

notiziario



CAO 125 1885

*Ma ul Cao l'ha sempar tirà drizz,
al sé mai fermaa,
l'ha sugutà a purtà gent sui munt
a caminaa.*

15 maggio buon compleanno CAO

Riprendiamo un verso della bella poesia dialettale che il socio Giancarlo Bondi ha dedicato al CAO, pubblicata in altra pagina di questo Notiziario e che è stata recitata con grande maestria durante la serata di presentazione delle attività, per riflettere sulla nostra Associazione ed i suoi 125 anni di vita.

segue a pagina 2 ►

notiziario trimestrale in omaggio ai Soci del CLUB ALPINO OPERAIO
CAO viale Innocenzo XI, 70 / 22100 Como Italia / telefono 031.263.121
www.caocomo.it / e.mail posta@caocomo.it


direttore responsabile Danilo Guerzoni
grafica Lavori in Corso / Cavallasca (Co)
stampa Grafica Malima / Como
spedizione in abbonamento postale 70%
autorizzazione Tribunale di Como n. 237 del 30 marzo 1972

anno XXXVIII / numero 2 / aprile 2010
la sede è aperta il martedì e il giovedì dalle 21.00

- 3 *Agenda soci*
- Campeggio*
- Errata corrige*
- 4 *Da Garzonera a Chamois*
- 5 *Stagione invernale 09-10*
- 6 *Riflessioni sul trekking in Nepal*
- 8 *XXXVII Campeggio CAO*
- 10 *Ul cumplean del CAO*
- 11 *Speciale 5x1000*
- 12 *Assemblea 2010*

ASSEMBLEA GIOVEDÌ 20 MAGGIO ORE 20,45

pagina 12 ►



Uno sguardo al passato, così pieno di storie entusiasmanti e di grandi realizzazioni, ma anche di momenti difficili, per capire se la strada intrapresa ci sta portando nella direzione giusta. Per capire se, anche in tempi ardui e spesso tormentati come quelli che stiamo vivendo, per il CAO c'è la possibilità di continuare a crescere e potenziarsi mantenendo fede ai principi ispiratori della sua fondazione.

Certamente, se guardiamo a questi primi tre mesi di attività del nuovo anno ed all'entusiasmo con il quale i nostri Soci hanno partecipato a quasi tutte le attività programmate, la risposta è senz'altro positiva.

Scuola di sci nordico, scuola di sci per i bambini, settimane bianche, gite con le ciaspole hanno raccolto l'adesione di un gran numero di persone che hanno partecipato con dedizione e passione, confortando il Consiglio Direttivo per le scelte fatte.

Ma il problema delle prospettive future deve però considerare anche altri fattori quali la partecipazione giovanile, il ricambio dirigenziale e l'apporto di nuove idee. Sono problematiche che coinvolgono quasi tutte le Associazioni ma che in ogni caso debbono essere affrontate per tempo.

Sono temi che possono essere discussi nella prossima Assemblea del 20 Maggio che non può essere solo un evento celebrativo ma deve assumere la funzione propositiva che da sempre auspichiamo. Un invito quindi a tutti i Soci ad intervenire e partecipare attivamente a questo momento assembleare dove è possibile far sentire la propria voce, esprimere critiche e valutazioni.

La circostanza del 125° compleanno ci induce poi ad invitare i Soci a fare un bel regalo al CAO utilizzando la possibilità di destinare il 5 per mille alla nostra Associazione. E' un gesto importante che permette di contribuire concretamente al sostegno del CAO e del quale sin d'ora ringraziamo tutti coloro che vorranno aderire.

Il Presidente
Erio Molteni



L'agenda per i soci

1-7 maggio

Trekking Selvaggio Blu (Sardegna)

alpinismo



16 maggio

Sui sentieri del Barbaresco

escursionismo



13 giugno

Gita per ragazzi al lago Ritom
(CH)
m 1810

escursionismo



13 giugno

Rifugio Zamboni - Zappa
m 2070

escursionismo



19-20 giugno

Traversata del Cevedale
m 3769

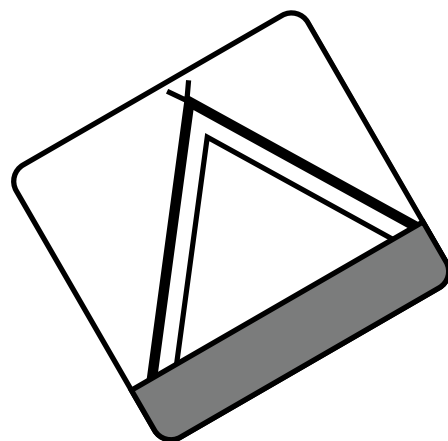
alpinismo



26-27 giugno

Rifugio Sassopiatto
m 2300

escursionismo



XXXVII

Campeggio CAO 2010

VALLE DI RHEMES

VALLE D'AOSTA

DAL 2 AL 27 AGOSTO

**Località Rhemes Saint Georges
frazione Voix (AO) m 1174**

Presso il camping "Val di Rhemes" è a disposizione dei soci un grande prato erboso, pianeggiante, attrezzato con tendone comunitario, cucina, lavelli, allacciamenti per luce elettrica ed in più... moderni impianti igienico-sanitari, docce con acqua calda gratuita, bar e spaccio alimentari, locale ritrovo.

Passeggiate, escursioni, arrampicate, alpinismo, mountain bike, rafting, canoa, natura, turismo, gastronomia, allegria, amicizia.

Attrezzatura minima individuale:
tenda, materassino, sacco a pelo.

Accessibile anche a camper/roulottes

Possibilità di prenotare caravan con gabbiotto in legno (da 2 - 4 posti) entro il mese di aprile

Informazioni ed iscrizioni in sede.

**GITA DEL 125°
AL PIZ NAIR**

Sul Libretto CAO 2010
è stata erroneamente
riportata la data
del 10 e 11 luglio.
La gita si svolgerà

**DOMENICA
11 LUGLIO**



Da Garzonerà a Chamois

di Alessio Mazzocchi



No, non ho sbagliato ad indicare la gita; e nessuno pensi che abbiamo fatto una tale traversata (forse con una gita di un solo giorno non saremmo riusciti a coprire l'intera distanza). Il fatto è che non volevo saturare il notiziario con i miei articoli (non soffro ancora di manie di protagonismo, per il momento) e perciò ho pensato di condensare in un unico articolo un breve resoconto delle prime due gite ufficialmente dedicate esclusivamente alle ciaspole. E dunque iniziamo con il 31 gennaio e la gita alla Capanna

compagnia a chi decide di trovar conforto nel suo caldo cuore (situazione paradisiaca, anche se la temperatura all'interno faceva pensare a ben altro luogo, che non alle distese celestiali). La discesa riserva qualche piccola sorpresa con passaggi impegnativi che quasi nessuno ricordava di aver fatto alla mattina: pare che, mentre tutti noi eravamo intenti a terminare la salita e, soprattutto, a sollecitare i muscoli mascellari nell'ora del pranzo, l'ente del turismo locale avesse modificato lo scenario, e cambiato il

co evento degno di nota della giornata sia stata la luculliana mangiata di gruppo: quando si parla di mangiare, però, le parole rendono poco, perciò... fortunato chi c'era. (Ovviamente stavo scherzando: anche il 7 febbraio le attività CAO hanno saputo esaudire tanto gli sciatori, quanto gli amanti delle ciaspole). Ed ecco così il 14 febbraio che ci vede protagonisti in Val D'Aosta: da La Magdeleine a Chamois. Le due sorprese più grosse ce le regala il tempo: prima con una bella nevicata lungo l'autostrada in suolo piemontese (che ci prepara al peggio e ci fa prefigurare una domenica di passione); poi con una bella giornata soleggiata (sole per quasi tutto il giorno) proprio nello scenario della nostra gita. Dopo aver ingranato la marcia, in un attimo ci ritroviamo a camminare in uno scenario da favola che ricarica il morale a tutti i presenti. Sulla candida coltre, scorgiamo anche le simpatiche impronte di qualche allegro animaletto locale: i più avveduti ed attenti scorgono dei pannelli esplicativi che ci informano trattarsi di "lepus timidus / lepre timida"; noi così conviviali, restiamo dispiaciuti nel conoscere la vera indole di quell'animaletto,



Garzonerà. Prima di iniziare il racconto, devo però ricordare che nelle gite con le ciaspole il viaggio viene effettuato in automobile (grazie a generosi soci che di volta in volta mettono a disposizione il mezzo e la pazienza di guidare) e perciò si perdono gli abituali momenti di goliardica convivialità di gruppo che caratterizzano i viaggi in pullman. Per tornare al 31 gennaio, devo ammettere che quel giorno non ero in gran forma ed i miei ricordi della giornata sono ormai diradati: mi par di ricordare che il clima fosse "leggermente freschino" (quasi come quello di inizio primavera). Partiamo da Nante e attraverso pendii boscosi, giungiamo in uno scenario incantato dove, sotto una coperta di neve, risposa la Capanna Garzonerà che, per l'occasione, ricomincia a fumare; ma non si tratta di un vizio, bensì di una virtù: infatti regala una bella spaghetтата in

bosco, per donarci qualche scarica di adrenalina, e non solo il paesaggio meraviglioso. Giunti alle macchine, le fasi di vestizione, cambio scarpe, ri-vestizione e carico bagagli, si svolgono in un tempo da record: nemmeno nei giorni lavorativi, quando non suona la sveglia e si devono recuperare minuti preziosi, si sono mai toccati tali picchi di celerità; forse tale fenomeno è stato causato dalla paura di dover pagare qualche tassa di occupazione del suolo pubblico, e così in un attimo siamo tutti rintanati in auto pronti per partire, senza aver potuto godere degli ultimi tepori della giornata! Ed ecco la seconda gita con le ciaspole: il 14 febbraio a Chamois. Lo so: in mezzo c'è stato anche il 7 febbraio, ultimo giorno del corso di sci a Campra, al quale ero assente. Per farmi perdonare l'assenza, però, mi sono informato e penso che l'uni-

e pensiamo subito a diverse ricette per farle perdere la timidezza. Il mare bianco sotto i nostri piedi ridesta in molti di noi la gaiezza dell'età infantile, tanto che qualcuno riscopre "il fanciullo che è in lui". Carichi per la gioia di una siffatta distesa nevosa tutta per noi, in un attimo ci ritroviamo al punto deputato alla sosta: non fosse stato per la neve, avrei pensato di essere in spiaggia a Rimini a Ferragosto, vista la quantità di gente presente sulla cima; il panorama che si gode sazia il nostro desiderio di montagna e di scenari innevati ma, ahimè, siamo pur sempre esseri umani e perciò...dobbiamo saziare anche la nostra fame. E qui mi fermo perché... non si parla con la bocca piena. La discesa si svolge in un clima più che mai allegro e consente qualche piacevole divagazione per chi vuole impreziosire una bella camminata, con qualche momento

Stagione invernale

di puro divertimento sulla neve. Il paese di Chamois è lo sfondo della nostra seconda sosta che consente il ricongiungimento dei due gruppi ("giro corto" e "giro lungo"), e ci offre la possibilità di goderci il caldo sole come tante lucertoline. E' però proprio durante questa sosta che corriamo i rischi maggiori: infatti il gruppo si trova a sostare al termine di una strada in discesa che, proprio in quel punto, presenta una curva abbastanza stretta ed il fondo risulta essere il punto più ghiacciato di tutta la valle: fortunatamente nessuno dei malcapitati che si trovano a capitolare proprio in quel punto ci travolge (e tutto si risolve con qualche "sederata"). Nemmeno gli sciatori che scendono temerariamente dal predetto curvone ghiacciato riescono a rovinarci l'allegria giornata, anche se in qualche occasione ci lasciano col fiato sospeso: recuperata la quiete (ed il fiato) possiamo così compiere l'ultimo tragitto fino alle macchine, non senza continuare a godere di viste incantevoli.

Per ora il racconto si interrompe, ma sarò ben lieto di riprenderlo alle prossime ciaspolate! Ciao a tutti!

In un solo scritto ben 3 grandi eventi di Pasquale Bernasconi

**Dal ventisei dicembre 2009
al due gennaio 2010**

Come di consueto, il CAO organizza la tradizionale settimana Bianca di fine anno, il tutto nelle uniche, stupende e chi più ne ha più ne metta: Dolomiti.

A questo invito ha aderito un gruppo di circa 15 simpatiche persone, la località come sempre è Panchià, Albergo Panorama in Val di Fiemme. Fra queste simpatiche persone ci sono fondisti, discesisti e ciaspolisti. Senza volerlo, la sera a tavola, ognuno faceva il proprio diario della giornata. I ciaspolisti, salvo per una giornata, li ho sempre visti entusiasti e la loro gioia la si poteva vedere dallo sguardo... Mentre per i fondisti, causa tempo e temperatura, era impossibile divertirsi a Lago di Tesero. I discesisti, beh...., loro sciano sempre e comunque, con acqua, vento, neve, nebbia ed anche con il bel tempo. Io saltuariamente li ho seguiti e devo dire tutto ok e ancora ok. Per quanto concerne il Cenone di Capodanno, rinuncio a descriverlo, in quanto è stato organizzato in modo superiore ad ogni aspettativa. Bisogna essere presenti per capire.

**Dal venticinque gennaio
al primo febbraio 2010**

Eccoci di nuovo nelle uniche e stupende Dolomiti, e dove? Se non all'albergo Panorama. Questa settimana è particolarmente dedicata ai Fondisti. Domenica 31 Gennaio c'è la grande Cavalcata Bianca che commuove ed affascina, giunta alla sua 37.ma edizione.

Il Club Alpino Operaio è presente con diversi Soci ed uno di questi ha partecipato a tutte e 37 le edizioni. (Ripeto ben 37).

Purtroppo, con il passare degli anni, non sono in grado di segnalare la classifica, comunque un BRAVISSIMI va detto. Alla sera in Albergo si festeggia il grande evento, con tanto, troppo e buono spumante, pure qui non basta un Ok, ma ce ne vogliono.....

Carissimi lettori del Notiziario, abbiate ancora un attimo di pazienza, perché devo rendere pubblico un altro grande evento:

**Scuola sci di fondo a Campra
durata ben 5 domeniche**

Sono stato presente solo due volte, anche a questo invito il tutto è andato nel migliore dei modi; non vi dico poi il giorno di chiusura, l'entusiasmo non era alle stelle ma oltre.

Ragazzi, io impiego ben 2 ore a fare la pista azzurra di 6 km., ma a mangiare e bere sono sicuro di poter salire sul Podio. Teh, c'è la Fondue (oltre che lo sci di fondo). Segue poi la chiusura corso. Beh, dico solo che i soci Cao sono unici (come le famose Dolomiti). Ma sai quante torte e quanto spumante c'erano???. Pure il maestro di Sci offre la grappa di sua produzione.

Fine corso, Tutti Promossi!!! OK.

E per finire...



di P.S.

Abbiamo terminato l'attività sociale con le ciaspole il 13 e 14 marzo in Valmalenco, al rifugio Cà Runcasch. Un weekend quasi primaverile, ma in un ambiente ancora pieno di neve. Due giorni di cielo terso, in uno scenario che ha incantato tutti per la sua bellezza. Ora, riposte le ciaspole nell'armadio, non ci resta che ringraziare tutti gli escursionisti (e sono stati davvero tanti) che quest'inverno ci hanno seguito con affetto. Adesso siamo pronti ed ben allenati per affrontare gli impegni estivi del CAO e calpestare finalmente un po' di erba, dopo tanta neve.

In attesa della prossima stagione bianca, che ci auguriamo sia altrettanto nevosa e divertente, come quella appena trascorsa insieme.



Qualche riflessione di un di Ugo Giannangeli



Ndr: il socio Ugo Giannangeli ci invia un articolo scritto al ritorno dal trekking in Nepal (dal 17 ottobre al 9 novembre 2009)
Cfr: vedi mail di Antonio Signoriello sul Notiziario 1 del 2010

È la nostra ultima notte a Lukla. Domani c'è il volo per Kathmandu. Che ci faccio in una "discoteca" io che non ci ho mai messo piede in 60 anni? E che ci fa una discoteca a Lukla nel cuore dell'Himalaya? Partiamo dall'inizio.

Siamo sul Cengalo, in una gita Cao, quando Antonio mi parla di questo trekking in Nepal. Gli dico subito di inserirmi tra i partecipanti. Da tempo pensavo ad un premio di pensionamento. Che cosa meglio del Nepal? Del resto, pochi possono permettersi di andare laggiù nella stagione giusta. Le ferie, di solito, coincidono con i monsoni.

Curo l'allenamento, mi attrezzo per l'altitudine e si parte. Primi giorni tutto benissimo: fiato, gambe, compagnia (io alzo la media di età, ma pazienza). E naturalmente montagne: cime di 6/7.000 metri che ti tolgono il fiato. Creste aeree, seracchi immensi appesi nel vuoto. A livello della cima di Cervino, Rosa e Bianco trovi erba secca e baracche di pietra con bimbi che giocano e ti guardano incuriositi.

Tutto bene sino a quando una maledetta bronchite inizia a manifestarsi. Tosse, naso chiuso. Aspirina, poi antibiotici. Febbre. Capisco che per me la parte alpinistica è finita prima ancora di cominciare ai 5.000 metri di Khare Camp. Mi stacco dal gruppo con un portatore, torno indietro ripercorrendo la valle dell'Inkhu e, giunto a Lukla, risalgo per il Kumbu, su e su, sino a Namche Bazar e poi da Tengboche sino a Pangboche, dove, alcuni giorni dopo, incontro gli amici che scendono dal passo Ampulapcha, dopo la salita al Mera Peak. Sette giorni da solo (il mio

portatore conosce dieci parole di inglese e comunque non è un loquace).

L'assenza di compagnia favorisce la meditazione. Ore e ore a camminare e pensare, pensare e camminare; un paio di argomenti meritano di essere socializzati per qualche riflessione. Chiunque è appassionato di montagna ha letto di questi luoghi. I grandi dell'alpinismo sono tutti transitati da qui. Su internet basta cliccare Tangnag, Ama Dablam e si vedono immagini bellissime.

Poco si sa, però, su sherpa e portatori. Li vedo in azione e mi sorge qualche dubbio sul turismo himalayano. Quanti vantaggi portiamo noi trekker? Quanta contaminazione culturale oggettivamente provochiamo? Portiamo soldi e lavoro, ma stravolgiamo la loro cultura e i loro costumi di vita. Gli sherpa, etnia di origine tibetana, forte gente di montagna e di religione prevalentemente buddhista, sono ormai dei "privilegiati": sono guide o aiuto guide.

I portatori sono per lo più induisti di casta bassa (le caste sono ufficialmente abolite da anni, ma nella realtà sono ancora ben presenti con tutte le loro assurde discriminazioni, anche dopo la morte, con diversità di riti e luoghi di cremazione, come abbiamo verificato a Kathmandu).

I nepalesi sono bassi e magri. Attualmente l'aspettativa di vita è "salita" a 58 anni (io sarei già morto da almeno 2 anni ed infatti il mio portatore si meraviglia del mio vigore, anche se la tosse continua gli faceva immaginare un imminente decesso).

Nonostante il fisico minuto, portano sulle spalle, con la tecnica della fascia sulla fronte, 50/60 kg. In un caso di trasporto di lattine di birra è stato facile il calcolo: 80 kg. Il tutto per 6/7 ore al giorno e per dislivelli notevoli (1.500/2.000 metri). Per accordo sindacale, il carico non dovrebbe superare i 30 kg, ma nessuno può permettersi di

rispettare il limite. Molti hanno ai piedi ciabatte da piscina.

L'ultimo giorno abbiamo scoperto che 4 dei nostri portatori avevano 15 anni! Abbiamo visto anche donne e ragazzine fare questo lavoro. Due portatori sono dovuti tornare indietro; saranno stati pagati? Dubito. Non credo proprio che abbiano assistenza mutualistica o cassa pensione.

Una cavaglia slogata gli costa la stagione. Gli sherpa hanno spesso un atteggiamento di supponenza nei loro confronti. Bene fa Antonio a fine trekking a consegnare la mancia direttamente ai portatori uno per uno; prova evidente di diffidenza verso gli sherpa. Soprattutto, benissimo fa Antonio ad offrire la cena a tutti i portatori, cena consumata tutti assieme (io ho impiegato due giorni a convincere il mio portatore a mangiare al mio stesso tavolo). Un bel discorsetto di Antonio in italo-inglese-nepalese sull'importanza del ruolo dei portatori.

Dopo cena, tutti in "discoteca" (un localino buio, con luci intermittenti, interrato sotto il ristorante, con il soffitto così basso che Marco, il più alto tra noi, se avesse voluto fare qualche saltino ballando, avrebbe dovuto mettersi il casco).

Ecco spiegato che cosa ci faccio in una discoteca a Lukla. Sherpa e portatori ballano felici nonostante l'assenza di ragazze: hanno mangiato, ricevuto paga e mancia, sono stati lodati ufficialmente dinanzi a tutti. Domani noi iniziamo il viaggio di ritorno. Loro accompagneranno altri occidentali. Ancora centinaia di chilometri e migliaia di metri di dislivello con un cibo del tutto inadeguato allo sforzo.

Secondo punto di riflessione: l'ecologia. Tutti sappiamo dei problemi dei campi base con tonnellate di bombole e materiali abbandonati. Poco si sa dello smaltimento dei rifiuti e della coscienza ecologica dei nepalesi. A Khare Camp, Chiara, Antonio ed io ci allontaniamo

ai margini trekking in

per una passeggiata. Ambiente stupendo. Dopo una curva del sentiero... siamo in piena pattumiera. E certo non differenziata.

Durante la settimana solitaria, io mettevo in tasca la carta delle caramelle, il mio portatore buttava a valle le bottiglie di plastica della Sprite.

Io andavo a recuperare e lui mi guardava stupito. C'è molta strada da fare. Una possibile soluzione: qui si paga tutto, l'ingresso in un Parco Nazionale, la salita ad una cima.

Parte degli introiti potrebbe essere utilizzata per il recupero e lo smaltimento dei rifiuti. I trekking facili come quello nella valle del Kumbu sono ormai percorsi da migliaia di persone dirette al campo base dell'Everest. Il problema è già attuale ed urgente. Non si deve commettere l'errore di considerare la questione ecologica un problema secondario.

Certo, il Nepal è uno dei Paesi più poveri del mondo e ha enormi problemi. E' in atto una fuga dalle campagne verso Kathmandu e gli altri centri urbani, con quello che di negativo comporta sempre l'urbanizzazione: inquinamento, confusione, disservizi (il Nepal potrebbe essere il secondo Paese al mondo per produzione di energia idroelettrica, eppure a Kathmandu la sera va via l'illuminazione). Per non dire delle conseguenze sociali, prima fra tutte la diffusione della prostituzione.

Da tempo si parla di "turismo consapevole", cioè non invasivo e rispettoso dei luoghi, delle genti e delle culture. Chi va in montagna certamente lo pratica e noi lo abbiamo praticato con il nostro comportamento quotidiano, rispettoso ed attento per oltre venti giorni.

Oggettivamente, però, il problema resta e va affrontato per migliorare le condizioni di vita e lavoro dei portatori e per preservare questi splendidi luoghi.



CAMPEGGIO CAO

dal 2
di Paola Spadina



Per gli appassionati di montagna, la Valle d'Aosta non ha bisogno di presentazioni. Vi si concentrano i più noti Quattromila delle Alpi; vette e ghiacciai dai nomi altisonanti, in una scenografia di grande fascino e di forte attrattiva turistica; famosi comprensori per lo sci alpino e località di soggiorno molto note e frequentate, sorte ai piedi di imponenti pareti glaciali di fama mondiale. Tanto per citarne tre: Monte Bianco, Monte Rosa e Cervino.

Eppure ci sono borghi, alpeggi e vallate dove la quiete della natura è preservata e difesa come una ricchezza. La valle di Rhemes, ad esempio, che ci ospita per il nostro campeggio estivo, è, secondo molti frequentatori dell'ambiente alpino, una delle più suggestive ed incontaminate valli delle Alpi Graie.

Si inserisce tra la Valsavarenche (già base del campeggio CAO nel 2005) e la Valgrisenche; il suo versante destro orografico è compreso nel Parco Nazionale del Gran Paradiso. Gli habituè del campeggio, quindi, conoscono bene la zona, che è stata mèta di diverse gite. I neofiti, che desiderano sperimentare una villeggiatura diversa dal solito, potranno visitare un territorio alpino dalle mille opportunità per tutti: una vacanza attiva e sportiva, comoda ed economica per tutta la famiglia, oppure, semplicemente, rilassante e distensiva.

La testata della val di Rhemes è adiacente alla valle piemontese di Soana e lambisce il confine di Stato, toccando i ghiacciai francesi della Val d'Isère in Savoia. E' un invito ad alpinisti ed escursionisti esperti ad affrontare affascinanti traversate in quota.

I piccoli nuclei abitati del fondovalle sono tranquilli borghi di media montagna, non ancora condizionati dagli aspetti negativi del turismo di massa. Anche d'inverno, grazie all'assenza di impianti di risalita, la valle risulta particolarmente apprezzata da fondisti e scialpinisti, che qui trovano diversi itinerari in uno scenario naturale ancora integro e quieto.

Fauna

Durante le camminate, nei valloni deserti e poco disturbati, è facile l'incontro con la fauna selvatica.

Il censimento parla attualmente dell'esistenza di circa 3500 esemplari di stambecco, il mite ed imperturbabile simbolo del Parco, che si lascia tranquillamente osservare dall'uomo.

Del camoscio, invece, si registra la presenza di ben 7000 capi. Più diffidente, agile ed elegante nei suoi balzi tra le rocce, non è più in pericolo di estinzione, anche a causa dell'assenza di predatori naturali, e vede crescere in eccesso la sua popolazione. Discreta è la presenza della volpe e di alcune coppie di aquila reale. Numerose le marmotte, di cui si contano circa 6000 esemplari.

Dall'Appennino è risalito anche un branco di lupi, un gruppo familiare composto da 5-6 animali, che si muove tra Valsavarenche, Val di Rhemes e Valgrisenche. Non è escluso anche l'avvistamento del gipeto, il famoso "avvoltoio degli agnelli", l'uccello più grande delle Alpi, assente dal 1912 e recentemente riapparso sull'Arco Alpino grazie ad un progetto di reintroduzione internazionale.



Località

Rhemes Notre-Dame, a 1723 metri di altitudine, è la località più elevata della valle. E' un rinomato centro-vacanza ed ospita il Centro Visitatori del Parco, dedicato in particolare agli uccelli del Parco ed al gipeto.

Da Rhemes Saint Georges, m 1218, il comune dove è ubicato il campeggio, partono sentieri e mulattiere che conducono in un territorio ideale per ogni tipo di escursionismo, dal più contemplativo a quello estremo. Ben visibile sopra uno sperone roccioso, sorge la chiesa di San Giorgio. In "patois" valdostano si pronuncia "Sèn Dzordze de Rèma". I parlanti di madrelingua francese e francoprovenzale sono circa un quarto della popolazione.



in Val di Rhemes, Valle d'Aosta, al 27 agosto 2010

Escursioni e vette

La valle di Rhemes è dominata dal massiccio calcareo della Granta Parey m 3386, che, pur non essendo la più elevata, è il simbolo della valle. Le altre cime principali sono: La Grande Rousse Nord m 3607, Tsanteleina m 3606, Grande Traversiere m 3496, Mont Taou Blanc m 3438 e Punta Galisia m 3345. Per favorire le ascensioni alle vette e l'escursionismo in quota, è aperto il rifugio alpino Gian Federico Benevolo m 2285 del CAI di Torino. Durante il soggiorno in campeggio, come sempre, ci sarà la possibilità di fare interessanti escursioni seguendo i numerosi sentieri ben tracciati e segnalati, inventandoci mètte e percorsi come meglio ci piacerà, in base alla nostra fantasia ed adeguati alle capacità di tutti i soci che vorranno unirsi a noi. La valle è attraversata dall'Alta Via n. 2 della Valle d'Aosta. Superando il colle della Grande Rousse m 3500 oppure di Bassac m 3153 o della Finestra m 2847, si passa in Valgrisenche. Salendo al colle Rosset m 3024 o al colle di Sort m 2967, si supera il contrafforte che ci separa dalla Valsavarenche. Qui si apre la vista di fronte ai superbi ghiacciai del Gran Paradiso, con la sua cima più elevata che supera il nobile limite dei quattromila metri (m 4061), l'unica delle Alpi a sorgere interamente in territorio italiano. I declivi erbosi della media e bassa valle sono ottimi anche per pedalare con la mountain bike e per fare tranquille passeggiate con tutta la famiglia, visitando alpeggi e laghetti alpini. Da vedere il bellissimo lago della Goletta, sovrastato dai seracchi ghiacciati della Granta Parey.

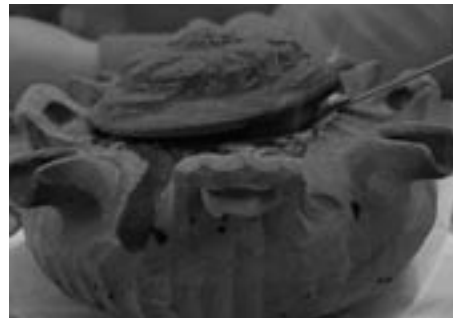


Turismo e divertimento

La valle è interamente disegnata dalla Dora di Rhemes, vivace torrente che parte dagli oltre 3000 metri del col di Rhemes, per poi finire la sua corsa nella Dora Baltea, all'altezza di Villeneuve, a pochi chilometri da Aosta. Qui, la successione di quattro paesi (Villeneuve, Introd, Arvier e Avise) crea una combinazione di natura, arte, sport e tradizione dove l'elemento dominante è l'acqua. Si può praticare rafting e hydrospeed, ci si può divertire nel parco avventura, oppure visitare i numerosi castelli e borghi medioevali: il castello di Saint Pierre, il castello di Sarriod, di Avise e quello di Introd, ovvero Entre-eaux (tra le acque), nelle aspre gole alla confluenza del torrente Savarà e della Dora di Rhemes, costruito nel 1260.

Tra i vari musei, è noto quello di Les Combes (la località frequentata per tanti anni da Papa Giovanni Paolo II per le vacanze estive) e il Museo Regionale di Scienze Naturali, presso il castello di Saint Pierre.

E poi, a pochi minuti d'auto, c'è Aosta, il capoluogo della regione. L'antica Augusta Praetorium è la seconda città d'Italia, dopo Roma, ad aver conservato il maggior numero di vestigia risalenti all'Impero Romano e che meritano di essere visitati: il centro storico perfettamente conservato e cinto di mura, la Porta Pretoria, il teatro, il foro, il criptoportico, le terme, l'anfiteatro ed il solenne Arco di Augusto. Altra tappa d'obbligo: la chiesa di Sant'Orso con il suo prezioso chiostro.



Gastronomia

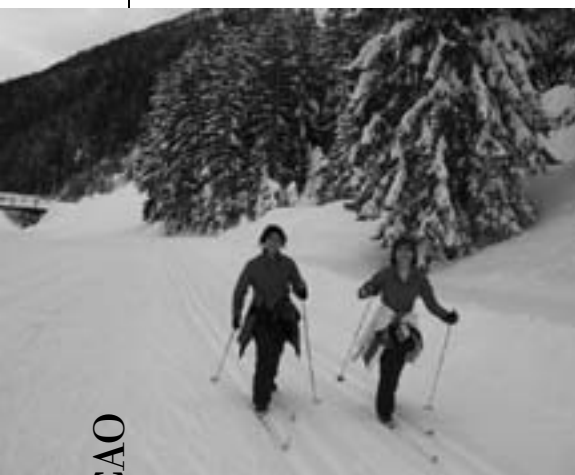
Non mancano gli itinerari gastronomici per i più golosi. I prodotti valdostani sono il fiore all'occhiello della regione, che, pur nel suo piccolo territorio, vanta ben 51 prodotti tipici, tra frutta, miele, salumi, formaggi e vini. Non solo fontina, quindi, ma una serie di preziose golosità. Tra i salumi meritano un assaggio: la mocetta (oggi fatta con carne di bovino o di camoscio, ma, in passato, fatta con la coscia dello stambecco, ora animale protetto), il lardo d'Arnad ed il Teteun (mammella di mucca salmistrata, da provare con la marmellata o una salsa agrodolce).

Altri tradizionali piatti forti, oltre alla classica selvaggina, sono la zuppa di Valpelline, la polenta concia, la fonduta e gli gnocchi, il tutto a base di formaggio, da accompagnare con robusti e pregiati vini rossi di montagna. E per dare il colpo di grazia: l'immane genepì oppure il caffè alla Valdostana, alcolico zuccherato e speziato, servito nella Grolla (graal = coppa), il tipico recipiente artigianale con i beccucci per le bevute conviviali.

Vi aspettiamo numerosi

La posizione centrale della nostra valle, rispetto alla regione, consente di spostarsi agevolmente in altre zone di grande valore turistico (ad esempio La Thuile, Courmayeur, Cervinia ecc.) e visitare le altre valli che si diramano dal capoluogo Aosta. E' un'opportunità di vacanza in un territorio naturale di prima classe, alla presenza di strutture ben attrezzate per ogni attività outdoor. Qui tutto è possibile: volendo...anche una bella giornata di sci estivo, ai 3600 metri del Plateau Rosa. Però, il bello è poter ritornare alla sera nel silenzio dei boschi, tra stambecchi e camosci, a goderci la pace e la tranquillità, nello spirito del CAO, con rispetto per la natura che ci ospita ed in serena convivialità.





Ul cumplean del CAO: dialogo tra *marì e miee*.

*“Ma par de senti Cao,Cao, và a vedè Giuan,
 quand te sarà la porta te forsi ciavà de foo ul can?”*
*“L’è minga ul can che buja, ma la gent che vusa,
 de cuntenteza, perché cumpis i ann una bela tusa.”*
*“Ah sì? E quanti ann la fà, e chi è che la saria?
 Ti ta la cugnusat? Te fa ‘na quai purcheria?”*
*“De ann ga nà tanti, cenvinticinq per l’esateza,
 ma te de vedela, ia porta che l’è ‘na beleza.”*
*“Cusè!? Ma chi l’è sta stria che la ta incanta?
 Ta disat che sun vegia mì che ga nù apena setanta!”*
*“Ma tas Maria, e sara quela boca,
 certi volt ta ragionat propri cumè un’oca.
 Adess ta spiegghi: ul Cao l’è una bela società,
 cugnusuda e benvuluda in tuta la cità.
 Pensa ti che quand che l’han creada,
 l’Italia l’era poch che l’era stata unificada.
 Ghè stà un pù de guerr, un pù de ann gram,
 mumenti bej e altar che s’è pati la fam.
 Ma ul Cao l’ha sempar tirà drizz, al sé mai fermaa,
 l’ha sugutà a purtà gent sui munt a caminaa.
 La fa cugnus la muntagna, afruntala cun pasion,
 l’ha insegnaà a sciaa, a rempegà a inter generaziun.
 Incoo ul Cao a l’è furmaa de tanti amis,
 che voran dumà andà in muntagna a divertis.
 E se vun al sa presenta, in prunt ad acetal,
 a cundiziun che ga piasa la muntagna e ‘l rumpa minga i ball.
 Pensa Maria, cent e pasa ann in propri tanti,
 ma ul Cao de fastidi ga na minga e ‘l guarda sempar avanti.
 L’è bel savè che a Com, una cità che la và indree,
 ghè ammò gent che de impegnas ga n’ha mai asee.”*
*“Sì, sì Giuan, sun minga scema, ù capì tutcoss,
 perché ti, cui donn, te se sempar stà un baloss.
 Te sugutà a menziunà una tua murusa vegia,
 e mò ta vegnat scià de mi, perché lee la sarà ormai fregia.”*
*“Maria mucala de vusà e de fa casott,
 anca stavolta, cume al solit, te capì nagott.”*
*Te me propri stufi! Al sé cusè che fù? Ta disi ciao,
 tiri su ul mè zaino e vù in muntagna con ul Cao!*

Un socio

SPECIALE

cinque per mille

Con la consegna dei CUD da parte delle aziende o degli enti pensionistici, si apre la stagione del 5 x mille.

Il momento in cui occorre scegliere quale organizzazione sostenere, senza alcun costo, con una semplice firma e con l'indicazione di un numero.

*vi proponiamo
il numero giusto
00453090136*

E' IL CODICE FISCALE DEL CAO CLUB ALPINO OPERAIO

E' consentita una sola scelta

Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle associazioni di promozione sociale e delle associazioni e fondazioni riconosciute che operano nei settori di cui all'art. 10, c. 1, lett. a), del D.lgs. n. 460 del 1997

FFIATA

Finanziamento della ricerca scientifica e delle università

FFIATA

Sostegno delle attività sociali svolte dal comune di residenza

FFIATA

Sostegno alle associazioni sportive dilettantistiche riconosciute ai fini sportivi dal CONI e norme di legge

FFIATA

00453090136

QUINTA CASELLA

non costa nulla

E' un gesto importante che non comporta alcun aumento delle imposte da versare, ma permette di contribuire concretamente al sostegno dell'Associazione

*non è un'alternativa
all'8 per mille*

E' un'opportunità distinta dall'8 per mille, non la sostituisce ed ha finalità diverse

assemblea



CAO duemila10

12 notiziario CAO



I soci del CAO

**sono invitati a partecipare all'Assemblea ordinaria
che avrà luogo giovedì 20 maggio 2010**

a Como presso la sede in viale Innocenzo XI, 70

in prima convocazione alle ore 20.00

e in seconda convocazione alle ore 20.45

ordine del giorno

- 1 Nomina del Presidente dell'Assemblea, del Segretario e di tre Scrutatori**
- 2 Relazione Morale**
- 3 Relazione Finanziaria**
- 4 Approvazione della Relazione Morale e Finanziaria**
- 5 Varie ed eventuali**
- 6 Premiazione soci Trentennali e Cinquantennali**
- 7 Nomina di sette Consiglieri e di un Revisore dei Conti**

**Hanno diritto al voto tutti i soci in età superiore ai 16 anni (art.11 dello Statuto) in regola con il tesseramento 2010.
Durante l'Assemblea sarà possibile rinnovare il bollino per l'anno 2010.**

Delego il Socio

a rappresentarmi all'Assemblea Ordinaria del 20 maggio 2010

firma (leggibile)

Ogni Socio può presentare una sola delega in rappresentanza di un altro Socio a norma dell'articolo 11 dello Statuto

Delego il Socio

a rappresentarmi all'Assemblea Ordinaria del 20 maggio 2010

firma (leggibile)

Ogni Socio può presentare una sola delega in rappresentanza di un altro Socio a norma dell'articolo 11 dello Statuto