CAI CINISELLO BALSAMO

Notiziario del Club Alpino Italiano Sezione di Cinisello Balsamo - Anno XXV - N° 111 - APRILE - MAGGIO - GIUGNO 2006

TORNA A VOLARE IL GIPETO!

In un mondo in cui la mancanza di rispetto, pratiche di caccia indiscriminate, inquinamento, abusi ai danni dell'ambiente, causano l'estinzione o quanto meno pesanti danni a molte specie animali, solleva molta curiosità la reintroduzione sulle Alpi di un animale singolare per caratteristiche e bellezza. E' il gipeto, appunto, un mite e innocuo avvoltoio dalle proporzioni e dal volo maestosi, che l'incuria e l'ignoranza avevano portato all'estinzione in tutto l'arco alpino all'inizio del '900.

La sua reintroduzione fu auspicata fin dal 1928 ma il vero progetto di reintroduzione incomincia esattamente 30 anni fa nel 1976. E' un progetto che sembrava ambizioso e come sempre incerto nei suoi esiti finali, ma a dispetto di tutti dubbi e degli scarsi successi degli inizi, a distanza di trent'anni si può dire riuscito: il gipeto è tornato a volare sulle Alpi.

Tra le fasi del progetto riveste una importanza fondamentale la divulgazione presso il grande pubblico e in questo anche un gruppo di Operatori Naturalistici e Operatori di Tutela dell'Ambiente Montano del CAI e la Sezione CAI di Cinisello Balsamo hanno voluto dare il loro contributo.

Così Venerdì 10 Marzo scorso, nell'elegante scenario di Villa Ghirlanda Silva a Cinisello Balsamo con il patrocinio del Comune di Cinisello Balsamo, si è tenuta con buon successo di pubblico (circa un cento persone) una serata sul grande progetto europeo di reintroduzione del gipeto sulle Alpi.

Il tavolo con gli ospiti durante la serata in Villa Ghirlanda

I saluti dell'assessore alla Cultura del Comune Cinisello Balsamo, Roberto Anselmino, hanno aperto la serata seguiti dagli interventi del Consigliere Centrale del CAI Enrico Sala e della Presidentessa del Comitato Scientifico Lombardo Federica Gironi in rappresentanza del CAI.

Quindi, a nome del gruppo di Operatori Naturalistici e Operatori di Tutela dell'Ambiente Montano, Sara Ballabio ha illustrato il programma di un progetto, del quale la serata a Cinisello Balsamo costituisce l'inizio, che vedrà nei prossimi mesi una conferenza itinerante tenuta dagli operatori stessi rivolta alle sezioni del CAI che vogliono coinvolgere i propri soci nella rete di osservazione del Gipeto sulle Alpi lombarde.

Infatti, pur avendo ormai raggiunto uno stadio finale, il progetto di reintroduzione del gipeto avrà ancora la necessità di un continuo monitoraggio dell'animale in modo da controllare la sua diffusione sulle Alpi e in particolare in Lombardia dove la rete di osservatori è ancora insufficiente.

Ma il cardine della serata è stata certamente la presenza dello zoologo Andrea Pirovano che, in qualità di collaboratore del Parco Nazionale dello Stelvio, segue la reintroduzione del gipeto nel parco, che dal 2000 è diventato a tutti gli effetti partner di rilievo nel progetto.

Andrea, con la sua solita bravura e competenza ha illustrato al pubblico le vicende del gipeto sulle Alpi, dall'estinzione alla reintroduzione, le abitudini e l'importanza di questo avvoltoio nella piramide alimentare.

Ha inoltre sottolineato l'assoluta importanza della creazione di una rete di osservazione che possa controllare accuratamente la presenza del maestoso avvoltoio in modo particolare sui settori alpini al di fuori della giurisdizione di parchi e riserve.

La conferenza è stata seguita con estrema attenzione e soddisfazione da parte di tutto il pubblico che ha animato anche un interessantissimo dibattito finale.

In questo numero

5 serate in Sede	Pag. 2
Il nuovo Consiglio del CAI di Cinisello B.	Pag. 3
Le gite del trimestre	Pag. 4, 5, 6, 7
Scuola di Alpinismo Bruno e Gualtiero	Pag. 7
Andare per monti fa bene alla salute	Pag. 8

Stampato in proprio per i soci del CAI di Cinisello Balsamo
Direttore: Claudio Gerelli - Redazione: F. Monzani - L. Oggioni - L. Perini - L. Repossi. Stampa: Andrea Alberti
CAI Sez. di Cinisello Balsamo - Via Marconi, 50 - Apertura Sede: Mercoledì e Venerdì, dalle 21.00 alle 23.00.
Telefono-fax-segreteria: 02 66594376 - Mobile: 338 3708523 - e-mail: direzione@caicinisello-balsamo.it - web site: www.caicinisello-balsamo.it

5 SERATE IN SEDE

Il nostro gruppo ha intrapreso una piacevole iniziativa: rendere sempre più gradevoli i nostri incontri, organizzando delle serate in sede.
Incominciati quasi per caso e senza una scadenza fissa questi incontri si stanno trasformando via via in appuntamenti regolari e attesi.
Il primo incontro di quest'anno, proposto e realizzato dal nostro socio Carlo Meroni, ci ha portato in Gallura, la parte nord della Sardegna, ad esplorare le montagne di quella regione, certamente non alte o innevate come le Alpi ma non per questo meno affascinanti e, in certi casi, meno faticose e insidiose. Ma certo l'aspetto più particolare di queste montagne è la loro vicinanza al mare che regala prospettive e colori straordinari.
L'appuntamento successivo ci ha riportato in sede una nostra vecchia amicizia: Cristina Rovelli, la prima donna guardiacaccia che ha fatto dell'amore per la natura e in special modo per gli animali, una ragione di vita. E' sempre un piacere ascoltarla raccontare con passione storie di vita nei boschi in osservazione, in appostamento, in cammino, di giorno o di notte... e poi le vicende giudiziarie che ancora una volta evidenziano, se ce ne fosse bisogno, quanto dia "fastidio" a certe persone, colui o colei che fa il proprio dovere fino in fondo, senza compromessi. Cristina ha presentato il suo libro "la mia vita con bambi" una cronaca della sua vita.
A questo è seguito un altro incontro sulla Sardegna, questa volta sulle montagne che si affacciano sul golfo di Orosei. Ce lo ha presentato un istruttore della scuola di Alpinismo "Bruno e Gualtiero" ma socio del CAI di Cologno Monzese: Michele Malfione. Più che appassionato Michele è "innamorato" di questa zona ma guardando le sue immagini non si fatica a capire il perché. Oltre agli straordinari colpi d'occhio dati dai colori del mare e della vegetazione, qui una natura ancora allo stato selvaggio oppone la propria asprezza a chi osa attraversarla. Poca acqua e difficoltà tecniche di rilievo mettono a dura prova chi si inoltra in questo ambiente, ma la bellezza del paesaggio ripaga ampiamente qualsiasi sforzo.
Nell'ambito di quest'iniziativa, s'inserisce quella del 1° marzo dove sono state presentate delle immagini accompagnate dalle melodie di un'arpa celtica suonata dal vivo. "NON SOLO MONTAGNA" era il titolo della serata, durante la quale l'amico Dino Fumi ci ha regalato una serie di belle immagini con soggetti variegati, accompagnati da una splendida melodia di un'arpa celtica sapientemente suonata da Antonella D'Apote. E' stato uno spettacolo veramente originale, basti pensare alle usuali presentazioni d'audiovisivi accompagnati da musiche registrate. Questa sera invece abbiamo avuto la fortuna di apprezzare delle melodie dal vivo ed in particolare, da uno strumento dolcissimo, originale e poco conosciuto forse per la sua complessità d'esecuzione. Grazie Dino per le belle immagini e soprattutto grazie a tè Antonella che pur essendo abituata ad esibirti su importanti palcoscenici europei, questa sera sei venuta da noi a suonarci le tue melodie, ma anche a pizzicare le corde delle nostre emozioni.

Cristina Rovelli durante la conferenza

I due successivi incontri sono stati degli aggiornamenti su temi inerenti l'andare in montagna, ma non per questo meno seguiti, anzi. Si è parlato di "responsabilità dell'accompagnamento" e del "primo soccorso in montagna". Relatore: Federico Porcelli, giovane socio che ha confermato l'abilità di conferenziere già dimostrato in altre occasioni.
Credo non ci sia alcun dubbio che quest'iniziativa abbia incentivato i nostri soci ad una maggiore partecipazione alla vita di sezione. Tutto questo ha anche portato un ulteriore avvicinamento tra noi, un allargamento dei rapporti interpersonali, oltre che a renderli certamente più allegri e interessanti.
E' stato sicuramente un ciclo straordinario e tutti gli incontri hanno riscosso un successo incoraggiante. Un vivo grazie a tutti i relatori e tutti coloro che a vario titolo hanno contribuito e, naturalmente, all'amica "arpista"
Alla prossima.

Lino e Claudio

AVVISO DALLA SEGRETERIA

Quote associative 2006

Socio Sostenitore:	**Euro 77,50**
Soci Ordinari:	**Euro 38,00**
Soci Familiari:	**Euro 18,00**
Soci Giovani (nati dall'89 in poi):	**Euro 11,50**
Tessera:	**Euro 5,00**

AVVISO DALLA SEGRETERIA

Per tutti coloro che vogliono ricevere avviso delle attività del CAI di Cinisello Balsamo attraverso la posta elettronica si prega di inviare un messaggio, anche vuoto, all'indirizzo direzione@caicinisello-balsamo.it

ELEZIONE DEL CONSIGLIO DIRETTIVO PER IL TRIENNIO 2006-2009

Le votazioni per il rinnovo del Consiglio Direttivo della Nostra Sezione si sono svolte il 29 e 31 Marzo scorsi con i seguenti risultati:

Votanti n° 41.
Non ci sono state contestazioni
Schede bianche n° 0
Schede nulle n° 0

Hanno ottenuto voti:

Gerelli Claudio	n° 36
Canova Claudio	n° 32
Oggioni Luciano	n° 30
Monzani Francesco	n° 28
Perini Luciana	n° 27
Scarpini Maria	n° 25
Daghetti Enrico	n° 23
Marelli Roberto	n° 23
Mauri Sabrina	n° 18
Fumi Paolo	n° 17
Repossi Lino	n° 16
Melchionda Salvatore	n° 14
Piano Giuseppe	n° 12
Fumi Dino	n° 11
Quaggia Antonio	n° 9
Cauli Claudio	n° 6
Pivetta Rosanna	n° 6
Gerelli Romano	n° 5
Paganin Sandro	n° 5

La composizione del nuovo Consiglio conferma sostanzialmente la precedente.
I nuovi nomi nel Consiglio sono: Fumi Paolo, Melchionda Salvatore, Piano Giuseppe e tra i revisori dei conti Cauli Claudio.
Nella seduta del consiglio del 3 aprile sono quindi state elette le cariche sociali come riportato di fianco.
Buon lavoro a tutti.

IL NUOVO CONSIGLIO

Presidente	Gerelli Claudio
Vicepresidente	Canova Claudio
Segretario	Perini Luciana
Consigliere	Daghetti Enrico
Consigliere	Fumi Paolo
Consigliere	Marelli Roberto
Consigliere	Mauri Sabrina
Consigliere	Melchionda Salvatore
Consigliere	Monzani Francesco
Consigliere	Oggioni Luciano
Consigliere	Piano Giuseppe
Consigliere	Repossi Lino
Consigliere	Scarpini Maria
Revisore dei conti	Cauli Claudio
Revisore dei conti	Fumi Dino
Revisore dei conti	Quaggia Antonio

C'ERA UNA VOLTA UN TORRENTE

L'imbrigliamento dei corsi d'acqua

Una cascata ridotta ad uno scolatoio, un torrente umiliato a patetico rigagnolo. Troppe volte ci troviamo di fronte a queste immagini. Si stima che solo il 10% dei corsi d'acqua alpini oggi mantenga caratteristiche prossime alla naturalità, la risorsa idrica è già stata sfruttata al limite dell'utilità economica. Ma allora perché ci siano così tante richieste per nuovi impianti idroelettrici, derivazioni e canalizzazioni. La risposta è semplice: enormi interessi economici. Dopo gli accordi sulla limitazione dei gas serra i produttori di energia devono dimostrare di generare almeno una parte di "energia pulita" ottenendo i così detti "certificati verdi". Si è aperta una vera e propria corsa all'oro con l'obiettivo di accaparrarsi concessioni di derivazione per il maggior numero possibile di corsi d'acqua alpini, al solo scopo di poter poi costruire nuove centrali inquinanti. Se a ciò aggiungiamo che l'energia da fonti rinnovabili è venduta a prezzo politico, quindi con alti profitti, e che per la costruzione di centraline idroelettriche sono previsti sostanziosi finanziamenti a fondo perduto, risulta palese che l'idroelettrico è diventato un ottimo affare.
Le conseguenze sono drammatiche, le improvvise piene provocate dai rilasci dai bacini spazzano via molti organismi che poi vengono lasciati all'asciutto dal calo di portata, non c'è più auto depurazione, e non facciamoci illusioni sull'applicazione del concetto di deflusso minimo vitale introdotto dalla direttiva, un rigagnolo d'acqua non consente la vita degli organismi acquatici e porta il torrente vicino al collasso, inoltre è calcolato su dati vecchi che non rispecchiano l'attuale condizione climatica. Alla costruzione di una diga o di un impianto di derivazione si accompagnano opere infrastrutturali quali strade di servizio, canalizzazioni ecc., con ulteriore impatto ambientale. Il settore è privo di pianificazione, quando si discute se creare un nuovo impianto non si considera se su quel corso d'acqua ne esistono già altri.
Si pensi a quanto accade nella valle Verva (lago di Cancano), la captazione dell'acqua dei torrenti Lia, Cardonnè e Buccina alla base del circo glaciale di testata, non solo lascia all'asciutto questi corsi d'acqua ma impoverisce ulteriormente il Viola già interessato da canalizzazione, all'assalto che si tenta di perpetrare a quella che per la sua bellezza è definita la piccola Yosemite, la Val di Mello, dove sono state presentate ben quattro richieste di concessione per la costruzione di centraline idroelettriche in corrispondenza delle cascate del Ferro, di Zocca, Torrone e Cameraccio.
Se vogliamo continuare a vedere le nostre montagne come le ricordiamo, facciamo sentire la nostra voce, difendiamo questo inestimabile patrimonio. Se siete a conoscenza che qualche torrente di montagna sta per morire, protestate presso i sindaci dei comuni interessati dai nuovi progetti (possono avere un ruolo molto importante) contattate le associazioni di tutela dell'ambiente fluviale o di pesca sportiva. Non lasciamo che soggetti esterni possano disporre a loro piacimento delle risorse naturali altrui.

Laura

Le gite del Trimestre

9 aprile 2006
VALSOLDA
Passi nel silenzio...

..... lungo un interessante sentiero didattico tra i rumori del bosco nella selvaggia Valsolda.
La vallata, incisa dal torrente Solda, si estende alle spalle di bellissimi borghi sulle sponde del lago di Lugano sino al confine con la Confederazione Elvetica ed è delimitata dai rilievi della Cima Fiorina. Un ambiente dominato da solchi aspri e incisi, da declivi dirupanti protetti da pareti strapiombanti e da una fittissima vegetazione. Al suo interno, poco più di trecento ettari sono occupati dalla foresta regionale gestita dall'ERSAF. Qui carpino nero, pino mugo e nocciolo si alternano a faggete e a rare macchie di larice e abete rosso.Grazie alle sue peculiarità, questo lembo selvaggio di territorio diverrà riserva integrale dell'Azienda regionale delle foreste.
I passi nel silenzio ci portano a scoprire spazi immensi che non esistono, ma che si respirano dai profumi del sottobosco e l'aria tersa della luce radente illumina la curiosità dei nostri occhi. Abbandonati i catini naturali originati dall'acqua all'inizio del percorso, si guadagna in breve il primo alpeggio tra una fittissima vegetazione, poi inaspettatamente la vista si apre sulle cime e al sottostante lago, regalando emozioni impreviste. Poche svolte e il tratturo immette nella foresta lungo un saliscendi attrezzato con pannelli didattici che illustrano il "percorso faunistico Maurizio Monti".
Oltrepassata l'alpe Serte, un lungo ponticello di tronchi ci aiuta ad attraversare il torrente, ora si percepisce il respiro della foresta che ci avvolge; procedendo con passi leggeri sul fogliame non sarà raro incontrare lo scoiattolo, la volpe o il cinghiale, abitanti schivi di questo mondo intatto dove da alcuni anni qui vive e nidifica l'aquila. Poco a valle dell'alpe Pessina, un'altana costruita su alcuni speroni rocciosi permette una splendida veduta panoramica sulla vallata. L'alpe recentemente ristrutturata dall'ERSAF, costituisce un riparo in quota e un buon bivacco per trascorrere la notte tra i rumori del bosco o appostati per l'osservazione della fauna. Sembra impossibile ma questo magico mondo vive agli antipodi da quell'incessante andirivieni e caos che si sviluppa sulle sponde del lago.
Tracce dell'Ursus spelacus estinto circa 150.000 anni fa, sono state ritrovate in Valsolda. I resti dell'orso delle caverne, ritrovati all'interno del Buco della Noga o "Bus de la Noga", sono attualmente conservati presso il museo cantonale di storia naturale di Lugano.
La grotta con uno viluppo di circa 50 m, è la più grande cavità della Valsolda e si trova in frazione Dasio. Si raggiunge con una deviazione del nostro itinerario con il sentiero che dall'Alpe Serte conduce all'Alpe Mapel e procede tra le cime di Noga e il monte Prade. La grotta si intravede solo quando si è in prossimità dell'ingresso.

23 aprile 2006
Il sentiero del viandante.
Da Varenna a Bellano.

Un antico itinerario, le cui incerte origini potrebbero risalire all'epoca romana, percorre a mezza costa la sponda destra del ramo di Lecco del Lago di Como, ora salendo verso i fianchi delle Grigne e del Legnone, ora scendendo a lambire le sponde del Lario.
L'esistenza di questa strada, utilizzata sia per il traffico locale, sia come alternativa alla Valsassina per collegare Milano alla Valtellina e ai passi svizzeri, è documentata fin dal Trecento negli statuti comunali delle pievi di Bellano, Dervio e Lecco. Un documento del 1451 descrive le disavventure di un certo Messer Vango che trasportava lana e seta alla Fiera di Ginevra il quale a Mandello venne derubato dai dazieri.
Mentre le merci venivano in genere trasportate via lago, le persone si spostavano a piedi o a cavallo sulla terraferma. Le singole tratte del sentiero erano usate per gli spostamenti delle popolazioni da borgo a borgo, ma anche per il transito di truppe, di mercanti e pellegrini. Lungo il percorso esistono ancora numerose fortificazioni e rocche poste a difesa dei territori, castelli e torri (come Vezio e Abbadia) costruiti tra il XI e il XIII secolo, case-torri edificate dalle comunità rurali (Perledo e Rongio). S'incontrano lungo la via, chiese e edicole votive dedicate a San Rocco e San Giorgio, viandante il primo e cavaliere il secondo, santi che ben rappresentano i principali utilizzatori della via nei secoli scorsi.
La strada di mezza costa rimase l'unica via di comunicazione tra i villaggi costieri fino al 1832, quando la costruzione dell'attuale Provinciale 72, provocò l'abbandono dell'antico sentiero, contribuendo alla salvaguardia del percorso tuttora ben conservato e rappresenta un'attrattiva molto interessante per gli amanti delle antiche vie. Si possono ripercorrere selciati costruiti con una perizia che ha fatto sì che si conservassero fino ai giorni nostri ed è possibile ammirare i muretti a secco, le opere di terrazzamento con cui i contadini hanno strappato alla montagna fazzoletti di terra coltivabile, gli antichi agglomerati di case rustiche, costruiti esclusivamente con la pietra locale.
Al grande interesse storico si accompagna un paesaggio da sogno, con un lago che s'insinua tra il calcare delle Grigne, i verdi pendii del triangolo lariano e l'orizzonte movimentato dalle cime delle Alpi. Uno scenario incantato, celebrato da schiere di artisti che trovarono ispirazione lungo le sponde del Lario e che sui selciati antichi, al ritmo dei passi del

Una splendida vista sull'abitato di Varenna

Le gite del Trimestre

viandante, esprime la sua reale dimensione. Queste note sono tratte dalla rivista "Trekking" del marzo '06.
La nostra proposta per il 23 aprile è la seguente: viaggio in treno dalla stazione di Monza a Varenna. Salita al castello di Vezio, si prosegue costeggiando il monte Fopp. Si entra nell'abitato di Perledo (500 m.), dopo l'attraversamento del bosco delle Streghe, su comodo e panoramico sentiero, si continua con la discesa a Bellano. Breve passeggiata sul lungolago fino alla stazione ferroviaria.
L'escursione è per tutti e senza difficoltà.

6 e 7 maggio 2006
NOTTURNA AL RIFUGIO CAZZANIGA

Lunghi passi nel silenzio, ammirando le ultime luci che salutano il giorno e allungano le ombre.
Uno spicchio di luna illumina il cammino, lassù a 2000 mt un puntino rosa ci aspetta.
Il buio inizia a fasi strada, ombre strane si insinuano tra i rami del bosco, gli occhi si abituano all'oscurità, ma non c'è paura né timore perché non sei solo, gli amici ti sono vicini, senti i loro passi lenti, cadenzati, il respiro affannoso, ansante per la lunga salita.
L'arrivo al rifugio è una dolce emozione, un senso infinito di sicurezza e di pace di invade. Si calma l'ansia della salita e il nostro cuore si apre alla tenerezza e si colma di gratitudine per chi a costruito l'ospizio.
Uno sguardo prolungato in valle, dove le città fino a poco fa frenetiche, si spopolano all'imbrunire e poi ... entriamo in rifugio.
L'atmosfera è quella vera, dei vecchi rifugi, calda e accogliente: il rivestimento in legno, il grande camino acceso, non perché sia freddo, ma perché la fiamma vivifica la cordialità dell'incontro; il calore festoso dei saluti nel trovare nuovi amici.
Tutto costituisce un tradizionale ripetersi di quell'essenza di sentimenti che, per noi del CAI, è racchiusa nella parola "rifugio".
Poi... le chiacchiere, i ricordi di ieri ed i progetti di domani, sempre sul tema dell'andare per monti, in sicurezza, con gli occhi e il cuore aperti alla scoperta, cercando di dare e ricevere vera amicizia.
Prenotazioni entro il 28 aprile 2006

Luciana

21 maggio 2006
ZUCCO DI MANAVELLO
RIFUGIO ROSALBA
Un trionfo di colori

Finalmente è arrivato il sabato, il mio giorno di libertà.
Butto qualcosa nello zaino, imbrago il cagnolino e salto in macchina; destinazione Mandello. Affrontare la Grigna da questo versante non è facile, i sentieri ti tolgono il fiato, il dislivello è notevole, ma quante meraviglie nascondono queste ripide pendici che si gettano a capofitto nel lago.
Albeggia e l'atmosfera assume una colorazione irreale, come di sogno, di un azzurro vacuo. Il bosco dai rami scheletrici, sembra popolarsi di figure diafane.
Incrociamo un sentiero che si stacca sulla sinistra, un'indicazione segnala un baitello, ci inerpichiamo e dopo poche svolte si leva improvvisamente un vento gelido che mi taglia la faccia e la nebbia svanisce aprendo davanti ai miei occhi uno spettacolo inimmaginabile.
Il sole ha già inondato la sponda opposta e il lago sembra una distesa d'argento dal quale guizzano miliardi di pesciolini di cristallo, il cielo è di un azzurro terso. Aumento l'andatura… sto rincorrendo la luce, o è la luce a rincorrere me! In breve giungo al baitello di Manavello, dove incontro un ometto del Cai di Mandello che mi offre ospitalità ed una tazza di the rovente. Con questo freddo ci vuole proprio un po' di calore per lo stomaco, e anche per il cuore!

... non riesco a distogliere lo sguardo dal panorama...

Riprendiamo la salita che subito dopo la bocchetta di Portorella si fa decisamente più impegnativa, non riesco a distogliere lo sguardo dal panorama mozzafiato che mi sto lasciando alle spalle; da qui posso vedere il lago dalla punta di Bellagio fino quasi a Lecco, i Corni di Canzo e i monti del triangolo lariano, i 4000 svizzeri Allalinhorn, Alphubel e Weissmies, mentre le Grigne mi sovrastano con la loro possente mole.
Risalgo con l'aiuto di qualche catena la scoscesa e selvaggia costa dello Zucco di Portorella e con piacevole sorpresa, in corrispondenza della bella betulla che già vedevo dal baitello, mi ritrovo proiettata in cresta. Da qui il percorso diviene decisamente più comodo ma non meno affascinante, interamente sul filo di cresta, aggirando superbi spuntoni rocciosi. Finalmente giungo in vista della mia meta, il rifugio Rosalba.

04 giugno 2005
Carcoforo - Rifugio Massero - Colle della Bottigia
NEL CUORE DEL PARCO DELL'ALTA VALSESIA

Istituito nel 1979 il Parco Naturale Alta Valsesia si caratterizza come parco alpino per eccellenza, sviluppandosi fino ai 4559 m. della Punta Gnifetti sul Monte Rosa ed è quindi l'area protetta più alta d'Europa.
In questo patrimonio ambiente di inestimabile valore, incontriamo ancora oggi la popolazione walser.
Specialisti nella colonizzazione dei territori a quote elevate, portarono appresso lingua e tradizioni germaniche.
Possiamo ancora oggi ritrovare la loro antica lingua, il "titsch", grazie alle iniziative culturali mirate alla sua conservazione e alla toponomastica dei luoghi. Mentre la loro cultura rivive nella piccola costellazione di villaggi ("dorf") con le caratteristiche abitazioni edificate in pietra e legno.

(Continua a pagina 6)

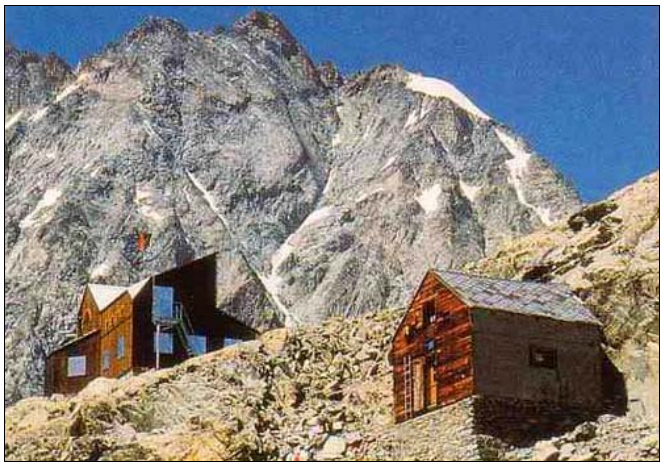
Le gite del Trimestre

(Continua da pagina 5)

Tra questi c'è anche Carcoforo, luogo di partenza del nostro viaggio di scoperta, il quale, nel panorama storico valsesiano, costituisce ancora oggi un vero e proprio enigma. Alcuni storici mettono persino in dubbio l'origine walser di questo borgo posto a oltre 1300 metri di quota, in una posizione del tutto assimilabile alle altre colonie walser della Valsesia. Ma il filone principale degli studi concorda nel collocare la storia del paese della Val d'Egua nell'ambito dell'epopea walser. Depongono comunque a favore di questa ipotesi le caratteristiche del costume tipico, il dialetto alemanno, e la stessa etimologia del nome del paese che sembra derivare dal tedesco Kirchof. Certamente la storia del piccolo centro coincide con quella vissuta dagli altri paesi dell'Alta Valsesia, con l'affermarsi della loro civiltà e della loro economia valligiana nel Medioevo, subito dopo la colonizzazione, l'alternarsi di momenti di fortuna e di difficoltà, il dibattersi tra i grandi poteri del tempo (in primo luogo i signori feudali legati alle famiglie del novarese e del vercellese e i Vescovi di Novara). La prima testimonianza dell'esistenza di una forma di autonomia comunale a Carcoforo risale al 1531, poco prima della cosiddetta "piccola età glaciale", un rovescio climatico durato decenni, che contribuì, a Carcoforo più che altrove, all'impoverimento demografico e all'emigrazione. L'isolamento e le difficoltà ambientali sono sempre state una costante della storia del paese, che ciononostante ha sviluppato nel tempo una sua identità, ha dato vita ad attività economiche agricole e pastorali, ma anche estrattive con le miniere aurifere.

17-18 giugno 2006
VALPELLINE
Rifugio Nacamuli
alla Comba D'Oren
(Val d'Aosta)

Il Col Collon, ubicato all'estremità settentrionale dell'incantevole Comba d'Oren, era probabilmente frequentato dalla più remota antichità per il collegamento tra la Val d'Aosta e il Vallese svizzero. Le prime notizie risalgono al Medioevo.
Da diversi documenti si è potuto stabilire che in località Prarayer, a oltre 2000 m di quota , si svolgeva una fiera nella quale veniva anche contrattato l'acquisto di bestiame. Vi prendevano parte Valdostani e Svizzeri .
Pare anche che un'analoga fiera si tenesse ad Arolla, sul versante elvetico le Alpi erano percorse da flussi commerciali e i passaggi avvenivano attraverso alcuni colli considerati agevoli.
I rapporti tra Valdostani e Svizzeri non sempre però sono stati cordiali. In più occasioni entrambi hanno tentato d'impadronirsi delle migliori terre dell'altro.
Così i Valdostani già nel Medioevo avevano organizzato posti di guardia e costruito baracche per sorvegliare il Col Collon. Il successivo periodo di crescita glaciale rese poi impraticabile il transito con il bestiame e gli animali da soma. Ancora nel secolo scorso sul colle vi era una croce in ferro datata 1754. Si narra che quando transitavano gli abitanti di Bionaz la voltavano verso il loro paese, mentre quando passavano gli Svizzeri la ruotavano verso il Vallese. Gli animi purtroppo non erano disposti a dimenticare le lunghe dispute.
Nel 1928, sulla via che porta la Col Collon venne inaugurato a quota 2818, il Rif. Principessa di Piemonte, della sezione del CAi di Torino che dopo il secondo conflitto mondiale prese il nome di Rif. Col Collon.
Ora al suo fianco sorge il nuovo Rif. Nacamuli inaugurato nel 1994 sul balcone panoramico di fronte alla catena della Sengla, della Becca d'Oren, della Pointe Kurz e Becca Vannetta.
E percorrendo la solitaria Comba d'Oren ci sembrerà di essere immersi nell'atmosfera solitaria che respiravano i pionieri dell'alpinismo ...



Il rifugio Nacamuli, balcone sulla val Pelline

01-02 luglio 2006
SENTIERO
DELLE AQUILE
Rifugio Aviolo - m 1930

"Una delle aree naturalisticamente più importanti del Parco dell'Adamello, ambienti molto spettacolari, ricchezza floristica e faunistica, interessante vegetazione, geologia e morfologia. Splendidi panorami. Resti di trinceramenti della Grande Guerra."

La conca dell'Aviolo è stata modellata dai ghiacciai quaternari: lo dimostra l'alto gradone roccioso, in cui sono state ricavate le "Scale d'Aviolo", che separa la parte superiore della valle da quella inferiore. Un grande pianoro si addentra fino alla testata della valle, circondata dal Monte Baitone, dal Monte Aviolo e da numerose altre cime. Il Piano dell'Aviolo è percorso dai serpeggianti meandri cristallini del torrente omonimo ed è stato originato dall'interramento di un antico lago. E' un luogo popolato da specie vegetali ed animali di grande importanza e costituisce anche un ottimo punto d'avvistamento per la fauna: non è raro l'incontro con il camoscio, che frequenta gli scoscesi versanti della valle e con la marmotta, di cui sono presenti numerosi nuclei familiari. Percorrendo l'intero pianoro si risale la testata della valle fino a raggiungere il Passo di Gallinera, da cui si domina l'omonima Val Gallinera e le impressionanti bastionate del Baitone.
A circa 15 minuti dal Rifugio Aviolo, sulla destra orografica della Valle, il Parco dell'Adamello ha realizzato un punto di osservazione faunistica, a disposizione di ricercatori e scolaresche.

Le gite del Trimestre

15-16 luglio 2006
VERSO L'ALTA LUCE
Hochlicht (m 3185)
Gruppo del Monte Rosa

Il nome dà lustro ad una vetta che regala scorci mozzafiato.
Da Gressoney si sale verso la "luce", figlia minore del Rosa che la sovrasta maestoso, seguendo due possibili itinerari, entrambi affascinanti.
Si tratta di una cresta, un luogo aereo che taglia il cielo in due. Si tratta di un itinerario escursionistico che offre, senza affrontare particolari difficoltà di progressione, un'ampia visuale sulle più belle vette delle Pennine, ovvero le cime walser del Monte Rosa.
Perchè walser? Ci troviamo nella valle di Gressoney, baluardo cisalpino della cultura walser. A partire dall'XII secolo il Goms, ovvero l'alto Vallese, diventa troppo stretto per l'accresciuta popolazione di lingua tedesca, così ha inizio una tra le più vaste migrazioni che abbiano interessato l'arco Alpino. Grazie ai feudatari, che possedevano tra le loro terre le testate delle valli attorno al Rosa, i walser si insediano stabilmente in territori prima adibiti al solo utilizzo estivo e danno origine a varie comunità che perpetuano, nell'uso della lingua, nei costumi, nelle tecniche agropastorali, la cultura d'origine.
Gressoney è il centro a sud del Rosa che più d'ogni altro cerca oggi di mantenere viva la cultura walser.
Testimone di questo passato è la stessa nostra meta, che pur trovandosi in territorio italiano e in una Valle, la Vallée, in cui a dominare sono il francese e il patois porta un nome che sa di Alpi orientali, laggiù al confine con l'Austria.
Ci si trova però in un abbraccio di 4000: Castore, Lyskamm e Piramide Vincent si stagliano netti contro il cielo mentre, in basso, il ghiacciaio del Lys continua il suo incessante mutamento. Più in alto si vedono i rifugi Mantova e Gnifetti, e sulla dorsale a fronte occhieggia il rifugio Quintino Sella, punto di partenza per l'assalto al Castore. Dall'Alta Luce tutto ciò che sta più in giù non conta.....
BOX TECNICO
La proposta molto ambiziosa è quella di salire all'Alta Luce e poi ancora più su, pernottando al Rifugio Mantova (m 3498)-
Due itinerari:
Itinerario a) Punto di partenza: la stazione di arrivo della funivia del Gabiet (2335 m) che si raggiunge percorrendo la strada regionale della Valle di Gressoney fino a Stafal e quindi salendo in funivia fino al Gabiet
Punto di arrivo: Hochlicht (3185m)
Dislivello in salita: 850m
Tempo di percorrenza: 3h all'Alta Luce
Tratto successivo Alta Luce - rif. Mantova: dislivello m 31-3 - tempo 1, 30'
Itinerario b)"nucleo duro"
Punto di partenza: Gressoney località Ciaval m 1830 circa - Dislivello complessivo m 1668 m al rifugio Mantova - Tempo: molto variabile calcolare almeno 5 di pura salita
Tratto da www.8000.it - di Michela Gornati

Scuola di Alpinismo BRUNO & GUALTIERO

La nuova struttura artificiale di arrampicata, sita nella palestra piccola della scuola media di via Paisiello , funzionante dalla primavera dello scorso anno, è sicuramente un' opportunità in più per la scuola di Alpinismo del CAI di Cinisello Balsamo, la Bruno&Gualtiero, di far conoscere la sua attività di formazione dei giovani nella nostra città e dintorni, infatti oltre ai tradizionali corsi di alpinismo, si propongono nuovi corsi di arrampicata, che puntano sopratutto a far imparare e migliorare il gesto atletico che attira certamente di più l'attenzione dei giovani. Un corso introduttivo è già stato fatto lo scorso novembre, con una decina di partecipanti, inoltre si sono fatte alcune serate propedeutiche con un gruppo di giovani scout. Ricordiamo che tutti i giovedì dalle 21 alle 23 la palestra è aperta al pubblico, ma sempre con la presenza di un esperto per qualsiasi suggerimento. L' impegno più importante è rivolto al laboratorio di arrampicata che tutti i mercoledì facciamo per due ore con gli studenti della stessa scuola media Paisiello. Un primo gruppo di 14 ragazzini ha partecipato durante il primo quadrimestre, un secondo di 12 è impegnato in questo fino al termine dell'anno scolastico.
I ragazzini di prima media che partecipano sono entusiasti di questa nuova attività, che porta a loro sicuri benefici sia fisico/motori che di tipo carattere/mentale per il controllo del proprio corpo in situazione di equilibrio precario e di volontà a superare le difficoltà di progressione. Questa opera, che si affianca a quella svolta dalla Sezione con il progetto "Sentire la montagna", è sicuramente meritoria per i volontari impegnati che ringraziamo sentitamente.

ANDARE PER MONTI FA BENE ALLA SALUTE

La salute è un bene prezioso, per conservarla al lungo bisogna proteggerla.
La via preventiva è la migliore .
Ci sono regole di base semplici ma importanti come l'attività fisica e uno stile di vita corretto.
Fra le tante pratiche sportive possibili l'escursionismo è semplice da esercitare, non richiede una preparazione specifica e il beneficio che fornisce il movimento ha un effetto immediato e a lungo termine.
Prima di tutto è rilassante, elimina lo stress agendo sul sistema nervoso centrale (la parte emotiva, sistema libico).
Il nostro organismo produce sostanze "endorfine" che creano il buon umore.
Praticato costantemente rafforza il sistema immunitario (le nostre difese naturali) che garantisce la protezione dalle malattie, in particolare quelle stagionali.

Gruppo di escursionisti davanti alle Pale di San Martino

La pratica di uno sport tonifica la muscolatura, rafforza il sistema osseo e previene l'osteoporosi, in una fase particolare della vita delle donne.
Stare in gruppo, inoltre, aiuta a socializzare, a conoscere altre persone e se stessi.
Socializzare vuol dire anche allontanare il male del secolo: la depressione.
Nel 30% dei casi, le persone che praticano attività sportive, guariscono dalla depressione.
In particolare l'andare in montagna da molteplici benefici: l'aria pulita ossigena il sangue che nutre le cellule del nostro corpo, accelerandone il metabolismo.
Il coordinamento spazio-visivo aiuta l'equilibrio e il superare prove e difficoltà di vario tipo ci permette di raggiungere maggior autostima e sicurezza nelle proprie possibilità.
Il paesaggio di montagna, con le sue forme, colori, profumi, ecc., stimola i nostri sensi che agiscono sulla memoria e l'equilibrio, e l'emotività positiva che ne deriva ci dona sensazioni di benessere.
Buona montagna.

Masha

CAI CINISELLO BALSAMO

Club Alpino Italiano Sezione di Cinisello Balsamo
Via G. Marconi, 50 - 20092 Cinisello Balsamo