

# notiziario



# CAO

anno XXX / numero 3 / luglio 2002

notiziario trimestrale in omaggio ai Soci del CLUB ALPINO OPERAIO  
CAO via Italia libera, 13 / 22100 Como Italia / telefono 031.263.121  
www.caocomo.it / e.mail posta@caocomo.it

**la sede è aperta il martedì e il giovedì dalle ore 21**

direttore responsabile Danilo Guerzoni  
grafica Lavori in Corso / Cavallasca (Co)  
stampa Tipografia Cappelletti / Como

spedizione in a. p. articolo 2 comma 20/c legge 662/96 / Filiale di Como  
autorizzazione Tribunale di Como n. 237 del 30 marzo 1972

IN QUESTO NUMERO

**1 Cari soci**

**2 Ritagli**

**3 Alimentazione**

**L'agenda per i soci**

**6 Ma a volte...**

**Il Cao va a far scuola**

**7 Se il mare...**

**Sicuri in ferrata**

**8 Alla prossima avventura**

## Cari soci

**di Erio Molteni**

da sempre l'Assemblea annuale del nostro sodalizio è un importante momento di verifica che, come già affermato più volte, deve vedere coinvolti il maggior numero possibile di soci che devono poter offrire il loro efficace contributo affinché il CAO possa continuare a proporsi come un sodalizio che deve far vivere l'amore e la passione per la montagna. La nostra originalità deve, in ogni caso, essere salvaguardata e la centralità del socio affermata con nuovo impegno. Quest'Assemblea assume poi un significato particolare in quanto è celebrata nell'anno proclamato dalle Nazioni Unite Anno Internazionale delle Montagne.

Prima di procedere nei lavori e presentare, a nome del Consiglio Direttivo, la Relazione Morale, con profondo senso di gratitudine per tutto quello che hanno dato al CAO, ricordiamo, con un breve

silenzio, i soci scomparsi.

Estendiamo il nostro ricordo all'amica Allegretti Laura tragicamente deceduta nell'incidente del 24 Giugno in Val Gardena.

Il duemilauno è stato un anno particolarmente difficile. Molti gli avvenimenti che si sono succeduti e la cui gravità ci porta ad effettuare alcune riflessioni sulla peculiarità della vita umana e sul significato della nostra partecipazione al CAO. Non è certo questa la sede per analizzare quanto è successo sul piano internazionale con la tragedia di New York, con i diversi conflitti che hanno sconvolto e stanno sconvolgendo il mondo. Crediamo che comunque, sebbene indirettamente, anche le nostre attività possano essere state condizionate da questi gravi avvenimenti. Nel nostro piccolo siamo poi stati coinvolti direttamente dal già menzionato grave incidente in Val

Gardena. Una bellissima escursione, una gita nata dalla volontà del Consiglio di riprendere in modo attivo i rapporti con il CAI di Como, con il quale in anni non lontani si collaborava nell'organizzare tutta l'attività alpinistica ed escursionistica, si è purtroppo conclusa con una grave perdita e con molti feriti.

Di fronte a questi fatti molti sono gli interrogativi che ci siamo posti: interrogativi che per altro hanno trovato una pronta risposta da parte del Consiglio Direttivo che ha affrontato con decisione la situazione continuando le attività programmate con un maggiore impegno e con lo spirito che da sempre contraddistingue il nostro CAO. A parte una gita alpinistica, doverosamente annullata in segno di lutto, nulla si è fermato ed il programma è stato completato nonostante le inaspettate dimissioni del Consigliere Greppi, responsabile di sezione, al

**segue a pag. 4**



## In montagna con Alpinia

Per tutti gli appassionati della montagna è nata Alpinia, una raccolta di link tematici che spaziano dalle guide alpine ai rifugi più suggestivi, dalle attività sportive alle escursioni più temerarie. Il sito offre anche la possibilità di collegarsi a una webcam per scoprire in diretta che tempo fa sulle cime più famose e una raccolta di vignette semiserie sulla sicurezza in montagna. Si trova all'indirizzo: [www.alpinia.net](http://www.alpinia.net)

## Perlotto in libreria

Scrive alternando storie di montagna a quelle di altre culture. Il penultimo suo lavoro è stato **Pareti lontane** (Nordpress, 2000), un libro illustrato di alpinismo, mentre qualche anno prima aveva scritto **La terra degli invisibili** (Marco Tropea Editore, 1996), un romanzo sull'Amazzonia. Da citare, tra gli altri, sono anche **Free-climbing** (Sperling & Kupfer, 1986), **Il manuale dell'alpinismo** (Sperling & Kupfer, 1994) e **Terre di nessuno** (Sperling & Kupfer, 1992)

da Airone XI.01

## Progetto montagne

Un libro, un trek, un sito, una guida: è il progetto di Giorgio Mondadori per il 2002, anno delle montagne. Patrocinato dal Comitato italiano per il 2002, **Montagne del Mediterraneo** (a cura di Giancarlo Corbellini, 176 pagine, lire 80.000, euro 41,32) illustra geologia, ambiente, storia e futuro delle catene montuose legate a questo mare, dai Pirenei al Maghreb. Il trek è **Camminamediterraneo**, che nel 2002 porterà un gruppo di specialisti sui principali rilievi mediterranei, fornendo dati e materiale per un sito Internet dedicato.

da Airone XII.01

## Alpi all'asciutto

Se non sarà limitata l'emissione di gas serra, nel giro di 20 anni non sarà più possibile sciare nelle aree di media quota dei Paesi alpini, fino a 1.500 metri. A dare l'allarme è la Cipra, Commissione Internazionale per la Protezione delle Alpi. Entro 30 anni poi, la pioggia potrebbe sostituire la neve anche nelle regioni al di sopra dei 1.500 metri.

da La Nuova Ecologia II.02

## Ecomuseo d'OC

Piemonte Subito a ovest di Cuneo, la Valle Maira si allunga verso la Francia. Da qui nell'Ottocento partì la curiosa saga degli acciugai, che portavano il pesce e il sale liguri alle tavole di Torino e Milano. Altri mestieri itineranti diffusero nel Norditalia questi montanari che parlavano la lingua d'oc, l'antico idioma dei trovatori. Le tracce della loro storia restano in oltre 350 fra baite, cappelle, edifici e affreschi: censiti come beni culturali dal 1998, sono le tessere del neonato **Ecomuseo dell'alta Valle Maira**.

## Sui sentieri occitani

Istituito nel 2000, l'Ecomuseo è partito davvero (con i primi fondi) da pochi mesi.

Da Macra iniziano i percorsi sulle orme degli antichi emigranti. Il progetto comprende anche due etnomusei (ad Acceglio e Seles) e sentieri tematici tra storia e natura.

Info: 0171 999190,

e-mail: [mghio@eurodoc.it](mailto:mghio@eurodoc.it)

da Airone I.02

## ... delle montagne

(...) Perché davvero gli strani bubboni di roccia e di ghiaccio che si innalzano dalla crosta terrestre possono aiutare la gente a vivere meglio. Ma è proprio un peccato che continuiamo a saperlo solo noi.

da L'immagine della montagna di Roberto Mantovani su La Rivista del CAI

## ... di noi

(...) La cultura tradizionale è andata attenuandosi particolarmente negli ultimi decenni, nelle zone a contatto con le due città e con la pianura, trovando però una continuazione di vitalità e validità nella sofferita conquista della montagna e del suo habitat. (...) Capisaldi dello spirito di questa cultura ancora viva sono i molti rifugi sorti su queste montagne per volontà spontanea di gruppi e di singoli agli albori del nostro secolo ed ancora pienamente validi e frequentati. Emblematici di questo spirito sono il rifugio CAO (Club Alpino Operaio, fondato a Como nel 1885) sopra San Maurizio di Brunate. (...)

da Valli occidentali del Lario e Triangolo lariano TCI/CAI, 1983, pagina 157

## ... del dolore

(...) Ho imparato che il dolore è come lo zaino quando si va in montagna; ognuno porta inevitabilmente il suo con tutto il necessario dentro, quel necessario che ciascuno giudica indispensabile la sera prima di partire e che solo la vita rivelerà se è tale ... E, come in montagna, ho anche imparato che non si è mai soli, nemmeno in solitaria. Perché forse lo spirito è più importante della vita.

A. B.

# Alimentazione

Di Stefano Giussani  
e Luca Beretta

Il giorno precedente all'escursione è bene assumere pasti completi, abbondando con le quantità di pane e primo piatto.

Il giorno stesso è inoltre consigliabile consumare una colazione di tipo europeo, assumendo oltre al latte anche pane con marmellata o miele, cereali, uova, salumi e formaggi, che garantiscono una maggiore sensazione di sazietà e assicurano il necessario apporto calorico.

Durante l'escursione è sconsigliabile mangiare molto per non provocare problemi digestivi; sono indicati i cibi energetici e leggeri da trasportare, come frutta secca e disidratata, prosciutto, pane e crackers.

Durante il cammino, trascorse 3-4 ore dalla colazione, può capitare di avvertire delle piccole crisi con sintomi di debolezza, fame e giramenti di testa, tutti indicatori del calo di zuccheri nel sangue. Questa circostanza è facilmente contrastabile con una pausa di pochi minuti e l'assimilazione di reintegratori energetico-salini o, più semplicemente, succhi di frutta o piccole quantità di frutta fresca dolce.

Durante la permanenza in quota è bene abituarsi a bere frequentemente e in moderata quantità per compensare la perdita di liquidi dovuta alla sudorazione e all'evaporazione dell'acqua attraverso la respirazione. Anche in condizioni di bassa temperatura, l'aria secca e l'aumentata ventilazione polmonare provocano l'evaporazione di diversi litri d'acqua al giorno. Contrariamente alle abitudini, la cena del rientro a casa dovrebbe essere leggera, e prevedere l'apporto di liquidi e sali (brodo, verdure e frutta per intenderci), e di zuccheri (pasta o riso in brodo). Da evitare o limitare le proteine e i grassi (carni, uova, salumi e formaggi). Vista la giornata trascorsa, già abbastanza impegnativa dal punto di vista fisico, non è il caso di gravare l'organismo anche con una laboriosa digestione.

da Passeggiate Lariane

# L'agenda per i soci

<b>2 luglio</b> incontri in sede proiezione diapositive Realtà e contrasti	
<b>6 e 7 luglio</b> alpinismo-escursionismo Rifugio V Alpini, Monte Zebrù m3740	 
<b>13 e 14 luglio</b> escursionismo Val Ferret - Rifugio Bonatti	
<b>20 e 21 luglio</b> alpinismo Pizzo Zupò m3995	
dal 29 luglio al 23 agosto <b>IL CAMPEGGIO CAO</b> <i>una buona occasione fatta di ambiente, gastronomia storia, arte e buona compagnia</i>	
<b>12/15 settembre</b> escursionismo Austria	
<b>15 settembre</b> escursionismo Valle del Cardinello, Rifugio Bertacchi, Madesimo	
<b>17 settembre</b> incontri in sede proiezione film I Giganti di granito - La terra tra i monti	
<b>21 e 22 settembre</b> alpinismo Gran Tournalin m3379	
<b>28 settembre</b> proiezione diapositive Rivediamoci il campeggio	
<b>6 ottobre</b> escursionismo Cernobbio, Rifugio Bugone, Moltrasio	
<b>8 ottobre</b> incontri in sede Glaciologia	
<b>12 e 13 ottobre</b> escursionismo Gita di chiusura Appennino tosco-emiliano	



quale va in ogni modo il ringraziamento del CAO per lo sviluppo dato all'attività escursionistica.

#### ATTIVITÀ SOCIALI

Sembra opportuno, anche se in modo sintetico, riportare l'attività svolta nel corso del 2001. Presso l'Auditorium del Collegio Gallio, a metà Gennaio, come di consueto, è stato aperto l'Anno Sociale con la presentazione della nostra pubblicazione che raccoglie il calendario di tutte le attività.

Per quest'occasione abbiamo invitato Marco Anghileri, un giovane, quanto famoso e brillante, alpinista lecchese, che con gran bravura ha illustrato le sue ultime imprese. La presenza di moltissimi soci e di un folto pubblico d'amici hanno garantito il successo della manifestazione e lo stesso relatore ha espresso parole di compiacimento per l'attività del CAO. Pensiamo sia doveroso indicare, anche se in modo riassuntivo, quanto è stato realizzato per illustrare ai Soci il grande impegno che come sempre ha visto coinvolte molte persone. Sono state effettuate le seguenti attività specifiche:

6 gite escursionistiche con 196 partecipanti e la presenza di 16 accompagnatori,  
8 gite scialpinistiche con 134 partecipanti e la presenza di 54 accompagnatori.  
4 gite alpinistiche con 55 partecipanti e la presenza di 13 accompagnatori.

Sono state inoltre organizzate le seguenti iniziative:

**La Ginnastica presciistica.**

**La Scuola sci fondo.**

**Una gita sulla neve** con 37 partecipanti e la presenza di 3 accompagnatori.

**Il Campeggio a Temù**, in Val d'Avio, che ha visto la partecipazione di 58 soci per un totale di 671 giornate di presenza con un significativo incremento delle adesioni tra cui molti giovani.

**La Festa della Neve** svoltasi sempre a San Simone con la presenza di 40 soci e con la conferma della nuova formula di campionato sociale.

**Le settimane bianche** a Panchià e a Kirchberg (Kitzbuehel) con la partecipazione complessiva di ben 90 soci.

La settimana escursionistica in Austria, in Carinzia con la presenza di circa 30

## Rinnovo cariche sociali 2002

Il Consiglio Direttivo del CAO per l'anno 2002 risulta così composto:

<b>Presidente</b>	Giuseppe Erio Molteni
<b>Vicepresidente</b>	Massimo Miccio
<b>Segretario</b>	Paola Spadina
	Francesco Bianchi Fetuccia
	Andrea Bocci
	Diego Cappelletti
	Giorgio Galvani
	Giuseppe Meroni
	Mario Pollini
	Ornello Pozzi
	Gian Luigi Prunotto
	Sergio Ronchetti
	Antonio Signoriello
<b>Revisori dei conti</b>	Angelo Balestrini
	Adriano Tagliabue

## Responsabili delle commissioni

<b>Gruppo Alpinistico</b>	Antonio Signoriello
<b>Gruppo Escursionistico</b>	Ornello Pozzi
<b>Sci alpino</b>	Pietro De Col
<b>Rapporti FIS</b>	Pietro De Col
<b>Sci nordico</b>	Francesco Bianchi Fetuccia
<b>Corale</b>	Mario Pollini
<b>Capanna</b>	G. Erio Molteni
<b>Serate culturali</b>	G. Erio Molteni
<b>Campeggio</b>	Giuseppe Meroni
<b>Materiali</b>	Giuseppe Meroni
<b>Biblioteca</b>	Diego Cappelletti
<b>Comunicazioni</b>	Daniilo Guerzoni
<b>Notiziario</b>	Andrea Bocci
<b>Sito web</b>	Giorgio Galvani

soci. Il Concorso fotografico con la partecipazione di 24 soci.

L'attività si è poi conclusa con la Festa Amici della Montagna realizzata, come ormai avviene da qualche anno, presso la nostra Capanna e che ha visto la presenza "attiva" di ben 88 soci. Grandiosa, come sempre, l'organizzazione della cucina e del servizio che ha visto la partecipazione del gruppo Alpinistico al gran completo oltre ad alcuni volontari. Le serate culturali hanno riscosso un buon successo e gli inconvenienti, lamentati in passato, non si sono più verificati. Ben riuscito il recupero della gita a Macugnaga, annullata nel 2000 per l'alluvione, con la visita ad una miniera d'oro.

#### CORALE

Tra gli scopi statutari del CAO è indicato anche quello di promuovere la "divulgazione del canto alpino e popolare" ed in adesione a questo principio lo scorso anno la Corale ha realizzato la sua quarta incisione. E' stata una grossa fatica, che ha impegnato il Maestro Franchi ed i coristi per diversi mesi, ed anche un grosso impegno finanziario. Il risultato di questo lavoro "Fermati... e ascolta",

edito sia come CD che come cassetta, è stato presentato nello scorso dicembre presso la sala consiliare del Comune di Como ed ora è acquistabile dai soci e simpatizzanti, presso la sede. Ovviamente la Corale ha continuato ad esibirsi con successo durante tutto l'anno con numerosi concerti.

#### GESTIONE CAPANNA

La gestione della capanna è proseguita regolarmente e, grazie alla capacità del Gestore, è ormai una realtà consolidata ed affermata che presto riaprirà l'attività alberghiera.

#### COMUNICAZIONE

Anche in questo particolare settore l'impegno di proseguire nelle iniziative programmate è stato veramente notevole. Il nostro sito Internet HYPERLINK "http://www.caocomo.it" www.caocomo.it è stato sempre aggiornato con puntualità ed è ormai un consolidato punto di riferimento. Il Notiziario è stato pubblicato regolarmente ed il Libretto delle attività ha riscosso come sempre un notevole successo tra i Soci e gli appassionati. Una particolare menzione merita l'inserito



pubblicato nel primo numero del Notiziario 2001 dedicato alla celebrazione del cinquantesimo d'affiliazione alla FISL dove, in forma sintetica, è riportata tutta l'attività della Sezione Sci del CAO dal 1950 al 2000. E' proseguito poi per tutto l'anno il servizio di comunicazione alla stampa locale del calendario delle nostre attività con alcuni piccoli miglioramenti rispetto alla puntualità ed alla qualità dell'informazione spesso disattese in passato.

### FERRATA GRONA

Nel corso del 2001 la ferrata "Via del Centenario CAO" è stata ripristinata completamente con la posa di un nuovo cavo e la realizzazione di un nuovo sistema d'ancoraggio. L'esecuzione dei lavori è stata eseguita prevalentemente da istruttori qualificati del CAI Menaggio. Con alcune uscite specifiche anche i nostri Gruppi, Alpinistico ed Escursionistico, hanno validamente collaborato portando a termine un'opera che sarà senz'altro apprezzata da tutti gli alpinisti. Abbiamo provveduto a far collaudare la ferrata dalla Guida Alpina Fabio Lenti ed a recepire alcuni suoi consigli al fine di realizzare interventi aggiuntivi che hanno migliorato l'utilizzo della ferrata stessa.

### TESSERAMENTO

Come già precisato lo scorso anno stiamo sempre incontrando alcune difficoltà nel mantenere il numero dei soci a livelli accettabili. Nel corso dell'anno 2001 i soci paganti sono stati 795 così suddivisi:

ordinari	441
sostenitori	185
familiari	169

Rispetto al 2000 la perdita è di 46 unità pari al 5,5%. Anche se percentualmente inferiore alla diminuzione dello scorso anno, la flessione registrata conferma una tendenza negativa che ci preoccupa costantemente. E' questa una preoccupazione che deve coinvolgere, oltre che il Consiglio direttivo, tutti i Soci che devono impegnarsi e farsi carico del problema per cercare di contrastare questo fenomeno. Sappiamo che stiamo vivendo in un'epoca molto particolare dove spesso l'individualismo esasperato non consente a società come il CAO di svilupparsi come avveniva nel passato. E' solo però con la collaborazione di tutti che si può risalire la china.

### INIZIATIVA SCUOLE

Nel corso del 2001 abbiamo realizzato una particolare iniziativa di collaborazione con la scuola media inferiore "Leopardi" di Como. Ai ragazzi delle seconde classi, oltre un centinaio, abbiamo presentato il CAO e le sue molteplici attività unitamente a proiezioni di filmati e diapositive sulle nostre montagne. L'iniziativa si concluderà sabato 18 Maggio p.v. quando porteremo i ragazzi alla Capanna CAO organizzando dei giochi ed una breve esibizione della nostra corale. E' questo un primo tentativo per cercare di diffondere anche tra i giovanissimi la passione per la montagna o quantomeno informarli sulla realtà delle zone montane che ci circondano.

### RINNOVO CARICHE SOCIALI

Come sempre anche quest'Assemblea dovrà procedere all'elezione di sette Consiglieri la cui carica è scaduta per decorso biennio e la sostituzione di coloro che non ripresentano la loro candidatura. Tra gli amici che lasciano possiamo citare Pietro De Col. Consigliere dal 1970, Vicepresidente per moltissimi anni (dal 1974 al 1999), responsabile della sezione sci e dei rapporti con la FISL. E' una figura sulla quale il CAO ha potuto sempre fare affidamento per tutte le attività legate allo sci compreso l'organizzazione delle settimane bianche grazie alle quali molti soci hanno potuto conoscere posti nuovi e sempre all'altezza della situazione. Nel ringraziarlo sentitamente per tutto quello che ha fatto in questi anni, e che continuerà a fare

nel futuro, invitiamo l'Assemblea ad esprimere con un grosso applauso il sentimento di riconoscenza del CAO.

### ATTIVITA' 2002

"Anno Internazionale delle Montagne" Relativamente ai primi mesi di quest'anno possiamo confermare che le attività si sono svolte con regolarità, anche se la mancanza di neve ci ha costretti a rinunciare alla "Festa della Neve", e che tutto sta procedendo per il meglio. Per i martedì culturali si è rilevato un crescente interesse così come un costante successo hanno riscosso le settimane bianche a Panchià ed a Hintertux.

Quale particolare iniziativa per l'Anno Internazionale delle Montagne abbiamo deliberato di partecipare, con il nostro abituale tema sulla montagna, all'organizzazione del "24° Concorso Fotografico nazionale per diapositive", indetto dal Foto Cine Club Cernobbio, ampliando in modo significativo il nostro tradizionale Concorso fotografico.

### CONCLUSIONI

Signori Soci, il Consiglio Direttivo, si augura che quanto realizzato nel 2001 possa raccogliere il vostro consenso ed auspica che una sempre maggiore partecipazione sia alla base di una ripresa in termini di idee e di attività. Ritenendovi poi d'accordo sulle modalità con le quali si è provveduto alla redazione della presente Relazione e del Bilancio al 31 Dicembre 2001, che di seguito sarà presentato, V'invitiamo ad approvarli.

## Soci cinquantennali e trentennali

Pina Ballerini

Enrico Bianchi

Renato Bocci

Nino Cavalleri

Alberto Conti

Emilio Della Vigna

Adele Galdini

Valeria Livio Butti

Iride Migliavada Colombo

Giuliana Pigni Rigamonti

Renzo Pigni

Luigi Rezzonico

Carlo Trecchi

Marco Aramini

Franco Cerè

Luciano Clerico

Angelo Cristina

Rosa De Col Saldarini

Simona Della Vigna

Giampiero Ferrario

Pieremilio Gatti

Veziò Genovesi

Guglielmo Invernizzi

Gianfranco Longhi

Mario Meroni

Uberta Moretti

Franca Moretti Capitani

Massimo Tettamanti

50

30

# Il CAO va a far scuola

di **Francesco Bianchi Fetuccia**

*Ma a volte l'uomo piange ascoltando dei suoni e nel profondo del suo cuore il creato diviene musica, e con queste ali, ali che lo innalzano con il corpo e lo spirito, e in quel momento, in quel momento solo, l'uomo comprende il canto dell'universo*

*Sono passate poche settimane dalla sua scomparsa, ma il suo ricordo è ancora vivo in mezzo a noi. Cominciò a cantare con il coro nel 1975 e come tanti altri era anche un "Alpino", quindi appassionato di canti di montagna. Mi ricordo benissimo quando circa venti anni fa entrò a far parte del coro CAO e il Direttore di allora mi mise tra i "bassi" e lui, con fare bonaccione, mi disse: "metas chi in mezz e sculta" da allora il mio posto nel coro era quasi sempre vicino a lui. Un amico. Sempre disponibile a darti una mano.*

*Ora che sei andato avanti, là nel paradiso di cantore, ti guarderai attorno oltre le cime delle montagne più alte ed estasiato canterai ancora assieme ad altri amici e ad altri cori le canzoni più belle.*

*Ciao caro Luigi,  
tutto il coro CAO ti saluta.*

Sembra inverosimile eppure da un sondaggio effettuato presso 105 alunni di una Scuola media di Como, il 71% degli intervistati non conosce il "Triangolo Lariano". Questa è una delle risposte forniteci da un questionario che il CAO, d'intesa con il Corpo Insegnanti della Scuola Media, ha sottoposto nell'ambito di un progetto che intende avvicinare i ragazzi alla montagna. È sembrato, infatti, opportuno inserirci nel mondo dei giovani per verificare se alcuni valori morali che la montagna sa esprimere, quali l'amicizia, la solidarietà, la pazienza, la fatica, il rispetto dell'ambiente, il rischio dell'avventura ecc. sono ancora presenti presso i giovani d'oggi. Le risposte che ci sono state fornite sono abbastanza lusinghiere, pur tuttavia abbiamo compreso che i giovani vanno stimolati, incoraggiati, accompagnati verso questi valori. Prendendo quindi lo spunto da questa mancata conoscenza sul mondo che ci circonda, quale il "Triangolo Lariano", abbiamo condotto alcune iniziative attraverso una serie di filmati sul territorio e diapositive sulla flora e sulla fauna presenti in questa zona, facendo intervenire esperti dei vari settori. I giovani si sono mostrati particolarmente attenti a quanto era loro mostrato e, c'è parsa molto convincente l'esperienza che abbiamo condotto invitandoli ad una breve escursione. Nel tempo concessoci dall'orario scolastico 8/13, siamo saliti in funicolare fino a Brunate raggiungendo a piedi il Faro di San Maurizio facendo conoscere, successivamente, la nostra capanna del CAO. Intanto i ragazzi erano impegnati in una caccia al tesoro ecologica: dovevano rispondere ad alcune domande sul territorio e sull'ambiente, raccogliere vari tipi di foglie d'alberi, racchiudere il tutto in una busta e consegnarla alla giuria cantando un canto di montagna.

Sui canti è successo di tutto, in un modo divertente, scanzonato, come i giovani sanno fare, rendendo piacevole la compagnia che si è aggregata alla fine eseguendo l'Inno di Mameli. Sui canti c'è stata la sorpresa finale perché alla Chiesetta del Cao abbiamo incontrato una parte della Corale Cao che, anch'essa ha voluto presenziare a quest'iniziativa: è stato un vero piacere vedere i ragazzi seduti per terra ad ascoltare in un silenzio, irreali per i giovani, i canti eseguiti dai coristi, un silenzio sfociato poi in un applauso generale. È seguita la premiazione delle classi vincitrici la caccia al tesoro ed il nostro Presidente, dopo un cenno di saluto, ha donato a nome del Cao, alla biblioteca della Scuola Media alcuni libri. La merenda offerta dalla nostra Società ha reso ancora più gradevole la mattinata. Quanto sopra, ha voluto essere l'inizio di un discorso che il Cao vuole intavolare coi giovani, per non perdere quei valori che ci sono stati consegnati e che è doverosamente giusto trasmettere a chi verrà dopo di noi. Perlomeno proviamoci!

Noi crediamo che il seme vada gettato; è un compito al quale non dobbiamo sottrarci e quindi, avanti ancora, magari con l'aiuto di qualche nostro lettore, che vorrà affiancarci in quest'esperienza. Siamo fiduciosi che qualcuno di Voi che ci sta leggendo, vorrà contattarci per un contributo di idee o di tempo. Potremo forse formare una squadra che possa avvicinare sempre più giovani a quel mondo fantastico che è la Montagna, oggi, forse l'unico luogo, ancora a misura d'uomo.



# Se il mare non va alla montagna

di D.C.



Domenica 5 maggio, ore 06,10: pioggia. Alcuni Soci sono già presenti in viale Innocenzo. Fra venti minuti si parte per Noli - la prima gita 2002 del gruppo escursionistico. Alla spicciolata arrivano quasi tutti, alla conta ne mancheranno una dozzina. I due pullman muovono in perfetto orario con destinazione Liguria.

La pioggia ci accompagna con scrosci saltuari sino ad Albenga dove finalmente il sole inizia a splendere in un cielo azzurro come non mai. Brevi preparativi all'arrivo a Noli e poi su, verso il monte di Capo Noli, alcuni preferiscono la visita della cittadina (ristoranti e simili compresi). Il caldo si fa sentire, il sentiero sale ripido nella macchia mediterranea con i suoi profumi, il lungo serpentone multicolore dei gitanti s'allunga nel verde, lo sguardo spazia su di un panorama al quale i Soci CAO sono poco avvezzi. Dalla vetta del monte (vista grandiosa) una parte ritorna a

Noli - il sole è allo zenith, il fritto misto incombe - gli altri iniziano la discesa, attraverso le spettacolari falesie, che li condurranno a Varigotti. Il "pranzo" (sigh!) è consumato sulla spiaggia ammirando le bellissime.....onde; alcuni entrano in acqua. Ma è già ora di ripartire e risalire.

Una frana nella notte (ma si sapeva) ha interrotto la litoranea e per ritornare a Noli prendiamo un altro itinerario, che con ripida salita, porta il gruppo attraverso il "territorio indiano" all'inizio dell'altopiano delle Manie e, per un sentierino sulla cresta di uno sperone ridiscende a Noli. Abbiamo ancora tempo: un gelato; una visita veloce alla cittadina; uno fa il bagno, altri "pucciano i piedi"; alcuni si rilassano sulla sab-

bia; c'è chi cerca, senza successo, compagnia per un fritto misto veloce; una radiolina informa sui risultati del campionato di calcio (coraggio signora interista); giunge l'ora della partenza. Le notizie da Como non sono incoraggianti: piove, ma non possiamo rimanere ancora un po'? Alla fine si parte (in orario, altrimenti il capo.....) ma scollinando dagli Appennini la pioggia si ripresenta!

Pazienza, per fortuna dura poco ed avvicinandoci a Como lo sguardo indugia sulle nostre montagne imbiancate come non lo sono state in inverno. Giove Pluvio ci ha regalato una stupenda giornata di sole in terra ligure. Peccato, per chi non c'era. Alla prossima, in montagna!

notiziario CAO

7



## Sicuri in ferrata

di Paola Spadina

*Continua il progetto di sensibilizzazione, portato avanti dal Soccorso Alpino e Speleologico Lombardo, al fine di diffondere tra gli appassionati di montagna il concetto della sicurezza e della prevenzione degli incidenti.*

*Dopo l'iniziativa "Sicuri sulla neve", alla quale il CAO ha aderito lo scorso marzo, eccoci ora a parlare di ferrate.*

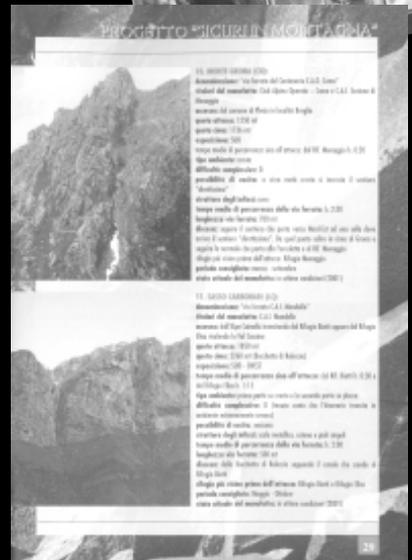
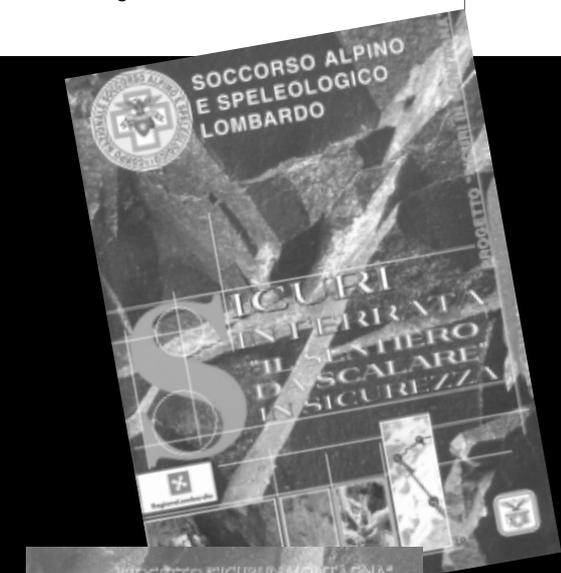
*Il CAO non poteva di sicuro mancare a questo appuntamento, dato che la nostra società, insieme al CAI di Menaggio, è proprietaria della Ferrata della Grona e quindi direttamente interessata al problema ed al fenomeno pur troppo diffuso della scarsa ed inadeguata attrezzatura tecnica che tanti salitori di ferrata utilizzano per le proprie ascensioni.*

*Ad accompagnare questa nuova iniziativa, è stato diffuso un nuovo bellissimo opuscolo divulgativo sull'argomento, disponibile in sede, che illustra le varie particolarità delle vie ferrate, l'attrezzatura idonea per percorrerle in sicurezza, i comportamenti da rispettare ed altre nozioni utili, oltre ad una sintetica descrizione dei tracciati delle vie ferrate lombarde.*

*Il CAO inoltre ha partecipato attivamente al progetto, insieme agli altri enti promotori, nella giornata dedicata a questo argomento, costituendo un presidio domenica 19 maggio alla base della ferrata della Grona, per monitorare gli aspiranti percinatori e compilare un resoconto sulle loro attrezzature di sicurezza, riscontrando alcune mancanze, per esempio, nell'uso del casco.*

*Dato che il terreno di gioco non manca, vi auguriamo tante belle divertenti salite su ferrata e sui sentieri attrezzati, ma sempre con la dovuta prudenza e preparazione.*

*La via ferrata può dare l'idea di una montagna addomesticata ed è proprio la sottovalutazione delle difficoltà e dei pericoli che spesso provoca incidenti e disavventure.*



# Alla prossima... avventura!

di Antonio Signoriello

8 notiziario CAO



Dopo un'ennesima giornata di sole, dal fondo valle sale l'umidità trasformandosi in nebbie e nuvole, creando così un ambiente irreali. Nuvole che si stagliano contro le montagne colorate dalle luci del tramonto, rendendo ancor più affascinante il bellissimo e maestoso Vignemale, mentre all'orizzonte spicca il netto taglio della Breche de Roland. La dea bendata è dalla nostra parte. Il tempo è sempre bello e ci permette di affrontare con serenità i giorni più impegnativi del trekking ... Lo zaino?! ... meglio non pensarci ... caricarlo in spalla e ... via! ... ma, quanto manca? manca tanto? ... discesa ... pietraie ed evidente sentiero ci conducono al Ref. De Oulette. Cerchiamo cibo ... nulla. Consapevoli di averne poco, ci accontentiamo delle solite barrette, quelle non mancano mai. Col des Mulets, entriamo in Spagna, Col de l'Arratilles, rientriamo in Francia ... mi rendo conto che l'andatura è fantastica ... rendo merito al gruppo, siamo in anticipo sulla tabella di marcia ... sosta con bagno al Lac de l'Arratille. L'acqua è fredda, ma ti ritempra dalle fatiche di questi giorni e per la gioia di tutti e soprattutto della simpatica ed abbronzata Giovanna, ci fermiamo due ore a goderci questo caldo sole. Nel frattempo, siamo tutti in trepida attesa, ascoltando il bollire dell'acqua ... ma, quanto manca? manca tanto? ... alla cottura della pasta? ... Ref. Wallon ... accogliente, ospitale ed in un ambiente tipicamente alpino (svizzero) con verdi pascoli, ruscelli, pini, faggi e abeti, il tutto contornato da stupende montagne granitiche. Una buona ed abbondante cena, una riposante dormita, sono un'ottima combinata prima di affrontare la tappa più lunga e dura di tutto il trekking. Decidiamo l'itinerario. La scelta, orgoglio di tutti, si orienta sul percorso più impegnativo anche dal lato alpinistico: la salita alla Gran Fache 3005 m. Lasciate gli zaini all'omonimo colle, custoditi da Gino e Mario che decidono di non salire, af-

frontiamo la cresta rocciosa stando attenti a non muovere pietre. Una cresta non difficile, ma che richiede una certa sicurezza e padronanza di se stessi soprattutto in discesa e ... Simone, nonostante la sua prima esperienza, è stato all'altezza della situazione. Una cima desiderata, che ci ha appagato nei migliori dei modi, offrendoci una vista eccezionale su questi Pirenei ... Magici. Il percorso è ancora lungo, scendiamo in Spagna fino al lago de Campoblanco e si risale in Francia per la Port de la Peyre St.Martin, per affrontare una lunga ed interminabile discesa tra pietre infuocate dal sole, che sprigionano un assurdo calore. Finalmente in un bagno di sudore e con i piedi che "gridano vendetta" negli scarponi, raggiungiamo un bel prato con un ruscello ... breve sosta per un po' di riposo e refrigerio. Pronti per lo sforzo finale. Consapevoli di ciò, affrontiamo questi ultimi cinquecento metri di dislivello che ci separano dal rifugio. Sono interminabili, sono i più sofferenti ... passo dopo passo ... ma ... quanto manca? manca tanto? ... con una gran voglia di scrollarsi dalle spalle l'ormai insopportabile zaino, con poco più di dieci ore di marcia nelle gambe, raggiungiamo alle prime luci del tramonto il sospirato Ref.de Larribet. Non arriviamo in tempo per la doccia, peccato! Comunque, dopo una bella rinfrescata, siamo tutti con le gambe sotto al tavolo a gustarci una buona cena. Nel frattempo, sentiamo Antonella per telefono, assicurandoci che tutto va bene e che si trova a Gabas, prenotando per il gruppo al Ref. Chalet. All'indomani, la partenza si presenta subito con una bella salita senza troppi "complimenti", un sentiero inizialmente irto e poi più moderato, ci conduce al Col du Lavedan. Si scende in arrampicata ( II° ), così ... chi con e chi senza ...zaino, mettiamo le mani sulla roccia ed affrontiamo questi circa quattro metri con disinvoltura ed agevolezza. Al Col du Plas, rientriamo

per l'ennesima volta e definitivamente in terra francese, per riposarci e deliziarci nelle limpide e fresche acque del Lac d'Arremoulit. Lasciamo alle nostre spalle un ambiente meraviglioso e tranquillo ... per ritrovarci seduti su dei trenini stile "disneyland" stracolmi di gente; così, attraversando una bellissima valle, rientriamo lentamente nella caotica civiltà. Fabreges, non un bus navetta né mezzi pubblici, che ci possano far evitare i circa cinque chilometri di asfalto fino a Gabas. Una sola speranza! Il pollice verso l'alto ... l'autostop! E così è stato, al di là di ogni nostra previsione, raggiungiamo tutti nel giro di mezz'ora il rifugio, ricongiungendoci con Antonella. Un ottimo profumo ed un applauso, annunciano l'arrivo in tavola di una gradita e gustosa ... paella, e con un buon vino festeggiamo la riuscita del trekking, programmando per l'indomani la salita al Pic du Midi d'Ossau. Come annunciato dalle previsioni, il tempo sta cambiando, e con le nuvole che lentamente avanzano, ci troviamo all'attacco della salita. Un itinerario all'apparenza semplice. Ottocento metri di dislivello tra sfasciume di pietre e ben tre canali di dieci-quindici metri con passaggi di roccia di III° , di cui uno subito all'inizio, ci separano dalla vetta tanto ambita. Discutiamo ... faccio presente delle difficoltà tecniche e delle problematiche che incontreremo in salita e soprattutto in discesa, avendo con me solo un cordino di venti metri (diametro 8 mm). Discutiamo ... sulle capacità del singolo individuo. Discutiamo ... sulla velocità di salita e discesa, causa l'avvicinarsi del maltempo. Decido! Saliamo io e Jacopo. Dopo un'ora e mezza, ci stringiamo la mano in vetta, dedicando a tutti i nostri compagni d'avventura questa bella cima e dopo le solite foto di rito, scendiamo. Le nuvole sono sempre più minacciose e nere, a tal punto da scaricare acqua e grandine. Stringiamo i denti, arrampichiamo in discesa su roccia bagnata, e finalmente con sollievo siamo di nuovo al punto di partenza. Raggiungiamo il gruppo al Lac de Bious Artigues e quindi il rifugio. Zaini pesanti, affiancati uno all'altro sul binario della stazione di Pau, aspettano di essere caricati sul treno. All'improvviso ... con il mio solito tono di voce ... ma, quanto manca? ... manca tanto? Alla prossima ... AVVENTURA?!