



CAI

NOTIZIARIO

Gazzada Schianno

Ciaspoliamo insieme 2023

 A
I
G
A
Z
Z
A
D
A

S
C
H
I
A
N
N
O


6° Edizione del Corso di avvicinamento
all'Escursionismo in Ambiente Innevato con Ciaspole

3 Lezioni in Sede CAI alle ore 20,45

Mercoledì 25 Gennaio 23

Mercoledì 01 Febbraio 23

Mercoledì 08 Febbraio 23

3 Uscite in Ambiente

Domenica 29 Gennaio 23: Passo del Sempione

Domenica 05 Febbraio 23 Rifugio M. Luisa, Passo S. Giacomo

Domenica 12 Febbraio 23 Chamois P. Fontanafredda

Quota di partecipazione € 20,00

Tessera CAI obbligatoria

- * Il corso accetterà i primi 20 iscritti.
- * Lezioni tenute da Accompagnatori Titolati CAI con specializzazione in Escursionismo in ambiente innevato EAI.
- * Località delle uscite da confermare in base alle condizioni di innevamento.
- * Spostamenti verso le località prescelte per le uscite in auto con costi non compresi nella quota di partecipazione.
- * Possibilità di noleggio attrezzatura (Ciaspole, ARTVA) in sede CAI a tariffe vantaggiose.

Informazioni in sede (tel. 379 2933456) il martedì e venerdì
dalle 21.00 alle 22.30
o presso ANE Annalisa cell 347 0855089,
AE EAI Bruno cell 339 1010998, AE EAI Attilio cell 349 5925273

CAI GAZZADA SCHIANNO

<http://www.caigazzadaschianno.it/>

via Roma 18 tel 379 2933456

email caigazzadaschianno@gmail.com

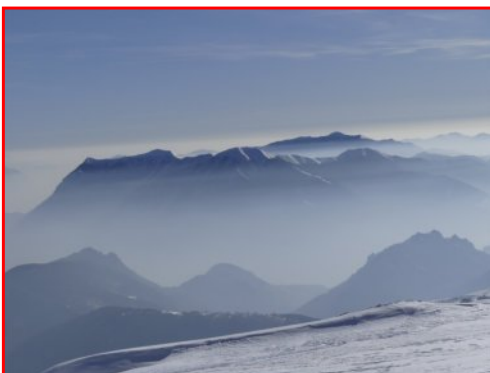
Carissimi tutti,
il 6 gennaio, con la ormai classica ciaspolata dei "Cammelli", è ufficialmente ricominciato il programma 2023.

Splendida compagnia, bellissima escursione con bel tempo e abbastanza neve.

L'unica "lamentela" dei partecipanti è stata la scarsità di vino rosso, ma le alternative non sono certo mancate!

È iniziata anche la sesta edizione del nostro corso di avvicinamento alla frequentazione dell'ambiente innevato con ciaspole.

Ringrazio di cuore i numerosi iscritti, più di 20, che hanno aderito a questa iniziativa come



pure gli accompagnatori che, a diverso livello, si impegnano a trasmettere non solo la loro conoscenza tecnica ma quello che è uno dei valori fondamentali in montagna: la "consapevolezza".

Oggi, sempre più spesso, ci capita di vedere con quanta superficialità sempre più persone frequentano le alte terre.

Solo una decina di anni fa, il Soccorso Alpino effettuava circa 5.000 interventi all'anno.

Oggi siamo a circa 10.000, cioè il doppio!

Ecco il senso profondo di questo corso e della formazione che viene svolta: conoscere ed essere consapevoli!

La prima delle due gite sciistiche proposte sta ottenendo una buona adesione. Siamo fiduciosi che sarà così anche per la seconda e, magari, in grado di aggiungerne altre.

Anche il tesseramento e la riapertura al martedì stanno riscuotendo un buon successo: speriamo di continuare così!

Purtroppo, in questo momento, le attività dei "Buontemponi" sono ferme: le persone che, per anni, hanno guidato questo gruppo della Sezione hanno deciso diversamente e di non continuare.

Colgo l'occasione per invitare a farsi avanti, a proporsi per riprendere le attività...

Questo gruppo è stato sempre importante, non solo per la qualità delle escursioni ma anche

per la capacità di coinvolgere tante persone, anche di altre Sezioni. E di questo dobbiamo ringraziare tutti.

Grazie e a presto!

Andrea

Buone regole di comportamento per le uscite in gruppo:

-leggi attentamente la relazione della gita e valuta le tue capacità fisiche;

-attieniti alle istruzioni dei capogita;

-sii puntuale agli orari;

-non sopravanzare il conduttore di gita;

-non abbandonare il gruppo o il sentiero;

-non ti attardare per futili motivi;

-coopera al mantenimento dello spirito di gruppo ed alla sua compattezza;

-rispetta l'ambiente, non abbandonare rifiuti, non cogliere vegetali, non produrre inutili rumori molesti.

Grazie per la collaborazione.

Leggere attentamente le note per le misure anti covid-19 a cui attenersi durante l'escursione

Attenzione: iscrizione solo via SMS o messaggio WhatsApp ai direttori di escursione.

4) Domenica 5 Febbraio 2023 6° Edizione di avvicinamento all'ambiente innevato 2° uscita Rifugio M. Luisa Passo San Giacomo.



Quota massima: Passo S. Giacomo m. 2313

Durata: ore 4,30 circa

Attrezzatura consigliata: scarponi, bastoncini, ramponcini, abbigliamento adeguato alla stagione, **OBBLIGATORIO: KIT – ARTVA, PALA E SONDA.**

Località partenza: Riale 1731 m.

Località arrivo: Idem

Difficoltà: EAI WT2

Partenza: ore 6,30 dal parcheggio Italo

Cremona Gazzada

Quote soci € 23,00 non soci € 25,00 + assicurazione.

Costi calcolati con viaggio in auto e 4 persone a bordo

Direttore di escursione: Annalisa Piotta, Attilio Motta, Bruno Barban.

Attenzione: iscrizione solo via SMS o messaggio WhatsApp ai direttori di escursione:

Annalisa PIOTTO 347 0855089

Attilio Motta 349 5925273

Bruno Barban 339 1010998

Itinerario: Il punto di partenza di questa escursione è Riale 1.731 m., frazione di Formazza che si incontra a monte delle cascate del Toce. Superato l'hotel Aaltdorf si attraversa il ponte e si lascia l'auto in un ampio spazio sterrato. A questo punto ci sono due possibilità: percorrere la strada che, con



ampi tornanti risale il costolone o immergersi su sentiero che taglia dritto per i suddetti tornanti, permettendo di accorciare il percorso della metà, almeno dal punto di vista chilometrico. Si può altresì scegliere di cominciare con la strada e continuare con il sentiero che incrocia la stessa in numerosi punti del percorso. Mentre saliamo pian piano, lo sguardo si posa sull'altopiano di Riale e sul lago di Morasco con relativa diga e i monti di contorno.

Al termine del costolone 2.120m. h1 e 05' la via si fa pianeggiante e si addentra in una bella vallata, qua e là deturpata dagli impianti per lo sfruttamento idrico a fini elettrici. Poco prima di raggiungere il rifugio Maria Luisa che rimane nascosto alla vista perché situato in una conca, sulla destra (2.157 m. 15') si stacca un sentiero (segnalatica) che conduce al lago Kastel. Nel pianoro dietro la casa faremo le esercitazioni di ricerca ARTVA, sondaggio e scavo.

I partecipanti alla gita proseguono lungo il



Attenzione: iscrizione solo via SMS o messaggio WhatsApp ai direttori di escursione:

Annalisa PIOTTO 347 0855089

Attilio Motta 349 5925273

Bruno Barban 339 1010998

Situato a 1815 metri d'altitudine, Chamois è il comune più alto della Valle d'Aosta ed uno fra i più alti d'Italia. Chamois è raggiungibile principalmente mediante una funivia. Di conseguenza in questa località non circolano le vetture. Chamois, infatti, dal 2006 può fregiarsi dell'appellativo di "Perla delle Alpi" e

sentiero che in 5' ci porta al Rifugio Maria Luisa 2160 m. dal rifugio proseguiamo lungo la strada sterrata in salita e arriviamo così, in circa 10 minuti sulla diga del Lago del Toggia. La diga, costruita negli anni 1929-32 sul Torrente Roni, ha una lunghezza di 199 metri ed è alta ben 44 metri. Costeggiando il lago alla sua sinistra si percorre ora un largo sentiero lungo circa 3.3 km (e 120 metri di dislivello) che ci porta in poco meno di 1h al Passo San Giacomo, un valico alpino sul confine tra Italia e Svizzera, collegando così Formazza nell'omonima valle con Airolo passando per la Val Bedretto, nell'alto Canton Ticino.

A ridosso del cippo che segna il confine si trova la vecchia caserma della Guardia di Finanza utilizzata, fino alla fine degli anni Settanta, per i controlli doganali e anticontrabbando.

Per il ritorno si segue la stessa via percorsa all'andata.

5) Domenica 12 Febbraio 2023

6° Edizione di avvicinamento all'ambiente innevato

3° uscita Chamois Fontanafredda.

Quota massima: Fontanafredda 2513 m.
Punta Falinere 2763 m.

Dislivello in salita/discesa m. 780

Durata: ore 5,00 circa

Attrezzatura consigliata: scarponi, bastoncini, ramponcini, abbigliamento adeguato alla stagione, 2 moschettoni a ghiera, 7 mt cordino da 8 mm. **OBBLIGATORIO: KIT – ARTVA, PALA E SONDA.**

Località partenza: Chamois 1810 m.

Località arrivo: Idem

Difficoltà: EAI WT2

Partenza: ore 6,30 dal parcheggio Italo Cremona Gazzada

Quote soci € 28,00 non soci € 30,00 + assicurazione.

Direttore di escursione: Annalisa Piotto, Attilio Motta, Bruno Barban.



fa parte di una costellazione di località dell'arco alpino che associa luoghi montani fra i più belli d'Europa, uniti dalla comune volontà di promuovere la tutela del territorio e gli spostamenti liberi dal vincolo dell'automobile.

Itinerario: Dal centro del paese parte il sentiero 1 per il Lago di Lod. (oltre la partenza della seggiovia). Occorre comunque seguire la traccia che sale per la massima pendenza. Dopo alcuni bivi la traccia sale decisa fra i prati passando a fianco le ultime case. Proseguiamo diritti seguendo il sentiero fra muretti per poi intersecare la sterrata, che compie due tornanti. Lasciata la poderale, il sentiero piega un poco verso destra passando sotto la seggiovia e sotto dei muretti in pietra. Si arriva così al Lago di Lod, dove arriva anche la sterrata (ore 0.30 da Chamois). Seguiamo la freccia che indica il sentiero 107 e saliamo seguendo il tracciato dei piloni, con belle viste sul lago. Dopo pochi minuti si fuoriesce sulla pista/poderale che ricalca comunque il tracciato del sentiero 107, abbastanza ripida. La si segue sino a dove curva decisamente a destra e diviene quasi pianeggiante. Si segue il percorso della pista/poderale in falsopiano sino ad un tratto quasi pianeggiante ove termina la prima tratta della seggiovia di Fontana Fredda. Poco dopo la stazione di arrivo della prima

stratta la sterrata si biforca.

Prendiamo il ramo di destra che prende a salire, aggirando alcune collinette. Il Santuario divenuto visibile, scompare poi dietro le propaggini della cresta che lo collega al Colle di Fontana Fredda. A metà salita un'altra biforcazione. Seguiamo la strada che sale a sinistra, diretta verso il colle. Proseguiamo a salire con alcuni ripidi tornanti sino a fuoriuscire sull'ampio Colle Fontana Fredda. Per raggiungere il santuario seguiamo la sterrata che passa a sud del piccolo promontorio, raggiungendo prima la stazione di arrivo della seconda tratta della Funivia Fontana Fredda (da dove si ha una bella vista verso il Cervino) e poco dopo al piccolo Santuario di Clavalité (ore 2.10 da Chamois). Da qui in 3540 minuti possiamo raggiungere la Punta Falinere a m. 2763

Per la discesa seguiremo il tracciato delle piste da sci rimanendo all'esterno delle stesse.

I partecipanti alla gita oltrepassato il santuario, il sentiero prosegue attraversando un avvallamento. Superate alcune propaggini della Point de Falinière, si perviene ad un lungo falsopiano, con tratti in leggera discesa, verso una piccola conca nella quale si trova un



laghetto di forma circolare. Dopo il laghetto si riprende a salire e ci si trova così verso l'anfiteatro terminale del vallone di Chamois. Ancora a mezzacosta raggiungiamo un secondo laghetto, di forma allungata é l'inizio del tratto finale. Il sentiero diviene una traccia fra grossi massi e superato un torrente incrociamo il sentiero che scende dal Col de Nannas che ci porta dall'altra parte della valle scendiamo lungo il sentiero n° 3° che ci porta alla località Cleva Bella m. 2240, Foresus m. 2080, Crepin m.1900 e infine il punto di partenza.

6) Domenica 26 Febbraio 2023 Punta Leretta da Coumarial.

Quota massima: Punta Leretta m. 2051

Dislivello in salita/discesa m. 700

Durata: ore 5,00 circa

Attrezzatura consigliata: scarponi, bastoncini, ramponcini, abbigliamento adeguato alla stagione, 2 moschettoni a ghiera, 7 mt cordino da 8 mm. **OBBLIGATORIO: KIT – ARTVA, PALA E SONDA.**

L'itinerario è adatto sia alle ciaspole che allo scialpinismo.

Località partenza: Pian Coumarial nel comune di Fontainemore (AO) Quota 1455 m.

Località arrivo: Idem

Difficoltà: EAI WT2

Partenza: ore 6,30 dal parcheggio Italo Cremona Gazzada

Quote soci € 26,00 non soci € 28,00 + assicurazione.

Direttore di escursione: Ivano Facchin, Simone Barsanti.

Attenzione: iscrizione solo via SMS o messaggio WhatsApp ai direttori di escursione:

Ivano Facchin 338 286 9785.

Simone Barsanti 338 350 3602

L'escursione odierna, ricalca in buona parte il classico anello scialpinistico alla Punta Leretta, la cui cima vera si trova a Q. 1.997m e alla più evidente quota di 2.051m che viene tradizionalmente considerata la vetta. La salita alla Punta Leretta è un facile itinerario molto

RITORNA LO SCI

Dopo gli anni difficili della pandemia con chiusure, obblighi e restrizioni, andiamo a proporre per il 2023, due gite sciistiche in località interessanti, sia per le piste che per i prezzi, con l'intento di stimolare gli amici che hanno frequentato le nostre gite negli anni passati e attirare magari altri sciatori in cerca di nuova compagnia.

Le gite in programma sono:

Domenica 05 Febbraio a VALTOURNENCHE – CERVINIA

Prezzo bus: soci € 25,00 non soci € 27,00 + costo assic. obblig.

Giornalieri : Valtournenche € 32,50 Cervinia € 46,00 *



Domenica 26 Febbraio VIA LATTEA - SESTRIERE

Prezzo bus: soci € 28,00 non soci € 30,00 + costo assic. obblig.

Giornalieri : Via Lattea € 34,00*

*** Prezzi del giornaliero alla data odierna, soggetti a possibili modifiche**

Non esitate a contattarci, vi aspettiamo numerosi.

Attenzione: iscrizioni solo via Sms o messaggio Whats App ai Responsabili:

Margherita Mai 347 2361902

Renato Mai 328 7696141

Sede 379 2933456



panoramico. Dalla vetta, dominata dall'imponente mole del Monte Mars, si scorgono anche il Monviso e il Cervino, oltre a tutte le montagne della parte bassa della valle del Lys.

Itinerario: Dal parcheggio di Pian Coumarial si segue la strada a bordo della pista di fondo, seguendo il percorso verde, in breve si perviene a un evidente bivio, si svolta a dx in direzione sud, seguendo le indicazioni delle paline verdi (percorso racchette). Si continua sulla strada, salendo dolcemente fino a

giungere alle baite Vercosa; proseguendo si incontra un bivio: itinerario verde a sinistra e rosso a destra; si segue quest'ultimo fino all'Alpe Leretta. Qui si abbandona la strada e si prende la buona traccia a sinistra sul costone della Leretta. La traccia si fa ripida nel bosco fino ad

uscire su un traverso da cui si scorge la vetta. Si passa nei pressi di un affioramento roccioso, questa è la vera Punta Leretta 1997 m. Si prosegue sul lato ovest con qualche saliscendi e con un ultimo strappo ripido si raggiunge la più evidente quota 2051 m che viene considerata tradizionalmente la vetta, proseguendo sempre sulla cresta in direzione del monte Mars con una brevissima discesa si raggiunge il Pian Dou Juc, dove è presente una baita e dove consumeremo il nostro pranzo al sacco; se le condizioni del manto nevoso lo consentono, prima di pranzare, possiamo

proseguire per un breve tratto sulla dorsale nord-ovest che coincide con il sentiero 2D che è la via normale estiva di salita al monte Mars, fino a guadagnare la quota di circa 2.200m.

Per la discesa, dal Pian dou Juc si devia sul versante nord scendendo verso le baite del Crest, qui incrociamo anche il percorso blu teniamo la sinistra e continuiamo a scendere dopo qualche centinaio di metri ignoriamo lo stacco, sulla destra, del percorso blu e rimaniamo su quello rosso fino a raggiungere le baite Creus, si incontra l'itinerario verde e lo si segue scendendo nella bella pineta fino a pervenire su una sterrata, seguirla per un breve tratto a sinistra e giungendo al bivio di partenza chiudiamo il nostro giro ad anello. Da qua in breve al Parcheggio di Pian Coumarial.

Programma Ciaspole 2023

Da Giovedì 9 a Domenica 12 marzo 2023:
Ciaspole Dolomiti Dobbiaco.

Domenica 26 marzo 2023: Ciaspole

Hohture (2.409 m) da Rothwald (Svizzera).
Disl. 650 m – Diff. WT2 – Tempo di salita
2,30 h – Tempo totale 4,30 h -

L'angolo della buona letteratura di montagna

Io cammino da Sola

Io cammino da sola di Alessandra Beltrame è un elogio del camminare, un elogio della solitudine ma è anche, e soprattutto, un elogio del ritrovarsi: il viaggio come ricerca di sé non sta nella meta da raggiungere, ma nella strada da percorrere.



Non è detto che valga per tutti, ma per Alessandra Beltrame sì!

Nel Preludio di Io cammino da sola (Tre incipit per una solitudine) l'autrice esordisce dichiarando "mi sono licenziata dal posto fisso. Ho abbandonato la

scrivania e la vita sedentaria perché ero infelice". Un gesto che alla maggior parte della gente può apparire folle, mentre io lo definirei una presa di coscienza più che un colpo di testa.

A cinquant'anni suonati Alessandra, giornalista per un importante gruppo editoriale con sede a Milano, un ottimo stipendio e una vita stabile, ben delineata, realizza di non essere felice. Glielo dice il suo corpo che si riempie di bolle, un eritema curabile grazie a dei semplici farmaci che però a nulla le valgono contro l'infelicità. Così Alessandra decide di licenziarsi e inizia a camminare in cerca di una strada, silenziosa e solitaria, che la conduca alla profondità dell'io.

Il suo cammino è da intendersi non come medicina, ma come terapia: un atto liberatorio che la spinge verso la



compiutezza interiore necessaria a spianare la strada al cambiamento (che poi, detto inter nos, rappresenta il fine ultimo di qualunque viaggio).

Nel secondo incipit del Preludio di Io cammino da sola, Alessandra Beltrame attacca con un'altra frase secca, decisa, un po' brutale forse. "Non sei mai stata tanto sola come lo sei ora".

Si rivolge a sé stessa e a tutti i solitari, coloro che si sentono soli anche quando sono circondati di gente, afflitti da quella solitudine creativa che li spinge a sfidare i propri limiti.

Perché la solitudine non è una condizione fisica ma uno stato dell'anima, un sentimento conflittuale del quale è impossibile liberarsi e con cui, semplicemente, si può imparare a convivere. Il cammino, come gesto lento, meditato e consapevole, aiuta in questo.

Il giorno in cui inizia a camminare, Alessandra scopre che la vita non è fatta

Pizza alla Scarola

Impasto: 500 g farina 00, 315 ml acqua, 1 uovo, 30 g cucchiaini olio evo, 10 g sale fino, 10 g lievito di birra fresco, 1 cucchiaino di zucchero.

Ripieno: 150 g provola affumicata, 150 g salsiccia, 3 cucchiaini di olive snocciolate nere o taggiasche o leccine, 1 cespo scarola liscia, 1 cucchiaino di capperi, 1 spicchio d'aglio, olio evo, sale e pepe.



lavorata per mezz'ora, oppure usate la pasta per la pizza, ungendola per bene.

Sbollentate le scarole, io uso la vaporiera in microonde. In una padella con olio e aglio saltate le scarole, aggiungete olive, capperi, ed acciughe. Eliminate il liquido che si è creato prima di aggiungere la scarola sull'impasto.

Riprendete l'impasto e dividetelo in due parti. Su una spianatoia stendete la prima metà d'impasto tirandola sottile e mettetelo in una teglia da forno rivestita con carta da forno aggiungere le scarole, salsiccia spezzettata con le mani e dadini di provola e spolverate di pepe.

Stendete a chiusura l'altra parte dell'impasto e coprite il tutto facendo combaciare i bordi e bucate con una forchetta e spennellatela con un filo d'olio.

Cuocete in forno già caldo a 200° per 20-25 minuti. Appena cotta sfornate la vostra pizza con scarole e salsiccia e copritela con un canovaccio pulito e umido per renderla morbida. Buon appetito! PS questa è la versione ricca è naturalmente possibile togliere ... proteine.

Per prima cosa preparate l'impasto, farina, lievito (acqua zucchero e 30gr. di lievito), l'uovo, l'acqua il sale e l'olio; se usate l'impastatrice il tutto si deve incordare per bene, a mano invece, deve essere

Elisa Mazzi

INFORMAZIONI E COMPORTAMENTI DA TENERE - PREVENZIONE COVID-19 PER I SOCI COLLABORATORI DELLA SEDE SOCIALE ("SEZIONE")

Lavarsi spesso le mani, soprattutto in entrata e in uscita dagli ambienti comuni.

Detergere le mani con l'apposito gel disinfettante messo a disposizione.

Mantenere una distanza interpersonale di almeno un metro.

Coprirsi bocca e naso con fazzoletti monouso quando si starnutisce o tossisce, altrimenti usare la piega del gomito.

Evitare l'uso promiscuo di bottiglie e bicchieri, nonché di cancelleria in generale.

Non toccarsi occhi, naso e bocca con le mani.

Usare la mascherina in ambienti promiscui e soprattutto quando si incontrano persone terze all'ambiente sociale ristretto.

Si raccomanda l'uso dei guanti "usa e getta" nelle attività di ricezione di documenti o di pagamenti, o lavarsi le mani dopo che si è ricevuta la documentazione.

Rimandare qualsiasi contatto non strettamente necessario e, se proprio non possibile, ricevere solo su appuntamento.

Obbligo di rimanere al proprio domicilio in presenza di febbre (oltre 37,5°) o altri

sintomi influenzali e di chiamare il proprio medico di famiglia e l'autorità sanitaria.

Ingresso e/o permanenza in sede non consentito, con l'obbligo di dichiararlo tempestivamente laddove, anche successivamente all'ingresso, sussistono condizioni di pericolo (sintomi influenzali, temperatura fuori norma, provenienza da zone a rischio o contatto con persone positive al virus nei 14 giorni precedenti, etc).

Obbligo di informare tempestivamente e responsabilmente il responsabile di sezione della presenza di qualsiasi sintomo influenzale, avendo cura di rimanere a distanza dalle persone presenti.

Utilizzo, obbligatorio e in modo corretto, delle mascherine.

Accesso vietato a chi, negli ultimi 14 giorni, abbia avuto contatti con soggetti risultati positivi al COVID-19.

Si raccomanda l'igienizzazione della propria postazione lavorativa, in particolare tastiere, mouse e schermi touch con i detergenti messi a disposizione.

Assembramenti all'interno della sede non consentiti.

Limitazione al minimo indispensabile degli spostamenti all'interno della sede e nel rispetto delle norme indicate (uso mascherina e distanza interpersonale).

Pulizia delle superfici con disinfettanti a base di cloro o alcool.

di riti e di noiose abitudini ma di tempo e spazio, coordinate che troppo spesso sottovalutiamo e che il cammino, nella ripetizione ipnotica dei passi, ci insegna a recuperare.

Lei sceglie di percorrere le Antiche Vie, quelle in grado di resuscitare mondi arcaici, e dopo i primi cammini compiuti in gruppo decide di affrontare la solitudine senza sconti, prendendola di petto. Noi lettori le stiamo accanto silenziosi quando, in pieno inverno, esce da Udine e intraprende il suo cammino lungo la via Francigena e sempre in silenzio la accompagniamo nel tragitto tra il prima e il dopo, tra la vita che lascia e la vita che

trova.

Un cammino non è fatto per dimenticare e non è fatto nemmeno per scappare, tutt'altro: se lasci qualcosa in sospeso, te lo restituisce con gli interessi. In questa dimensione il paesaggio diventa la cornice di un viaggio interiore in cui la ripetitività dei passi sollecita la memoria e intona una mantra di ricordi, desideri, sogni, affetti e amori che rimandano a livelli superiori di conoscenza e di percezione.

Giorno dopo giorno, un passo dietro l'altro, la paura di non farcela si trasforma nella capacità di testare i propri limiti e tutto ritrova la sua collocazione: i pensieri si fanno luminosi, gli incontri, umani o

animali che siano, hanno sempre qualcosa da offrire e la meta cessa di essere il fine e diventa il mezzo per vivere il "durante", il "qui e ora", essenziale a qualsiasi cambiamento e trasformazione.

Sarà che faccio parte del gruppo di solitari e quindi, in qualche modo, mi sono sentita chiamata in causa dal suo narrare; sarà che ho scelto anch'io il mestiere di scrivere e una bella penna la riconosco da lontano, ma io cammino da sola è un libro denso, e al contempo scorrevole, in cui ognuno di noi può trovare qualcosa di sé.

Recensione di Diana Facile

Tratto da <https://mappalibro.it/io-cammino-da-sola-di-alessandra-beltrame->

Nome Latino: Erythronium dens-canis

Famiglia: Liliaceae

Classe: Liliopsida

Ordine: Liliales

Chiamato anche Eritronio o Collostorto.

Il nome si rifà alla forma del bulbo sotterraneo che ricorda, nella forma, un dente, Collostorto invece è riferito all'aspetto del fiore con i petali rivoltati verso l'alto, lo scapo ripiegato verso il basso.

(Lo scapo è il nome dato ad un fusto, senza foglie e rami, che porta i soli fiori terminali).

È uno dei primi fiori che si trovano nei boschi all'inizio della primavera...

Pianta perenne, di aspetto erbaceo, fusto eretto, dotata di bulbo fusiforme biancastro che ricorda nella forma il dente di un cane. Altezza 10-20 cm.

Le foglie, in genere 2, con lamina verde-glaucos intensamente maculata di porpora, lanceolato-ellittica, lunghe 10-15 cm e larghe 3-4 cm, hanno margine intero.

I fiori penduli e solitari, hanno 6 petali lanceolati di colore bianco, rosa o lilla ripiegati all'indietro lasciando sporgere gli stami dalle antere bluastre e lo stamma trilobo.

Piccolo Dizionario di Flora Alpina: Dente di Cane



I frutti sono capsule ovoidali, che contengono numerosi semi scuri.

Annalisa Piotto



recensione/

Alessandra Beltrame

Io cammino da Sola – Ediciclo Editore

Rubrica a cura di Annalisa Piotto

NOVITÀ DALLA NOSTRA BIBLIOTECA

Cari soci,

la nostra Sezione dispone di un piccolo "tesoro": qualche centinaio di pubblicazioni, fra manuali tecnici, guide, libri di narrativa e carte escursionistiche. L'obiettivo del Consiglio Direttivo è stato quello di catalogare questa dotazione, renderla ricercabile ai soci anche on-line e incrementarla mediante donazioni e acquisti.

Per la catalogazione e la ricerca abbiamo da poco aderito ad un catalogo collettivo, insieme ad altre 115 biblioteche CAI.

Ci potete trovare al seguente link: <http://mnmt.comperio.it/biblioteche-cai/gazzada-schianno/>

Ultimata la catalogazione é ora quindi possibile ricercare on-line la dotazione della nostra biblioteca.

Chi fosse interessato invece a consultare prendere in prestito una delle pubblicazioni presenti potrà farlo, durante i giorni di apertura, presso la nostra sede.

Per incrementare la dotazione ci rivolgiamo anche a Voi, cari soci!

Se avete non solo manuali, guide, cartine ma anche libri, purchè relativi alla montagna, e Vi sentite di donarli alla biblioteca della Sezione...non esitate...sappiate che saranno ben accetti e custoditi!

Grazie e a presto.

Andrea F.

Tesseramento

Con la conclusione dell'anno sociale (31 ottobre) è terminato il tesseramento del 2022 e si è aperto quello per il 2023

Per i soci in regola con il tesseramento 2022 la copertura assicurativa sarà valida fino al 31 marzo 2023.

Le categorie e le quote stabilite dal CAI centrale e confermate dalla Sezione sono le stesse, invariate ormai da anni:

- socio ordinario: € 43,00
- socio ordinario agevolato (soci "juniores" con età tra i 18 e i 25 anni): € 23,00
- socio familiare: € 23,00 (coabitante allo stesso indirizzo del socio ordinario)
- socio giovane (minorenni nati nel 2004 e anni seguenti): € 18,00
- secondo socio giovane e successivi: € 11,00
- nuovi soci: € 5,00 una tantum per tessera e distintivo + quota socio come sopra

I non soci potranno partecipare alle nostre attività (escursioni e gite sociali, ad eccezione di quelle alpinistiche) pagando un leggera maggiorazione della quota prevista e l'assicurazione giornaliera.



"Dove soci e amici del Club Alpino Italiano sono di casa"

Il Club Alpino Italiano ha aperto i propri sistemi ai Soci con My CAI!

My CAI è una piattaforma online riservata ai Soci maggiorenni, con funzionalità specifiche dedicate ai nuclei familiari.

Per accedere basta digitare sul proprio browser Internet: <https://soci.cai.it/my-cai/home>

Nella schermata iniziale ci sono le indicazioni per ottenere, se non si hanno ancora, le credenziali di accesso alla propria area personale.

Una volta inserite le credenziali (indirizzo e-mail e password) si apre la schermata principale, il cosiddetto "PROFILO ON-LINE (POL)" dove, nella pagina di benvenuto, sono visualizzati i dati essenziali, le assicurazioni, i titoli, le qualifiche e le cariche istituzionali (di sezione) del socio. C'è anche la possibilità di scaricare il

certificato di iscrizione al CAI e di modificare i propri riferimenti (contatti, password, foto del profilo, ecc ecc) e le proprie preferenze (soprattutto nell'ambito della privacy).

In un'altra parte c'è la gestione delle assemblee (regionali e nazionali), con particolare riguardo alle convocazioni e alle deleghe, ormai gestite elettronicamente con conseguente eliminazione della prassi cartacea.

Come potete vedere è un'evoluzione più moderna del nostro Sodalizio, con l'invito a una maggior diffusione e utilizzo da parte di tutti i Soci. Raccogliendo, poi, specifico invito emerso nel corso del recente Convegno sulla comunicazione interna, si evidenzia come, quello che poteva essere in precedenza intesa come una raccomandazione, sia divenuta esigenza imprescindibile per il corretto funzionamento ed efficientamento della comunicazione stessa da e verso il Corpo Sociale e indispensabile per l'inserimento del socio nelle attività sociali.

La Sezione resta ovviamente a disposizione per qualsiasi chiarimento e supporto.

Andrea F.

Cara socia/caro socio

Con molto piacere ti comunico che è uscito il quarantesimo numero di Salire, il periodico di informazione del CAI Lombardia.

Salire è stato pubblicato sul sito www.cailombardia.org sia nella versione PDF sia nella versione sfogliabile per tablet e pc.

<https://tinyurl.com/mrm99aku>

Un cordiale saluto, con l'auspicio che Salire sia un utile strumento per la crescita associativa e di approfondimento ma, soprattutto, che possa crescere e migliorare con il contributo di tutti.

Chi vuole contribuire come redattore lo faccia presente in sezione.

email.cai.gazzadaschianno@gmail.com

<http://www.caigazzadaschianno.it/>



RIFUGIO A. LOCATELLI - S. INNERKOFLE

Questo mese vi portiamo nel meraviglioso parco naturale delle **Tre Cime di Lavaredo**, patrimonio naturale dell'umanità UNESCO, per parlarvi di uno dei più prestigiosi rifugi del CAI e indubbiamente di uno dei più celebri delle Dolomiti il "Dreizinnenhütte" nome in tedesco del primo edificio eretto in prossimità dell'aperta forcella di Toblin, confine tra il comune di Dobbiaco (BZ) e quello di Sesto (BZ).

Nel 1881 il proprietario dell'hotel Post di Sesto, Karl Stemberger, propose di costruire un rifugio per la sezione Alta Pusteria del Deutscher und Österreichischer Alpenverein, il club alpino austro-tedesco, presso la forcella di Toblin. Dopo un sopralluogo dell'intera sezione, tutti i partecipanti rimasero entusiasti del panorama unico che si gode sulle Tre Cime di Lavaredo, sul Monte Paterno e sulle montagne circostanti, e decisero di costruire il rifugio. Karl Stemberger assunse la direzione dei lavori, mentre il progetto fu realizzato dal presidente della sezione, l'ingegner Rienzner di Dobbiaco. I lavori iniziarono nella primavera del 1882. In due mesi si procurò il materiale e si eresse un semplice edificio ad un piano di 4x8 m di pietra tagliata con il tetto ad una falda. Il piccolo rifugio comprendeva al piano terra una sala attrezzata, una cucina in muratura, due tavoli, panche ed alcune sedie. Accanto ad essa vi era una porta che conduceva ad una seconda stanza che fungeva da giaciglio per i pastori. Sul lato est, vi era una scala esterna che portava al sottotetto, che conteneva fino a dieci giacigli. Il piccolo rifugio doveva essere aperto per l'autunno, ma il tempo non fu sempre favorevole, infatti proprio nel 1882, si ricorda in tutta l'Alta Pusteria un'alluvione nel mese di settembre. L'inaugurazione slittò quindi al 1883. Per la sua realizzazione si spesero 1.250 fiorini, di cui 900 provennero dalla cassa centrale ed il resto fu pagato invece dalla sezione.

Il rifugio fu però distrutto durante la prima guerra mondiale da una granata italiana.

Nel 1922 venne ricostruito un piccolo rifugio al posto del precedente, dalla sezione Alta Pusteria dell'Alpenverein Südtirol. Nel 1923 il rifugio venne espropriato a favore delle sezioni del CAI di Bolzano e di Padova, le quali nel 1935 lo ricostruirono ex novo in una posizione leggermente spostata rispetto all'originario, l'inaugurazione avvenne nel 1937 e venne intitolato alla memoria del pilota ed accademico del CAI Antonio Locatelli al cui nome è stato in seguito, per volontà del Cai di Padova che nel 1945 acquisì la quota di proprietà del Cai di Bolzano, affiancato quello della guida Sepp Innerkofler che fu il gestore del primo Dreizinnenhütte. Apro una breve parentesi per darvi qualche informazione sui due:

Antonio Locatelli nacque a Bergamo, il 17 aprile 1895, e morì nell'eccidio di Lechemti durante la guerra d'Etiopia il 27 giugno 1936. Fu un pluridecorato aviatore (unico militare italiano ad aver ottenuto tre medaglie d'oro al valor militare), giornalista, politico italiano, alpinista, accademico del CAI e, alla morte, presidente del CAI di Bergamo che dal 1937 porta il suo nome. Durante la prima guerra mondiale si distinse come pilota dell'aviazione militare e le sue audaci imprese lo resero celebre. Partecipò al famoso volo su Vienna con D'Annunzio. Abbatuto e fatto prigioniero il 15 settembre 1918, riuscì a fuggire travestito da soldato austriaco dopo poche settimane. All'interno del rifugio si trova una statua della Madonna di Loreto, patrona degli aviatori.

Joseph Innerkofler detto "Sepp" (Sesto, 28 ottobre 1865 – Monte Paterno, 4 luglio 1915), è stato un alpinista e militare austriaco, divenuto molto famoso come guida alpina delle Dolomiti. Con lo scoppio della guerra tra Impero austro-ungarico e Regno d'Italia, decise di arruolarsi volontario negli Standschützen, nonostante l'età avanzata, per combattere nelle sue montagne. Cadde in combattimento durante un'ardita azione sul monte Paterno. Nel 1889 ottenne il brevetto di guida alpina dal Deutscher und Österreichischer Alpenverein decidendo quindi di impiegare la sua vita in questa attività. Le sue ottime capacità alpinistiche e la sua intraprendenza lo resero in breve tempo un personaggio famoso e ricercato dai facoltosi di tutta Europa che volevano essere accompagnati sulle montagne dolomitiche, e con questa attività iniziò a guadagnare discrete somme di denaro, aprì un rifugio sul monte Elmo. Tre anni dopo aprì la Dreizinnenhütte, e successivamente anche il rifugio Zsigmondy. Con i proventi della gestione dei rifugi, nel 1903 costruì a Sesto «villa Innerkofler» e cinque anni dopo aprì in Val Fiscalina l'albergo Dolomiten, dotato dei più moderni comfort per l'epoca. Grazie all'afflusso turistico creatosi, Innerkofler diventò uno degli uomini più ricchi e famosi della valle di Sesto, conosciuto negli ambienti alpinistici di tutta Europa. Alpinisticamente Sepp aveva fatto parlare di sé per la straordinaria scalata della parete nord della piccola Zinne (Cima Piccola di Lavaredo) il 28 luglio 1890, assieme alla cliente Hans Helversen e al fratello Veit Innerkofler, e da allora iniziò ad accompagnare centinaia di persone in montagna.



Parliamo di un rifugio alpino di categoria C posto ad una quota di 2438 m, la struttura è aperta solo nella stagione estiva, generalmente dall'ultimo sabato di giugno all'ultima domenica di settembre, dispone di 140 posti letto in camere spartane da 2-3-4 posti e cameroni dormitori, su tre piani, al cui servizio ci sono 14 wc e 14 lavabi e 1 sola

doccia, su questo aspetto influiscono chiaramente i suoi 85 anni, per quanto riguarda il ristoro invece dispone al piano rialzato di una sala da pranzo per 150 coperti, e altrettanti posti sono disponibili all'esterno, la cucina è molto apprezzata e offre piatti tipici Italiani, Tedeschi e Austriaci, purtroppo, a causa dell'elevato afflusso di persone, i tempi del servizio sono piuttosto lunghi e i prezzi decisamente sopra media, tra i dolci vi raccomandiamo lo Strudel e la Kajserschmarren. Nei periodi di chiusura è presente, come da regolamento, un ricovero di emergenza con 6 posti letto. Ovviamente essendo all'interno di un parco è assolutamente vietato il campeggio. Nei pressi del rifugio troviamo un semplice monumento costruito su uno spigolo del visibile ex-sedime che ricorda la precedente struttura e il nome di Sepp Innerkofler, una piccola cappella e due piccoli laghi: i laghi dei Piani (Bödenseen).

La gestione del rifugio è affidata alla famiglia REIDER di Sesto, contattabili nel periodo di chiusura al n° +39 329 6690335, mentre nel periodo di apertura a causa della copertura telefonica scarsa sono possibili solo comunicazioni scritte urgenti e disdette mediante whatsapp al n° +39 389 9076228. Le prenotazioni si possono fare solo tramite il loro sito internet www.dreizinnenhuette.com in quanto il vecchio sistema tramite email era diventato ingestibile dovendo far fronte a più di 10.000 richieste a stagione.

Per concludere il Locatelli merita sicuramente una visita, magari anche solo in giornata, per godersi un panorama senza eguali, e se siete tra i fortunati partecipanti alla tre giorni in dolomiti di marzo, lo avrete in candido mantello bianco e senza il frastuono delle barbare invasioni tipiche delle giornate estive.

Come arrivare

Dal Rif. Auronzo, 2330 m, ore 1.45 E: con sent. 101 per rif. Lavaredo, F.la Lavaredo, 2454 m, e al rifugio

Dal Rif. Auronzo, 2330 m, ore 2-2.30 E: con sent. 105 per F.la Col di Mezzo, 2315 m, per i Piani di Rienza e innesto con sent. 102, 2220 m, e in breve al rifugio

Dal Lago di Landro, 1403 m, ore 3 E: con sent. 102 (SI) per valle della Rienza e la val Rinbon e al rifugio

Da Sesto/Campo Fiscalino, 1454 m, ore 2.30-3 E: con sent. 102 (SI) per la Capanna di Fondovalle, 1540 m, e poi a destra per la Val Sassovecchio all'Alpe dei Piani, 2314 m, ed in breve al rifugio. Anche invernale.

Escursioni principali

Al Rif. Pian di Cengia, 2528 m, ore 1.15 T: con sent. 101 a Forcella Pian di Cengia, 2522 m, e per il crinale in breve al rifugio

Al Monte Paterno, 2744 m, ore 2.30-2.45 EEA: con sent. s.n. verso la cresta nord del Monte Paterno e poi per le Gallerie di Guerra fino alla Forc. del Camoscio, 2650 m, e a sinistra con tratti attrezzati alla cima

Alla Torre di Toblin, 2617 m, ore 1 EEA: con sent. s.n. alla base della Torre e poi per scalette in cima; ritorno per via comune, ore 0.30 EE: attrezzata nei punti esposti e rientro al rifugio

Giro del Monte Paterno, ore 3.15-3.45 E: con sent. 101 a Forc. Lavaredo, 2454 m, per Laghetti e a sinistra con sent. 104 a Forc. Pian di Cengia, 2522 m, innesto sent. 101 e per l'Alpe dei Piani ritorno al rifugio

Riferimenti cartografici

1:25000 Tabacco 010 e 017; Kompass 617, 625;

coordinate: Sessagesimali 46° 38' 13.09" N, 12° 18' 38.09" E

Decimali 46.636968° N, 12.310582° E; UTM 5168336; 294159; 33T

Fonti: Sito Rifugio, CAI Padova, Wikipedia



Simone Barsanti

Ivano Facchin

Consiglio Direttivo CAI Gazzada Schianno

Presidente Andrea Franzosi
Vice Presidente Annalisa Piotto
Segretario Gabriella Macchi
Tesoriere Renato Mai

Consiglieri

Cristina Capovani
Roberto Figini
Ivano Facchin
Simone Barsanti
Renato Fontanel
Giorgio Mattiussi
Margherita Mai

Collegio dei Revisori dei Conti
Donato Brusa
Angelita Petruzzelli
Cristina Piotto



Cantare, divertirsi insieme e divertire, imparare, sognare
.....questo fa il coro C.A.I.

“Prendi la nota”

Dalla sua nascita, nell'estate del 2013, per “colpa” di un gruppo di entusiasti e un po' matti soci C.A.I.

Finalmente, dopo un periodo difficoltoso per l'emergenza covid, abbiamo ripreso regolarmente le nostre prove al mercoledì alle ore 21,00 presso la sede CAI di Gazzada. Se ti va il nostro programma, vieni a trovarci.

RINNOVO QUOTE ASSOCIATIVE

IL Consiglio Direttivo ha fissato le quote associative valide per l'anno 2023, che sono invariate rispetto l'anno 2022.

Le Nostre Quote per il rinnovo:

Soci Ordinari	€ 43
Soci Juniores dai 18 ai 25 Anni	€ 23
Soci Familiari	€ 23
Soci Giovani fino a 18 anni	€ 18
Quota secondo giovane	€ 11
(Tassa 1a iscrizione per tutte le categorie)	€ 5)

e comprendono:

- copertura assicurativa per il Soccorso alpino 365 giorni l'anno, 24 su 24 ore, anche per attività individuali;
- copertura assicurativa per infortunio e responsabilità civile, in tutte le attività sociali, in tutta Europa;
- la rivista Montagne 360, rivista ufficiale del Cai;
- sconti nei rifugi alpini;
- corsi a costi agevolati, per tutti gli sport della montagna;
- sede sociale aperta tutto l'anno, due sere alla settimana, con biblioteca e prestito di attrezzature e materiale tecnico;
- accompagnatori e formatori preparati e professionali (con titoli e qualifiche riconosciute dal Cai);
- attività culturali e di tutela dell'ambiente,
... anche tanta amicizia e partecipazione

Coperture Assicurative Soci 2023: Massimali e Costi

Massimali Combinazione A:

Caso morte	€ 55.000
Caso invalidità permanente	€ 80.000
Rimborso spese di cura	€ 2.000 (franchigia € 200)
Premio: compreso nel tesseramento	

Massimali Combinazione B:

Caso morte	€ 110.000
Caso invalidità permanente	€ 160.000
Rimborso spese di cura	€ 2.000 (franchigia € 200)

Premio aggiuntivo annuo per accedere alla combinazione B: € 4,60.

Soci in regola con il tesseramento 2021: la garanzia è sino al 31.03.2022.

Soci in regola con il tesseramento 2021 che rinnovano per il 2022: la garanzia si estende sino al 31.03.2023; possono richiedere l'attivazione del massimale integrativo al costo di € 4,60 solo al momento del rinnovo;

Nuovi Soci: sono coperti dalla polizza infortuni a partire dal giorno successivo all'iscrizione (anche nel periodo 1° novembre - 31 dicembre 2021), a condizione che risultino registrati nella piattaforma di Tesseramento; possono optare, solo al momento dell'iscrizione, per il massimale combinazione B al costo di € 4,60. La garanzia si estende sino al 31.03.2023.

Polizza Soccorso Alpino in Europa VALIDA ANCHE IN ATTIVITÀ PERSONALE

Premio: compreso nella quota associativa.

Soci in regola con il tesseramento 2022: la garanzia è sino al 31.03.2023.

Soci in regola con il tesseramento 2022 che rinnovano per il 2023: la garanzia si estende sino al 31.03.2024;

Nuovi Soci: la garanzia è attiva dal giorno successivo all'iscrizione (anche nel periodo 1° novembre - 31 dicembre 2023) a condizione che risultino registrati nella piattaforma di Tesseramento.

Massimale per Socio

Rimborso spese: fino a € 25.000,00.

Diaria da ricovero ospedaliero: € 20,00/giorno per massimo 30 giorni.

Massimale per assistenza medico psicologo per gli amici: fino a € 3.000,00/Socio.

Si precisa che la polizza è a rimborso dietro presentazione delle spese già sostenute.

Solo in caso di morte il rimborso delle spese di recupero e trasporto salma sarà effettuato direttamente dalla Compagnia assicuratrice.

Polizza di responsabilità civile in attività istituzionale (inclusa su pista da sci)

Per i Soci in regola con il tesseramento è attiva la copertura di responsabilità civile in attività istituzionale.

I non Soci, che partecipano alle attività istituzionali, sono automaticamente assicurati per la responsabilità civile verso terzi.

Le garanzie sono prestate senza applicazione di franchigia.

Importante: sono previste alcune esclusioni dall'assicurazione e limitazioni al raddoppio dei massimali, per la cui casistica si rimanda alla polizza assicurativa infortuni disponibile sul sito CAI all'indirizzo www.cai.it. L'assicurazione vale per le persone di età non superiore agli 85 anni. Tuttavia, per coloro che superano l'età indicata, la garanzia è comunque operante con alcune limitazioni (vedi art. 6 della citata polizza).

Per coperture soci in attività individuale (infortuni e responsabilità civile) sono previste apposite polizze - chiedere direttamente in Sezione

Sede - Via Roma 18 - Gazzada Schianno

Apertura Sede: venerdì - ore 21 - 22,30

e dal 10 Gennaio anche martedì - ore 21 - 22,30

Recapiti telefonici: 379 2933456 / 347 2535680 (Presidente)

Indirizzo e-mail: caigazzadaschianno@gmail.com

Sito internet: <https://caigazzadaschianno.it/informazioni/assicurazioni>

Il rinnovo in sede è possibile tramite contanti o da casa, effettuando un bonifico bancario utilizzando il seguente IBAN:
IT74J0103050140000000756259 - intestato a Club Alpino Italiano sez. di Gazzada Schianno - Banca Monte dei Paschi di Siena Spa - BIC: PASCIT1VA1

Dopo il 31 Marzo 2023 chi non ha rinnovato il tesseramento per l'anno 2023 non risulterà più assicurato.