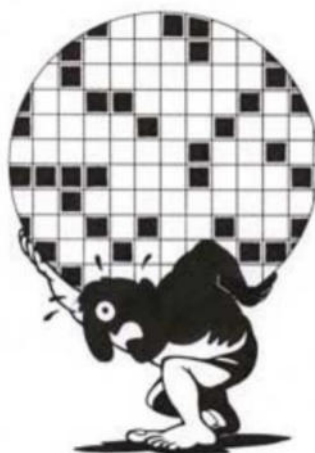


## ORIZZONTALI:

- 1 un vano...anagrammato
- 4 il centro del Caspio
- 6 consegnati a mano
- 10 tutela ambiente montano
- 11 discorso in propria difesa
- 13 la fine delle pile
- 14 una Paoli giornalista di Rai News
- 15 Addison , scrittore sudafricano
- 17 si difendono i propri
- 19 celebre "uomo di frontiera" statunitense
- 21 Bari sulle targhe
- 22 le signorine torinesi
- 23 libretto per appunti
- 25 colmo fino all'orlo
- 27 si usa nella pesca sportiva
- 28 se il Re si specchia...
- 29 caduti per la Patria
- 31 lago ormai quasi asciutto
- 32 risiedevano sull'Olimpo
- 34 avvolgere in metallo prezioso
- 35 entità molecolare
- 37 si beve anche freddo
- 38 fugge da Troia
- 39 accertare
- 40 l'arsenio in chimica

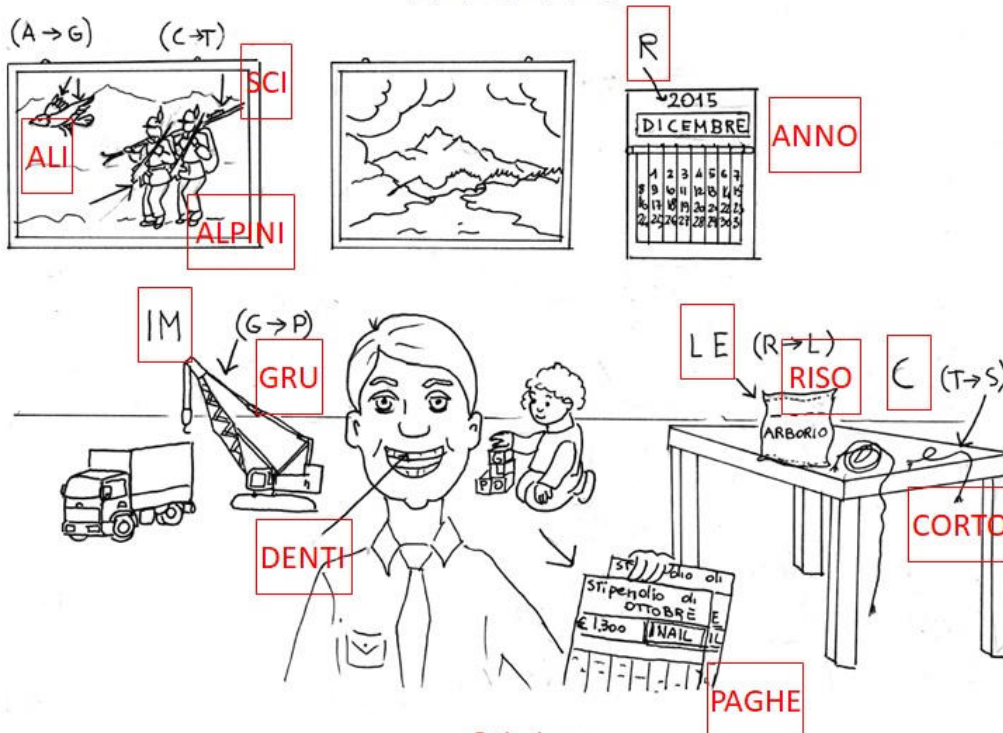
## VERTICALI:

- 1 il centro del lato
- 2 non scaduti
- 3 piatto a base di uova
- 4 andarsene senza lasciare tracce
- 5 i puntini sulle cravatte
- 6 regalie, omaggi
- 7 varietà di calcedonio
- 8 una matita al centro
- 9 l'Anderson fondatore dei Jethro Tull
- 11 ti riempiono di complimenti
- 12 il suo nome scientifico è RUBUS IDAEUS
- 15 l'enciclopedia on line
- 16 visse sotto il Regno di Elisabetta I Tudor
- 18 è la terza città della Svizzera
- 20 vedere i particolari, considerare, osservare
- 21 la città sacra all'Induismo
- 24 capitale dell'Albania
- 26 anagramma di SERIO....., floreale
- 27 fantino, ciclista in inglese
- 30 un affronto grave
- 33 insegnante in breve
- 36 sono opposti a N-S



# Le soluzioni dei giochi del mese di SETTEMBRE

**REBUS CON CAMBIO**  
 sostituire le lettere come indicato tra parentesi  
 (3, 9, 10,10, 1,11)



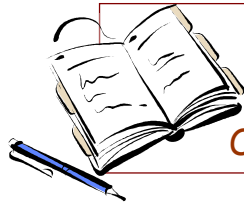
**Soluzione:**

ali alpini sci IM gru denti paghe R anno L'E riso C corto  
 gli alpinisti imprudenti pagheranno l'elisoccorso



1	2	3	4	5	6	7	8	9			
S	T	R	A	C	C	I	O	C	A	F	
10			11				12				
O	R	O	B	O	N	S	A	I	R		
13		14	15			16		17			
N	A	P	N	R	N	A	T	E			
18		19	20			21					
A	M	B	A	S	C	I	A	T	O	R	E
	22				23		24				
R	A	R	T	E	L	I	A	Z			
25			26								
A	R	E	A	B	A	B	E	L	E		
27	28		29				30				
S	I	N	D	I	A	N	I	C	R		
31	32						33				
P	A	S	T	I	C	C	I	O	N	I	
34						35		36			
A	S	T	I	O	S	I	T	O	I		
37					38	39		40			
G	I	A	N	A	I	L	O	N			
41		42	43	44							
N	N	I	M	B	O	S	C	A	T	E	
45					46			47			
A	I	R	O	N	E	S	I	O	S		

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
S	E	M	I	N	A	R	E		I	C	E
12							13		14		
A	M	E	R	I	C	A	N	A	A	D	
15					16		17	18			
L	I	S	A		C	I	G	E	R	E	
19				20		21					
I	L	I		S	A	C	O	V	E	R	
	22		23		24						
M	N	A	T	M	A	R	I	N	A		
25	26				27						
I	N	C	R	I	M	I	N	A	T	E	
28									29		
N	E	H	A	L	E	N	N	I	A	E	
30							31	32			
E	P	I	T	E	L	I	O	T	A	R	
33						34	35				
R	E	M	O	T	O	N	I	O	B	E	
36				37		38			39		
A	N	A	T	R	I	A	S	I	S		
40			41				42				
L	T	P	O	I	N	T	E	R	I		
43				44							
I	E	N	E	A	D	E	R	I	R	E	



## Prossimi passi *Calendario delle attività UET*

### *Ottobre: vino e cantina dalla sera alla mattina*

Ottobre è il decimo mese dell'anno secondo il calendario gregoriano ed il secondo mese dell'autunno nell'emisfero boreale, della primavera nell'emisfero australe; ha 31 giorni e si colloca nella seconda metà di un anno civile.

Il nome deriva dal latino "october", perché era l'ottavo mese del calendario romano, che iniziava con il mese di marzo. L'imperatore Commodo operò una riforma in base alla quale il mese assumeva uno dei suoi titoli, Invictus, ma dopo la sua morte la riforma fu abbandonata.

Ottobre ha una minore esposizione alla luce del sole, segnata anche dal ritorno, nei paesi dell'Unione Europea, all'ora solare con le lancette che dovranno essere spostate un'ora indietro. Ma dal punto di vista del clima e delle temperature c'è la stessa imprevedibilità che si verifica a marzo, infatti gli antichi romani li mettevano in relazione, consacrando entrambi a Marte, ora come dio della guerra, figura allegorica dello scontro con l'inverno (a Ottobre), ora come dio della rinascita (a Marzo).

Ottobre è anche il mese dei colori giallo e rosso, di quegli infuocati tramonti di cui alla sera possiamo godere e delle ultime vendemmie, che con il loro profumo di mosto accompagnano i turisti per le campagne con il naso all'insù.

Ottobre sarà anche il mese delle nostre ultime gite autunnali, che anche quest'anno culmineranno con la tradizionale Festa Sociale UET presso il nostro rifugio Toesca.

E vediamole queste gite:

- Domenica 13 ottobre saliremo sul monte Moncuni che domina i laghi di Avigliana per un'escursione tra scoperta del territorio e cultura del luogo
- Sabato 19 e Domenica 20 ottobre faremo la tradizionale Festa Sociale UET presso il nostro rifugio Toesca, un momento di leggerezza con gli amici al termine, o quasi, del programma di escursionismo estivo di quest'anno





- Domenica 27 percorreremo il sentiero delle Vote alla scoperta dell'area mineraria di Brosso con testimonianze storiche di manufatti e attrezzature utilizzate per le lavorazioni dei minerali di ferro

A presto rivedervi quindi, per cime, valli e boschi... naturalmente insieme alla UET!

Buona Montagna, Buon Ottobre... e Buon Escursionista a tutti!

**Mauro Zanotto**  
*Direttore Editoriale*





conferenza

**Sentiero delle Vote e l'area mineraria di Brosso**  
*con testimonianze storiche di manufatti e attrezzature  
utilizzate per le lavorazioni dei minerali di ferro*

relatore Dott. Luigi LEARDI

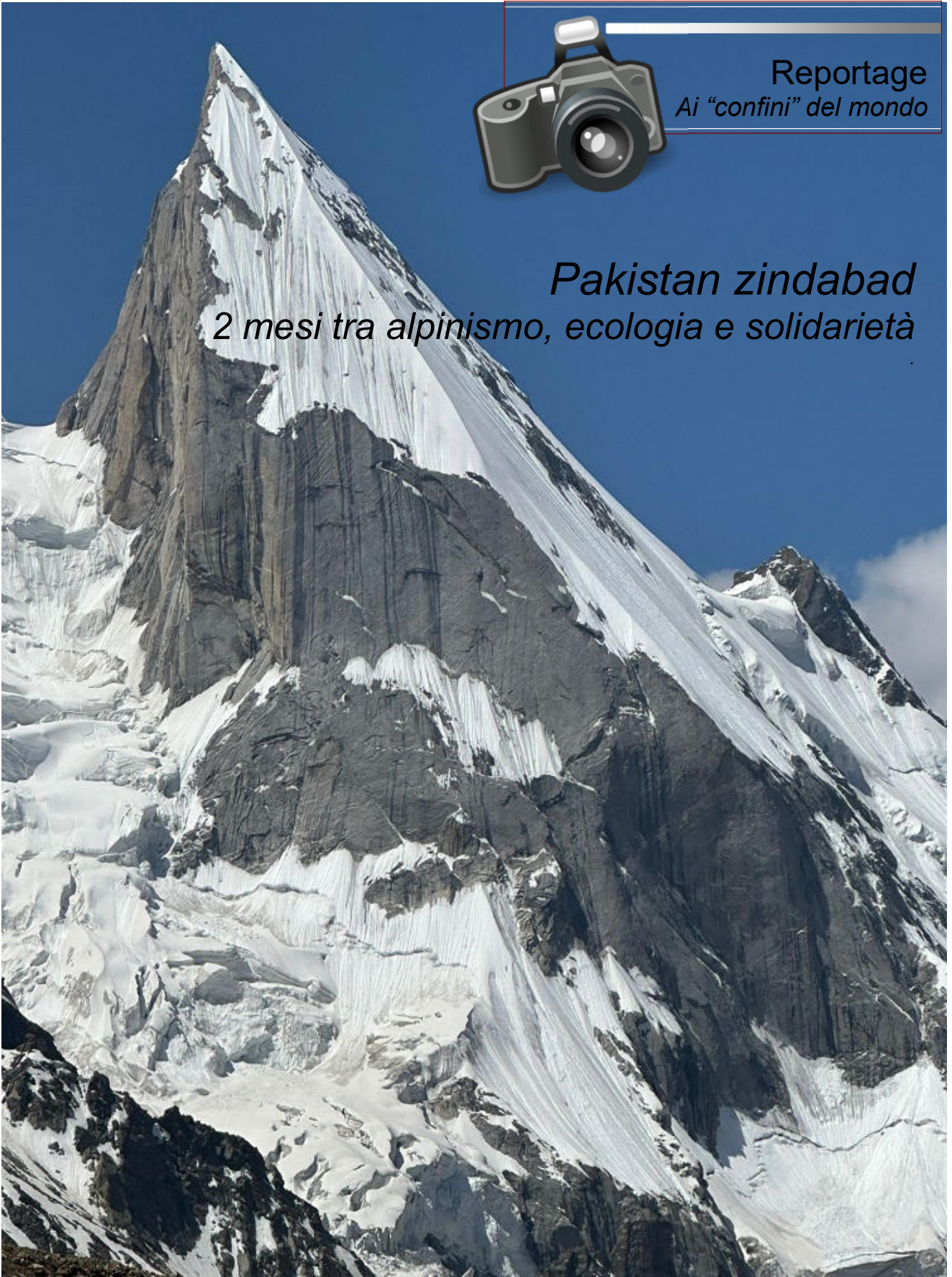
**ore 21 venerdì 25 Ottobre**  
**Sala Monviso al Monte dei Cappuccini**





Reportage  
Ai "confini" del mondo

*Pakistan zindabad  
2 mesi tra alpinismo, ecologia e solidarietà*





## Appunti di viaggio

7 giugno

Navetta per Bergamo e poi con Air Arabia meno cara e più bagaglio volo per gli Emirati con arrivo a Peshawar.

Tempo di fare il controllo passaporto e visto e subito vengo accolto da un alto ufficiale addetto ai turisti.

Chiama lui stesso la guida che deve venire a prendermi e appurato che è tutto ok, mi accompagna appena fuori facendomi accomodare.

Si parte in direzione Islamabad provando l'emozione della guida a destra.

Sosta benzina e cominciano le grandi emozioni.

Colazione sotto un pergolato con tappeti e cuscini.

Ci si toglie le scarpe e ci si accomoda.

La famiglia accanto pensandomi da solo mi ha praticamente obbligato a mangiare con loro.

E con mio grande stupore mi son ritrovato a bere te' al latte.

Inglese docet.

Appena giunti gli altri dello staff sono stati invitati anche loro allo stesso tavolino basso imbandito di uova e chapati la mitica piadina fatta a mano ovunque.

Naturalmente colazione offerta.

Ho optato per percorrere la mitica Karakorum Highway.

Esperienza da fare almeno una volta nella vita per chi non soffre di vertigini e si fida dell'altrui guida direi piuttosto sportiva ma in verità sicura.

Tutto il tragitto costellato da targhe inneggianti la stretta collaborazione con l'amica Cina.

Pranzo a base di riso e carne, tutto molto buono forse un po' troppo speziato ma ci si abitua a tutto.

I famosi camion sono vere e proprie opere d'arte.

Interamente scolpiti a mano nel legno e coloratissimi ma la notte illuminati come in un rave party sono di una bellezza unica.

Arrivo a Chilas in piena notte.

Qui guardie armate un po' ovunque.

La regione era stata presa di mira da un attentato al campo base del Nanga Parbat.

Montagna mitica vista la mattina seguente anche se un po' nascosta fa davvero impressione.



In fondo è il mio primo 8000.

Arrivo a Skardu allo Yak Hotel e finalmente i trekking permit.

Visto che non intendo scalare oltre i 7000 metri.

Altrimenti sarebbe stato climbing permit.

A Skardu grazie alle generose offerte di amici e clienti riesco a comprare medicinali e cancelleria.

Ad Hushe ultimo villaggio prima della partenza per le grandi montagne riuscirò a riempire scuole, dispensario e famiglie di aiuti.

Comperando anche generi di prima necessità e donando pacchi alimentari.

In ultimo ho fatto arrivare in questi giorni anche abbigliamento e giocattoli per bambini.

Bambini di tutte le età, con la loro uniforme.

Educattissimi e molto rispettosi verso gli anziani.

Entrare in una di queste scuole e trovarsi coperto da petali di fiori lanciati da bambini festanti e' stato da lacrime agli occhi.

Le famiglie che per strada ti ringraziano per i medicinali portando la mano alla fronte ed al cuore.

Insomma, un'emozione tira l'altra.

Ad Hushe alloggiavo da Roz Ali'.

Colui che per anni ha guidato Messner ed oggi suo figlio a scoprire tutti i segreti di quelle che per me sono le montagne più belle del mondo.

Ci sono e' vero cinque 8000 ma ci sono più 7000 che in tutto il mondo.

I 5 e 6000 sono numerosi come chicchi di riso.

Prima piccola spedizione per acclimatarci nella valle di Hombrok, anche per vedere se la cima omonima di oltre 6000 metri e' scalabile e studiare la via di accesso.

Arrivati a 4350 delusione.

Una seraccata terribile ne impedisce l'accesso.

Pazienza, amo l'alpinismo di ricerca e poi i globuli rossi sono ben felici di queste prime uscite.

Altro allenamento e' la mia corsetta giornaliera dai 3200 metri di Hushe ai 3400 del nido d'aquila dove trovo un po' di connessione dal paese vicino.

E finalmente si parte e per davvero.

Direzione Gandogoro La.

La vuole dire Passo.

Facendo dei campi intermedi arriviamo all'ultimo dove ci acclimatiamo.

In attesa che quelli del soccorso piazzino le ultime corse fisse dal versante del Concordia.



Lì purtroppo sono stato molto male.

Con diarrea, vomito e febbre ma questo non mi ha impedito di proseguire la mia marcia verso l'alto con tappe anche di 8 ore a quote che da noi collezioneresti 4000.

Dopo alcuni giorni di attesa, partenza a mezzanotte e si comincia a traversare piccoli nevai, canali di sfasciumi e roccette.

Con un bel vuoto di sotto ed in piena notte non è proprio il massimo.

Quindi ho optato per calzare sempre i miei mitici ramponi della Grivel.

Con le Jumar sulle corde fisse con pendenze fino a 50 gradi.

In cima sono scoppiato in un pianto di gioia.

Fatica, adrenalina, emozione.

Quota 5600.

Davanti tutti gli 8000.

K2, Gashebrum, Broad Peak.

Discesi all'Ali Camp incontro con un gruppo di Italiani.

E finalmente al Concordia letto e riletto in decine di libri.

L'amico fraterno Ali' Hassan in seguito salito sul K2 mi è venuto incontro prendendomi lo zaino ed in seguito offrendomi zuppa e tè per reintegrare.

E finalmente l'ultima tappa.

Campo base del Broad Peak e del K2.

Al Broad Peak ho trovato con grande gioia i ragazzi del CAI di Biella che mi hanno invitato sia a pranzo che a cena.

Al campo base del K2 ho visitato il Mémorial dove ci sono tutte le targhe dei caduti.

Brividi.

Ritornato per la stessa via.

Il famoso passo dell'andata mi è sembrato molto più semplice ed infatti partiti per ultimi siamo arrivati in cima per primi godendo di una delle più belle albe che io ricordi.

Rientro ad Hushe incredibile.

Con RozAli' sotto la pioggia ad aspettarmi per complimentarsi per la mia salita al passo.

Pare che mai nessuno ad inizio stagione lo abbia fatto da Hushe ma tutti quanti nel senso opposto.

Obiettivamente molto più facile.

Ma il grande progetto doveva ancora arrivare.

E dopo essermi allenato nella valle del Mashebrum prendo la decisione di esplorarla e di trovare la il sogno della mia vita.

Partiti in 9 tra guide portatori d'alta quota, portatori semplici e cuoco.

Montato il campo nelle vicinanze del Mashebrum 2.

A quota 4848 la mia tenda, quella dei ragazzi con annessa tenda cucina.

Solo noi in totale isolamento.

Ed inizia la fase in cui la pazienza la fa' da padrona.

Aspettando il meteo giusto e cercando quasi ogni giorno una possibile via di salita avendo individuato quella che per noi era una vetta possibile.

Ebbene dopo 6 giorni di attesa e tentativi ce l'abbiamo fatta.

Partenza alle 4 della mattina e ritorno al campo alle 19 di sera, dopo 15 ore di scalata non stop.

Abbiamo aperto una nuova via che ho chiamato *MAMMA MIA*.

In fondo dopo aver rinunciato 2 volte al Pakistan lo stare con lei ricoverata d'urgenza, mi è sembrato giusto e doveroso dedicargliela.





La via si sviluppa per circa 800 metri fino a quota 5500.

Inizialmente si sale e si traversa diversi salti di roccia e neve dura.

A quota 5000 si trova una serie di canali fino a 60 gradi che portano in vetta.

Al ritorno esplosione di colori.

Il caldo sole estivo aveva fatto fiorire almeno 10 specie di fiori multicolori.

Dopo roccia e ghiaccio una gioia per gli occhi.

Gente ospitale, molto molto laboriosa.

Tutta la valle coltivata a terrazze con canali che irrigano a turno tutti gli appezzamenti di terreno.

Patate, cipolle, grano.

Bestiame e la raccolta della legna per il lungo duro inverno.

Quando si dice Pakistan zindabad ovvero lunga vita al Pakistan e' proprio vero per le emozioni date dalla sua gente e dai paesaggi grandiosi.

Ultimo esempio?

Arrivo in anticipo all'aeroporto di Peshawar e cortesemente mi fanno notare che essendo un piccolo aeroporto devo attendere appena fuori il momento per bagagli e documenti.

Ebbene due responsabili dell'aeroporto scusandosi mi hanno servito la colazione.

Da non crederci.

Prossimo progetto di nuovo in Pakistan?

Inch'Allah!

Work in progress

**Fabrizio Rovella**  
(Esploratore e Sognatore)

 Saharamonamour

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

*Grazie alla Solbian eravamo dotati di pannelli solari che ci hanno permesso di ricaricare tutto quanto l'occorrente anche con sole debole.*

*Come sempre ne abbiamo donati alle persone più bisognose così come fu fatto grazie ad un grande progetto di solidarietà anche in Algeria, Mauritania, Albania, Marocco.*

*Anche se il clima sta cambiando in Pakistan così come in tutto il mondo, le notti a 5000 metri con qualche piccola nevicata e vento molto forte, per non parlare delle salite esposte a nord e quindi in ombra, sono state agevolate da tende, sacchi a pelo ed abbigliamento Ferrino Outdoor e HighLab.*



## Gita culturale alla Sagra di San Michele

Dell'ampio anfiteatro morenico che circonda la nostra Torino, delle sue origini e della sua formazione ci diede con frase chiara e precisa la spiegazione — là sulla cima dell'Ancoccia, di fronte alla Sagra - l'egregio prof. Sacco che s'era assunto l'incarico della descrizione geologica ai partecipanti di questa seconda gita nostra.

In rapida sintesi ci parlò degli antichi ghiacciai che ricoprivano tutta quanta la vallata di Susa e quella ancora di Giaveno, che venendo poi man mano scomparendo per effetto di pressione, mutarono faccia alle Alpi, levigando ed arrotondando le rocce che ora fanno bella mostra di sé in ampia corona e restano a sfidare colla bianchezza delle loro guglie vertiginose gli audaci alpinisti, mentre più in basso veniva formandosi lo spartiacque che divide la vallata Susina da quella di Coazze.

Il ghiacciaio che nella Comba di Susa aveva la larghezza di oltre sei chilometri costantemente diminuendo venne formando i torrenti che impetuosamente si gettarono ad invadere la pianura Padana incanalati da quei magnifici speroni che sono il Pirchiriano e la

Sella che stanno a guardia della Valle, speroni che però, e massimamente quello della Sagra, ne risentirono tutta la potente opera disgregatrice e prova ne è la forma arrotondata che quest'ultima à verso Sant'Ambrogio.

E l'ottimo illustratore nella sua rapida disamina spiegò ancora come i laghi di Avigliana fossero anticamente quattro; due dei quali si convertirono in torbiere per poi sparire.

Dalla cima dell'Ancoccia la comitiva tornando sul sentiero che mena a S. Francesco, proseguì per l'antica Abbazia Benedettina, ove l'ingegner Caselli, con quella competenza sua propria di studioso, dal pronao della Sagra spiegò agli intervenuti, raccolti sullo spiazzo e su per lo scalone, le origini della medesima - cominciata dall'Eremita Giovanni Vincenzo che riposa nella chiesa di Sant'Ambrogio, proseguita mediante le offerte del peccatore Ugo di Montboissier che da Arduino V di Avigliana aveva ottenuta la cessione del Monte - opera grandiosa che sta ad attestare la pietà e la superstizione di quell'epoca, opera che per la grandiosa sua mole non fu potuta ultimare secondo le intenzioni del progettista e che porta traccia delle diverse epoche e delle diverse scuole che nell'andar dei secoli si subenirarono.

Spiegò i tentativi che il Comitato regionale per la conservazione dei monumenti, sotto la

direzione dell'architetto d'Andrate, fa per ridare all'edificio la sua primitiva struttura, con enormi lavori di consolidamento delle parti pericolanti, e conservare questo magnifico monumento dell'arte romanica.

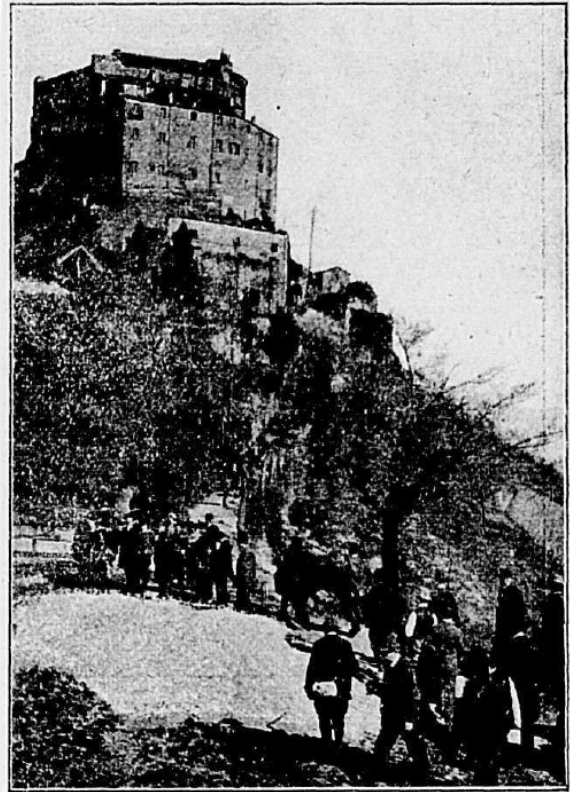
Conchiuse vivamente applaudito con un accenno alla poetica leggenda della bella Alda che ancor sopravvive e vien con fervore raccontata.

L'ora tarda consigliava i pochi che ancora s'erano indugiati attorno al professore seguendolo nella rapida visita dell'interno della Sagra ad affrettarsi all'albergo per la colazione onde non restare a pancia vuota, ma, pur scendendo per la strada che va alla borgata di San Pietro, il pensiero tornava insistente a tutto quanto il passato glorioso della millenaria Badia Clusina, e ne ricordava e rievocava gli alleati suoi che l'avevano resa forte e temuta.

A quel Benedetto II che per cinquanta anni l'aveva sapientemente governata, aumentandone le prerogative, ingrandendone i possesi, facendone un centro di studi e di raccoglimenti, salito a tanta fama, che, prigioniero di Enrico IV, obbligava Adelaide di Susa ad imporsi minacciosa al cospetto del genero pel suo rilascio; a quell'Emengardo che, per sua dottrina, viene mandato ambasciatore in Ispagna dilaniata dalle lotte tra Castigliani ed Aragonesi.

Tornava la mente ai Santi, ai principi, ai Vescovi, ai Cavalieri che ne avevan compiuta l'erta salita per chiedere riposo nei lunghi pellegrinaggi gli uni, per aiuto od arbitrato nelle aspre contese gli altri; alle lotte, cruenti le spesse volte, sostenute per la supremazia della Badia Clusina su quella di Savigliano, la lotta tra Benedetto II ed il vescovo Cuniberto di Torino alla quale prende parte persino Pietro I, conte di Savoia, ma che finisce colla vittoria dell'abate Clusino.

Tornava il pensiero al susseguente periodo di decadenza, alla rilassatezza nei costumi che ne indebolirono la austera compagine a quel Pietro di Forgereto, simoniaco, avaro e mancator di parola, che fu causa precipua della scemata autorità della Badia, sino al Cardinal Maurizio ed al Gerdil che ne tentò la risurrezione, ma ne fu impedito dalla sopravvenuta dominazione francese che tutta ne la spogliò e rese deserta.



LA SAGRA DI S. MICHELE

(FOT. G. MASCHIO)

A nulla valse il tentativo di Carlo Alberto e di Antonio Rosmini di cui rimangono ancora a ricordarlo i pochi seguaci che lassù vi abitano; la Sagra di San Michele non ritroverà mai più l'antica forza, l'antico splendore. Son mutati i tempi!

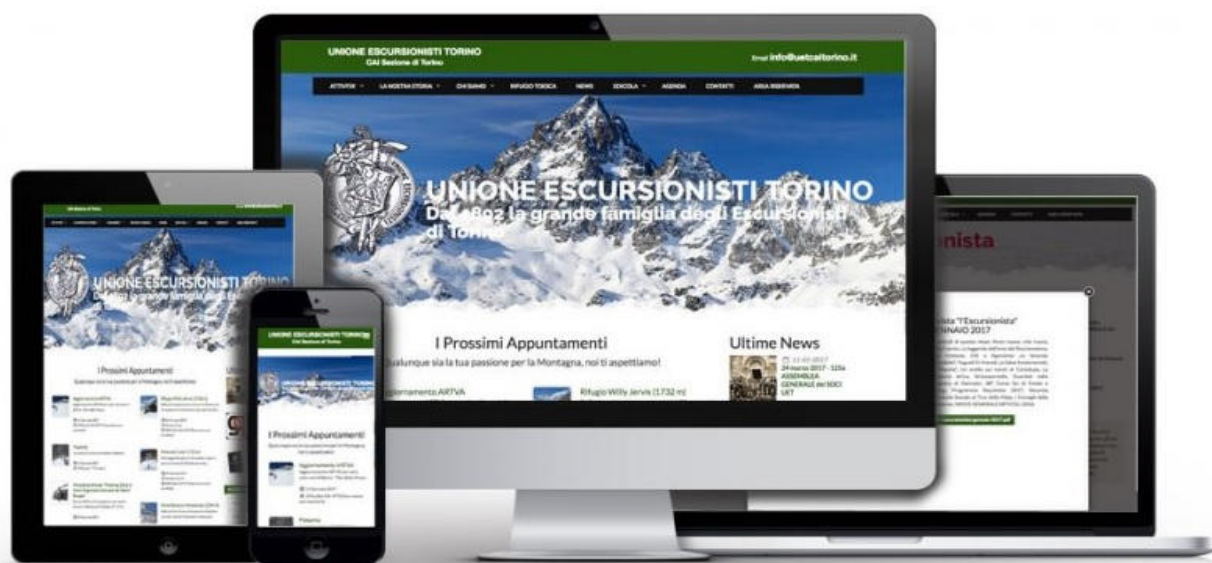
L'augurio sincero e migliore che possiamo farvi, si è, che il Governo conceda finalmente quanto è necessario per conservare alla storia il glorioso monumento che tanta parte ebbe nella storia Piemontese e più propriamente della valle Susina.

Per la cronaca diremo che i partecipanti alla gita furono in numero di 168, e che i bravi Direttori, cav. Antonielli di Costigliole e Ciancia, furono prodighi di loro cortesie a tutti.

**S. M. Vaschetti**

*Tratto da "l'Escursionista" n°12  
BOLLETTINO MENSILE DELL'UNIONE  
ESCURSIONISTI DI TORINO  
del 30 maggio 1914*

[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

Ottobre 2024

Autorizzazione del Tribunale 18 del 12/07/2013

segui su

