



notiziario in omaggio
ai Soci del CAO
CLUB ALPINO OPERAIO 1885
Associazione
di promozione sociale
RUNTS 625 / 27.06.2022
viale Innocenzo XI, 70
22100 Como Italia
tel: 031.263.121
e.mail: posta@caocomo.it
www.caocomo.it
pec cao.como@arubapec.it
CF 00453090136

direttore responsabile
Andrea Bocci
grafica Lavori in Corso
San Fermo (Co)
stampa Castelletti Erba (Co)
Poste Italiane SPA
spedizione in abbonamento
postale 70%
autorizzazione
Tribunale di Como
237 / 30.03.1972

anno LII - numero 1
aprile 2026

la sede è aperta
il **giovedì** dalle 21.00

CARISSIMI SOCI,

da quest'anno siamo riusciti ad attivare, finalmente, un'assicurazione infortuni valevole durante le nostre gite e attività sociali. Ci stavamo pensando da tempo e finalmente abbiamo trovato un prodotto assicurativo che fa al caso nostro.

In sintesi, durante la partecipazione alle nostre gite, in caso di infortunio, siamo coperti limitatamente a quanto indicato nello specchietto che vedete.

Ci sono ovviamente dei limiti e delle regole: l'aspetto fondamentale è essere socio nell'anno in corso e regolarmente iscritto alla gita o iniziativa.

L'assicurazione al momento ha due sole esclusioni: alpinismo superiore al 3° grado (*raro/assente nelle nostre gite*) e lo sci alpinismo. Per quest'ultimo vedremo in futuro di poter negoziare con la compagnia anche la sua copertura.

Come funzionerà?

Chi subirà infortunio nel corso della gita dovrà informare subito il capogita che contatterà la direzione del CAO che, a sua volta, supporterà il socio nella pratica di apertura del sinistro.

Come per tutte le polizze assicurative infortuni, fondamentale sarà il referto di Pronto Soccorso o documento equivalente, oltre che i dati precisi dell'accaduto.

Ci sono delle esclusioni (*stato di ebbrezza, guerra, ecc. ecc*) che andranno valutate anche con il liquidatore: cercheremo sempre di dare il massimo aiuto all'infortunato!

Non mi resta che augurare buone gite a tutti!

GARANZIE ATTIVE	FRANCHIGIA	SOMMA ASSICURATA / MASSIMALE
Morte per infortunio		
Beneficiari eredi testamentari o legittimi, in parti uguali		35.000,00 €
Invalità permanente per infortunio		
tabella di determinazione INAIL	Franchigia assoluta 3% (5% con più di 85 anni)	100.000,00 €
Diaria da ricovero per infortunio		
per giorno ricovero		50,00 €
Spese di cura per infortunio		
Diaria da ricovero per malattia		1.500,00 €
per giorno ricovero		50,00 €

il vostro Presidente
Giorgio Galvani

giovedì 28 maggio
alle ore 21:00
presso la sede
si terrà la

**ASSEMBLEA
2026**

a pagina 8
l'ordine del giorno
della convocazione



a sinistra:

fotografia storica del
1935 consegnata al CAO
e opera del nonno
della famiglia Vasconi

l'immagine mostra
San Martino di Griante
verso Bellagio

pagine 2 + 3
serata CAO 2026

pagine 4 + 5
bei libri
gara bocce
concorso fotografico
burrac(a)o

pagine 6 + 7
quattro gite

pagina 8
ASSEMBLEA 2026

CAO
NOTIZIARIO

VIBRAZIONI ...AL FEMMINILE

Il tempo corre, il tempo incalza... bisogna trovare un'ospite per la serata di presentazione di gennaio del programma attività 2026 del CAO.

Con gli ospiti Marco Majori e Federico Secchi, che hanno presentato la spedizione al K2 del 2024, la serata del CAO è stata un successo. Già, e adesso? ...chi interpellare per mantenere alto l'interesse alpinistico, la relativa presenza dei Soci e nello stesso tempo diversificare l'attività? Ecco, c'è Silvia Loreggian, una delle protagoniste della spedizione italiana al K2-70, guida alpina e appassionata di arrampicata in tutte le sue forme. L'avevo già contattata nel settembre del 2024 ma, pur avendo accettato l'invito, quasi all'ultimo momento ha dovuto disdire per partire per la Patagonia. Mi scrive: "Mi dispiace davvero per il disagio, spero che ci sarà occasione in futuro di riorganizzare qualcosa insieme".

Correva l'anno 2025, un giorno qualsiasi di settembre come quasi una promessa, le scrivo: "Ciao Silvia, sono Antonio del CAO di Como. Come stai? Tutto bene? ... vorrei sapere se sei ancora interessata e disponibile e che attività potresti proporre delle tue imprese alpinistiche, come ospite per la serata CAO a gennaio 2026?".

Silvia: "Sì, ricordo bene e mi farebbe senz'altro piacere, grazie di aver ripensato a me, sono disponibile. Ho diverse cose da raccontare che non siano il K2, la più "fresca" è la traversata delle Alpi in bicicletta che ho appena concluso, dove ho scalato 6 pareti Sud tra le più belle delle Alpi, introdotto un po' da altre esperienze extra-europee".

15 gennaio, Cinema Astra, i Soci hanno risposto positivamente all'invito del CAO, i posti in platea e in balconata sono quasi tutti occupati. Si spengono le luci, tranne quelle del palco, e così mi ritrovo anche quest'anno a presentare l'ospite gradito della serata, come sempre per me un'emozione e un onore.

Nonostante ci fossimo incontrati al suo arrivo qualche ora prima, è solo ora sul palco che percepisco il suo sorriso, il suo sguardo profondo e soprattutto la sua voce, carica di entusiasmo per il suo "essere", essere donna, capace di trasmettere con grande vitalità quelle sensazioni di *vibrazione*. Credetemi, l'ho percepito prima di aver letto le sue parole "Avete presente quella sensazione di *vibrazione* vitale? Ecco, io la provo con un movimento inaspettato contro la gravità o in piedi su una vetta tanto sudata. Ed è per questo che continuo a farlo". *Vibrazioni* al femminile, trasmesse, oltre che da parole cariche di passione, anche con bellissime e particolari immagini di avventure tra pareti di roccia e ghiaccio in diverse parti del mondo: Alaska, Pakistan nella regione del Baltistan Torri del Trango e ghiacciaio del Baltoro Karakorum con



testo di
Antonio Signoriello
fotografie di
Angelo Balestrini
Erio Molteni
Antonio Signoriello



la spedizione italiana K2-70. Sensazioni provate in ambienti remoti, vissute in modo diretto con le varie e differenti realtà che ogni viaggio-spedizione ti presenta. Situazioni di vita in montagna, difficoltà in parete che devi superare per ottenere la gioia del raggiungimento dell'obiettivo, ma soprattutto per aggiungere quel tassello in più di sicurezza interiore. Ricerca delle tue capacità nell'affrontare e superare momenti di difficoltà inaspettati, rimanere sempre attivi, dinamici e presenti in un tutt'uno con la montagna nel suo ambiente in parete, a volte ostile. Silvia tutto ciò lo ha percepito fin dalla sua adolescenza, anche favorita dai suoi genitori amanti della natura e della montagna, ed è stata in grado di trasformare tutte queste sensazioni di vita e viaggi tra i monti nelle sue *vibrazioni*.

Silvia ci ha proposto alcuni dei suoi progetti, in particolare la sua fantastica traversata delle Alpi in bicicletta da Ventimiglia a Monfalcone in compagnia dell'amica Aurelia Lanoe, progetto realizzato in modo sostenibile, nel pieno rispetto dell'ambiente. Una sensazione di vibrazioni durata un mese, conclusasi con il raggiungimento di ben sei cime scalate su pareti sud, tra le più belle e rinomate delle Alpi. Un progetto ambizioso? Forse sì, ma ben costruito e realizzato nei migliori dei modi. Un progetto nato come un sogno di vita, Silvia lo ha portato a termine con la semplice consapevolezza delle sue capacità, con grande entusiasmo ed amore per la montagna. Cara Silvia, penso che le tue *vibrazioni* ci abbiano trasmesso quella consapevolezza di affrontare, come in parete così nella quotidianità, quei "passaggi" impegnativi che la vita ci presenta. Quelle *vibrazioni*, accompagnate dal tuo sorriso contagioso, ci hanno invitato a sognare un nuovo percorso di vita, perché: "Sognare è vivere, per vivere un altro sogno".

Lo zaino essenziale



testo di
Alessio Mazzocchi

a proposito di libri,
date un occhio
a questo luogo

**LIBRERIA
ALPE COLLE**

www.
alpecollelibreria
.com

Nella mia eterna ricerca di libri da leggere in treno, spulciando nel catalogo della biblioteca, mi sono imbattuto in un titolo che ha attirato la mia attenzione: "Lo zaino essenziale".

Vedendo che il libro era curato dal CAI, ho avuto la conferma che si trattasse di una lettura per appassionati di montagna, e ne ho letto la descrizione.

Temevo potesse trattarsi di un noioso manuale su come preparare lo zaino e come sceglierne il contenuto, ma ho corso un rischio e ho deciso di leggerlo.

Certo, chi va in montagna da anni è spesso convinto di non avere bisogno di consigli su cosa portarsi durante le proprie escursioni; ma in montagna è sempre meglio non sentirsi troppo sicuri.

La letteratura di montagna ha dedicato innumerevoli pagine al tema dello zaino, alla sua importanza e al suo significato materiale e metaforico: oltre a essere un bagaglio che ci portiamo sulle spalle, è anche il simbolo delle nostre esperienze, della nostra storia, e della storia di tutti quelli che ci hanno preceduti sui sentieri e sulle vette.

Seguendo questo dualismo materiale/immateriale, "Lo zaino essenziale" ci presenta una serie di oggetti (utili o essenziali) da tenere nello zaino; ma non si tratta di un semplice elenco: perché a ogni oggetto corrispondono delle riflessioni sui vari temi legati a quell'oggetto.

Non voglio svelarvi troppi dettagli dell'opera per non rovinarvi la sorpresa, ma cito uno degli oggetti indispensabili e le riflessioni che si possono fare in merito.

La borraccia è fondamentale per avere una scorta di acqua durante le nostre uscite: ma quante volte ci siamo fermati a riflettere sull'importanza dell'acqua, sulla difficoltà di reperirla in certi periodi e in certe zone.

Spesso la diamo per scontata, abituati come siamo ad aprire un rubinetto e vederla scendere... ma quando restiamo senza, in una giornata rovente, lungo un sentiero senza sorgenti... allora comprendiamo quanto sia preziosa e quanto sia doveroso tutelarla.

Da un singolo oggetto possono scaturire infinite riflessioni, oltre a quelle che questo libro ci presenta; ed è questa, secondo me, la bellezza di quest'opera: che non si esaurisce con la sua lettura, ma ci lascia spunti per proseguire il dibattito. E sarebbe bello che tale confronto proseguisse anche nei gruppi di frequentatori della montagna, proprio come il CAO.

Devo ammettere con piacere che durante le nostre gite, o in sede, capita spesso di confrontarci su alcuni aspetti del nostro andare in montagna e sull'attrezzatura da utilizzare: cartina e bussola



prima coppia classificata



prima e seconda coppia classificata



prima e terza coppia classificata

XXII trofeo FIORELLA NOSEDA gara sociale di bocce e castagnata alla capanna cao domenica 19 ottobre 2025

prima coppia classificata
Cappelletti Diego - Rigoni Enrico

seconda coppia classificata
Prunotto Gian Luigi - Mascetti Luciano

terza coppia classificata
Leonardi Jole - Taiana Carlo

oppure GPS o APP sul cellulare? Macchina fotografica o foto con il telefono? Panino o barrette? Sulla maggior parte delle questioni non c'è una "scelta giusta", ma solo scelte personali che si possono basare su preconcetti, oppure su esperienza, esperimenti e confronto con gli altri.

E se iniziassimo a guardare con occhi diversi il nostro zaino, quello che ci mettiamo dentro, quello che ci sta dietro, forse troveremmo ancora più piacere e consapevolezza nel nostro andare in montagna e nel condividere la montagna con altre persone: sarà un po' come ritornare alle prime volte che andavamo in montagna, incerti e penserosi su cosa mettere nello zaino, ma euforici per la novità.



primo premio **Giorgio Galvani** (presidente CAO) con **NEVE**



secondo premio **Licia Giudici** con **AUTUNNO IN VALMALENCO**



terzo premio **Marco Filipazzi** con **NUBI E NEBBIE GRIGNA SETTENTRIONALE - VIA DI CRESTE**



premio speciale **Roberto Mazzola** con **C'È UNA STRANA LUCE**



la MONTAGNA 49° concorso fotografico nei suoi vari aspetti

fotografie serata
della premiazione di
Diego Cappelletti

Al concorso hanno partecipato **20 partecipanti** che hanno presentato **98 opere** di cui **4 premiate**, che potete vedere qui a fianco e **6 segnalate**:

Annamaria Adami
GIOCHI NEL CIELO

Giorgio Galvani
SALITA

Licia Giudici
LE STELLE DEL CAREGA

Daniele Luraschi
PASSO DELLA FORCOLA e PIAN GRANDE

Erio Molteni
VERSO LA VETTA

quin^{to} torneo di
burrac(a)o
venerdì
22 maggio
ore 19,30
in sede

**INFORMAZIONI
E ISCRIZIONI**
333 8700130
349 4366549

11/12 ottobre 2025
gita di chiusura

RIFUGIO NICOLA Piani di Artavaggio

Ed è arrivata anche la gita sociale di chiusura di una intensa annata escursionistica per i 140 anni del CAO. Meta di quest'anno è stato il rifugio Nicola ai piani di Artavaggio. Complice il recente impegnativo trek in Albania e il pit-stop sanitario di diversi Soci siamo saliti solo in 15 ai piani, in parte a piedi, in parte in funivia ma con salita alla cima aerea del Sodadura. Eccellente trattamento di mezza pensione in rifugio, con visita al vicino Rifugio Cazzaniga per caffè, torte e bombardini. La domenica, con sole splendente sopra un suggestivo mare di nubi basse, ci ha visto compiere la salita alla vicina Cima Piazza e il lungo anello attorno allo Zuccone Campelli che ci ha condotto fino ai piani di Bobbio e da lì in picchiata fino alle auto lasciate a Moggio. Stupenda esperienza in sano spirito CAO!



27 febbraio / 1° marzo
ciaspole

ALTOPIANO DI ASIAGO

Dopo le prime uscite di febbraio con le ciaspole in Val Cavargna e valle di Blenio, la stagione trova la sua degna conclusione con un intrigante weekend sull'altopiano di Asiago.

In 32, confortevolmente ospiti dell'hotel Milano, nel centro di Asiago, il gruppo ha dapprima visitato, in rispettoso pellegrinaggio, il mausoleo dei caduti della Grande Guerra e ha poi più piacevolmente appreso, presso il caseificio Pennar, i segreti della produzione del famoso formaggio Asiago nelle sue svariate e curate versioni.

Sabato, a parte 5 fondisti, il gruppone ha percorso l'anello Turcio - osservatorio astronomico alto - tra neve, sole, faggete e variegata espressioni artistiche in legno del maestro Patrizio, con serata folcloristica in centro per il rogo della loro Giubiana. La domenica salita da Campovecchio per abetaie al Forte e Rifugio Verena m.2020, con visione panoramica del comprensorio, ricco di tanti significati storici per la nostra libertà.

Con la sapiente organizzazione di Barbara e Lorenzo abbiamo vissuto una tappa significativa e intensa della nostra esperienza escursionistica di gruppo.



Dopo la bella serata di gennaio al cinema Astra di Como per la presentazione del nostro programma escursionistico 2026, il gruppo ciaspolatori

primo febbraio 2026
ciaspole

VAL CAVARGNA



del CAO ha compiuto la prima uscita domenica primo febbraio con meta la val Cavargna. Il mese di gennaio si è rivelato per noi inaffidabile a causa di strade franate, scarsità di neve e meteo capricciosa, ma la prima domenica di febbraio ha ripagato le nostre attese con una giornata mite e soleggiata di grande soddisfazione. Da San Nazaro abbiamo risalito la traccia agrosilvopastorale fino al Rifugio Croce di Campo, con un dislivello di circa 800 metri e al cospetto del suggestivo Pizzo di Gino, con splendidi scorci sul lago, le nostre cime comasche e la barriera alpina. In 20 abbiamo trascorso una allegra giornata rischiarata dall'azzurro del cielo e dal candore della buona neve caduta, accompagnati dal solito spirito CAO.

1/8 marzo
sci alpino / sci nordico / ciaspole / escursionismo

54^ settimana bianca DOBBIACO



Monte Elmo ▲
Cortina Monte Cristallo ▼





C.A.O. Club Alpino Operaio

Associazione di promozione sociale

Viale Innocenzo XI, 70 – 22100 COMO - Cod. Fisc. 00453090136
www.caocomo.it – PEC: cao.como@arubapec.it
iscrizione al RUNTS con determinazione n. 625 del 27/06/2022

Como, 13 aprile 2026

:

Convocazione Assemblea Ordinaria dei Soci

I soci del CAO Club Alpino Operaio A.P.S. sono convocati in assemblea ordinaria presso la sede sociale in Como, Viale Innocenzo XI n° 70, in prima convocazione il giorno 27 maggio 2026 alle ore 7,00 ed occorrendo in seconda convocazione il giorno

Giovedì 28 maggio 2026 alle ore 21,00

per discutere e deliberare sul seguente **ORDINE DEL GIORNO**:

1. Nomina del Segretario dell'Assemblea e di tre scrutatori;
2. Relazione del Presidente;
3. Presentazione ed approvazione del Bilancio al 31/12/2025 e conseguenti adempimenti;
4. Presentazione ed approvazione del Programma Attività del 2026;
5. Autorizzazione al Consiglio Direttivo per valutazioni di possibile vendita della Capanna CAO
6. Elezione di 13 Consiglieri e di 1 Revisore dei Conti per il triennio 2026/2028 e comunque fino all'approvazione del bilancio al 31/12/2028;
7. Premiazione Soci Trentennali e Cinquantennali.

Si ricorda che, a norma dello statuto sociale, possono partecipare ed esprimere il voto gli associati in regola con il pagamento della quota associativa annuale. Ogni Socio, purché non sia membro del Consiglio direttivo, può presentare fino a tre deleghe in rappresentanza di altri Soci.

Al fine di facilitare le operazioni di elezione, è possibile presentare la propria candidatura a consigliere o revisore inviando a cao.como@arubapec.it entro il 11 maggio 2026 la relativa richiesta sottoscritta.

Il Presidente

Giorgio Galvani

DELEGA

Il/a sottoscritto/a _____

Delega il Socio _____

a rappresentarlo all'Assemblea Ordinaria dei Soci del 28 Maggio 2026.

Firma _____

Il diritto di voto è esteso anche ai Soci minorenni, ma l'esercizio di tale diritto è riservato a chi esercita la relativa responsabilità genitoriale.