



il cimone

NOTIZIARIO DELLA SEZIONE DI MODENA DEL CLUB ALPINO ITALIANO

Trimestrale - Anno XXXIII - Nuova serie n° 1 - Marzo-Aprile, 2021 - Tariffa R.o.C. Iscrizione 10621 - Poste Italiane s.p.a. - Spedizione in abbonamento postale D.L.353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n° 46) art. 1, comma 1, DCB Modena - Tassa Riscossa - Abbonamento riservato ai soci di euro 2,00 è stato assolto nella quota associativa



La salita continua

È come un'ascesa infinita l'attesa della libertà perduta

La pandemia continua e con essa anche le limitazioni agli spostamenti e di conseguenza anche alle nostre attività. Abbiamo cominciato l'anno fiduciosi iniziando con i corsi invernali, ma l'aumento dei casi ha portato a nuove restrizioni e di conseguenza all'interruzione delle attività. Speriamo di ripartire quanto prima in sicurezza e che questo maledetto virus ci dia un po' di tregua. Anche il nostro Settore Giovanile si è fatto valere in questi mesi: continuando il percorso di attività-spot iniziato quest'estate con l'obiettivo di non lasciare i ragazzi soli in casa, in questi primi mesi dell'anno ha iniziato con loro un programma di uscite in ambiente invernale. Le lezioni on-line sono state seguitissime e le loro uscite sul nostro territorio hanno regalato loro una pausa dal clima asfittico che si vive in città, il

tutto senza mai dimenticare le norme di distanziamento sociale; d'altra parte essere a distanza è fondamentale per una buona battaglia a palle di neve. Ora che siamo in zona rossa anche loro si sono dovuti fermare, ma le loro attività ripartiranno non appena ci verrà data l'occasione: gli accompagnatori stanno già lavorando alle proposte per i prossimi mesi. Nel frattempo continuiamo con le serate dei Martedì del CAI dal 26 marzo, con qualche spostamento, ma al momento sono la sola cosa possibile, viste le chiusure. La Sezione dai primi di marzo, infatti, sarà chiusa fino a che Modena resterà in zona rossa e non potremo riaprire la segreteria che resterà comunque raggiungibile via mail (segreteriaaimodena@gmail.com) e continuerà con i tesseramenti fatti tramite bonifico bancario; il bollino vi arriverà per posta.

A non fermarsi, invece, è l'attività di manutenzione sentieri. I nostri volontari armati di pennello, cartelli nuovi e motosega stanno continuando il loro lavoro per garantire vie percorribili e una segnaletica chiara ed efficace. Attualmente sono al lavoro sulla Via Romea Strata, un'antica via di pellegrinaggio che era anche via di comunicazione, di commercio e di cultura. Nel frattempo, è stata definita la rete dei sentieri di Lama Mocogno grazie all'opera dei nostri soci che abitano nella zona. Non siamo, però, i soli a muoverci con i colori bianco e rosso per i sentieri: la Sezione di Bologna sta portando avanti proprio in questi giorni il progetto della Linea Gotica, progetto che interessa anche il nostro territorio e per il quale stiamo collaborando.

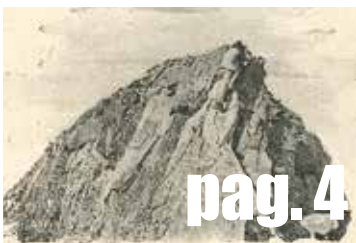
Anche il lavoro sulla nostra carta dei sentieri non si è fermato. Le modifiche, i miglioramenti e il lavoro che è stato fatto in questi mesi è tale che quella che uscirà dalle stampe non sarà una versione riveduta di quella attuale, ma una nuova edizione a tutti gli effetti. Visto, però, che l'uscita è prevista con l'arrivo della bella stagione ne parleremo più nel dettaglio nel prossimo numero del Cimone. Guardando ai mesi che verranno, abbiamo presentato il corso di Alpinismo e stiamo programmando quello di Escursionismo avanzato, che presenteremo ad aprile sempre on-line per evitare assembramenti.



Pubblichiamo il calendario 2021 nella speranza possano realizzarsi i programmi proposti

in questo numero

storia



pag. 4

giardino



pag. 5

medicina



pag. 6

continua a pagina 2

Per le gite dovremo attendere almeno di essere in zona gialla per poter condurre dei gruppi di persone senza incorrere in sanzioni: speriamo che questa ondata si plachi con i primi caldi come lo scorso anno e ci permetta di ricominciare.

In zona arancione è consentita solo l'attività sportiva individuale ove non sia disponibile nel proprio Comune di residenza, cosa che ha causato molte incomprensioni e interpretazioni arbitrarie, poco condivisibili ma soprattutto non uniformi e quindi anche situazioni spiacevoli. Dai chiarimenti arrivati dal Ministero in seguito alla richiesta del presidente Vincenzo Torti si evinceva che le racchette da neve, lo sci di fondo e lo sci alpinismo e l'alpinismo fossero da considerarsi sport e, quindi, possibili, mentre le semplici passeggiate non erano ammesse. Purtroppo in molti casi le forze dell'ordine hanno considerato le "ciaspolate" attività ludica arrivando anche a comminare delle sanzioni. Evidentemente i chiarimenti non erano così chiari o non sono stati diffusi correttamente.

I nostri soci, però, non sono i soli a frequentare il nostro appennino. È ormai consolidato che, vista l'impossibilità di poter fare qualsiasi altra cosa, gli abitanti di città abbiano trovato nella montagna un'ottima occasione per fare attività motoria, stare in compagnia e passarsi il tempo. Se in estate questo fenomeno non ha suscitato particolari allarmi, con l'arrivo dell'inverno le cose sono cambiate. Purtroppo in questa situazione il desiderio di "evadere" ha portato tante persone ad esporsi a pericoli evitabili con un minimo di conoscenza e preparazione. Abbiamo visto gli interventi del Soccorso Alpino per mettere in salvo persone che incautamente avevano affrontato percorsi al di sopra delle loro possibilità o che sono stati affrontan-

ti con attrezzatura non adatta. Per questo motivo ricordiamo ancora una volta, come del resto ha sottolineato lo stesso Soccorso Alpino, che sull'appennino le ciaspole sono uno strumento necessario ma non sufficiente: molti dei nostri percorsi richiedono anche piccozza e ramponi e non basta averli con sé per essere al sicuro, ma vanno saputi usare. I corsi del Club Alpino Italiano intendono dare una formazione tale da permettere la frequentazione in sicurezza, e con tecnica adeguata, della montagna invernale. È, inoltre, nostra intenzione mettere in atto per il prossimo inverno delle iniziative volte a diffondere la cultura della sicurezza e alla realizzazione di alcuni percorsi per l'escursionismo invernale percorribili da tutti, anche alle prime armi, sperando che serva a far sì che non si verifichino più certe situazioni. Cercheremo di coinvolgere in questa idea anche gli operatori delle stazioni dell'Appennino in modo da dare un miglior servizio ai turisti anche occasionali. Se ne riparlerà in autunno.

Come ogni anno a marzo gli appuntamenti sezionali prevedono l'Assemblea dei Soci, un importante momento per conoscere la situazione della Sezione e le attività programmate, svolte o in progetto. Un appuntamento che quest'anno non potremo fare in presenza viste le limitazioni ritrovandoci on-line com'è avvenuto lo scorso autunno. Certo mancherà il contatto umano, ma almeno potremo vederci e potrete ascoltare la relazione sul 2020, anno orribile per tanti, e se vorrete potrete intervenire. Lo scorso anno l'assemblea e le elezioni si sono tenute a settembre dopo i rinvii, quest'anno salvo catastrofi ci vedremo il 26 marzo; trovate la convocazione in queste pagine.

Buona lettura

novità in biblioteca



A cura di Alessandro Marchiorri

UNA TRAVERSATA DELLE ALPI a piedi da Ventimiglia a Trieste

di **Fabrizio Desco**
Artestampa Ed. 2020

Come specifica il sottotitolo, il nostro Socio Fabrizio, a più riprese, nell'arco di alcuni anni, si è "scioppato", con zaino e scarponi, l'intero arco alpino dal Tirreno all'Adriatico. Come l'Autore ci specifica nella Introduzione, l'articolo Una (Traversata delle Alpi) vuol significare che non si tratta dell'"unica" possibile, bensì sta a indicare una direttrice a fianco della quale se ne possono tracciare altre più o meno parallele. Non si tratta quindi specificatamente di un Libro-Guida, genere questo spesso noiosissimo perché ricco di dati, tabelle, dislivelli, tempi di percorrenza...ma povero di contenuti, di trasporto emotivo, di attenzione all'ambiente come invece è questo. In altre parole vuole essere un garbato e piacevole invito a una percorrenza filtrato dalla propria esperienza 'sul campo'; naturalmente però nel testo è presente tutto ciò che è funzionale per una razionale organizzazione del percorso. Schizzi planimetrici e foto sono dell'Autore che, in perfetta solitudine, si è studiata e percorsa questa Alta Via personalizzata, nel senso che solo occasionalmente ha battuto quelle Ufficiali e più frequentate. Ma la solitudine non gli ha impedito la possibilità di incontro e di rapporto con rifugisti, compagni occasionali nelle tappe serali, con pastori, gestori di locande o di più moderni B&B che tenacemente consentono la sopravvivenza di sperduti villaggi. Questa sorta di Diario di viaggio dell'Autore è prima di tutto, però, un "viaggio" all'interno di sé, del proprio vissuto, un bilancio provvisorio della propria esistenza nella ricerca e nella elaborazione di un sereno futuro.

Il libro è molto ben scritto e di piacevole lettura.



Grazie Salvatore

Il 1° febbraio 2021 Salvatore Bozza (o salvabozza, come scrive lui stesso ironicamente), segretario dal settembre 2008 della nostra Sezione, si è ritirato dal suo incarico per motivi famigliari, assicurando comunque la sua collaborazione nella fase di transizione. Mi è particolarmente caro redigere queste righe di saluto, richiestemi dal Presidente, in quanto l'amicizia con Salvatore in questo lungo arco di tempo è andata ben al di là di un rapporto d'ufficio. In questi dodici anni e quattro mesi Salvatore ci ha dato un saggio della sua impeccabile professionalità e correttezza, della sua costante disponibilità e precisione. Con la sua grande cultura, la sua passione per la musica, classica ma non solo, e la sua ironia squisitamente partenopea, ha saputo conquistarsi immediatamente la simpatia e la stima di tutti i soci o aspiranti tali che per vari motivi transitavano dalla Segreteria. Un'ironia, la sua, sottile e raffinata, che ci coglieva sempre impreparati e ci spiazzava. Insieme alla moglie l'ho avuto spesso come compagno di escursione alle mie gite. E in quelle occasioni

abbiamo potuto apprezzare altre sue doti che ha in comune con la consorte: il saper stare in compagnia, la premura per gli altri, la generosità e la condivisione, perfino di fantastiche torte fatte in casa e del Mirto di Sardegna. Salvatore, insomma, ha inciso nel nostro affetto un segno profondo che non si cancellerà anche se non lo vedremo più regolarmente al suo posto. Per queste ragioni, credo di interpretare il desiderio di tutti i soci, del Presidente e del Consiglio direttivo, ringraziandolo calorosamente per l'impegno profuso in tanti anni, con un arrivederci, caro Salvatore! Anche, speriamo, nelle future camminate.





Assemblea Ordinaria

26 marzo 2021 ore 21 in seconda convocazione

Il Consiglio Direttivo della Sezione ha fissato in prima convocazione per giovedì 25 marzo 2021 alle ore 21, l'Assemblea Generale dei Soci. Qualora non sia presente almeno la metà degli aventi diritto al voto, l'Assemblea avrà luogo

in seconda convocazione **VENERDÌ 26 MARZO 2021** sempre alla medesima ora.

L'Assemblea si terrà in modalità telematica per rispettare le normative vigenti.

Ordine del giorno

Nomina del Presidente dell'Assemblea

Nomina del segretario

Nomina degli scrutatori

Elenco dei soci con 25 e 50 anni di iscrizione che riceveranno il distintivo*

Relazione morale e finanziaria del Presidente per l'anno 2020

Relazione dei Revisori dei Conti

Votazione per approvazione bilancio e relazione

Letture verbale Assemblea

Riceverete il link per partecipare alla assemblea on-line sulla vostra posta elettronica il giorno prima della assemblea, in caso non lo riceviate potete richiederlo scrivendo a segreteriaicaimodena@gmail.com

* Vista l'impossibilità di fare l'assemblea in presenza per i noti motivi, i distintivi si potranno ritirare in segreteria in orario di apertura.



il cimone

Notiziario della Sezione
di Modena
del Club Alpino Italiano

Via 4 Novembre, 40 - 41123 Modena

Tel. 059/826914

Internet Home Page:

<http://www.cai.mo.it>

e-mail: modena@cai.it

Direttore Responsabile:

Maria Teresa Rubbiani

Stampa:

Borghesi - Via Grandi, 63/65

41123 Modena

Autorizz. del Tribunale di Modena

n. 605 del 29 settembre 1977

Il notiziario è aperto alla collaborazione dei soci e simpatizzanti, ma gli articoli dei singoli autori non impegnano la redazione né il Consiglio Direttivo del sodalizio. La pubblicazione può essere parziale. Anche se non pubblicati i testi non saranno restituiti.

LA SEDE È APERTA NEI GIORNI
DI MERCOLEDÌ E VENERDÌ
(DALLE 17,00 - ALLE 19,30) E DI
MARTEDÌ (DALLE 20,30 - ALLE 23,00).

 **MONDO
MONTAGNA**

VIA A. PLESSI 2/A - VIGNOLA TEL. 059-9774594

WWW.MONDOMONTAGNA.NET

SCONTO 15% AI SOCI CAI



I MIGLIORI BRANDS PER LA TUA PASSIONE



Grotta Rosa, ieri e oggi

Confronto tra due immagini dello stesso luogo a oltre 120 anni di differenza

Vi riproponiamo la bella foto della Grotta Rosa pubblicata nel precedente Notiziario e in basso un'altra, in bianco e nero, scattata 125/130 anni fa', comparsa sul volume "L'Appennino modenese descritto e illustrato" edito da Cappelli nel vertiginoso, lontanissimo 1895. Ricordiamo che il termine 'Grotta' non sta qui a significare una cavità, caverna, pozzo.ma scoscendimento, parete rocciosa e 'rosa' non è da intendersi nella colorazione del sasso, ma è da ricondursi a termine antichissimo, con una radice "rs, rus, ris, ros" certamente prelatina. Gli studiosi in materia sostengono sia di origine accadico-semitica,

veicolato poi dalla lingua etrusca o celtica. Essa è da intendersi nella accezione di altura da cui sgorgano le acque. Più topònimi con questa base fonetica sono presenti nell'Alto Appennino modenese: oltre la Grotta Rosa, troviamo il Balzo delle Rose, la Scaffa delle Rose, il Lago della Risaia per non parlar poi, sulle Alpi, del Monte Rosa, del Plateau rosa, del Mont Roisetta

Tornando alle due foto, il luogo di ripresa, come si vede, è lo stesso, forse pochi metri di differenza. La diversità cromatica, ovviamente, è notevole, ma la foto antica è assai di pregio in quanto in essa è ritratto un audace escursionista/alpinista nell'atto di superare il

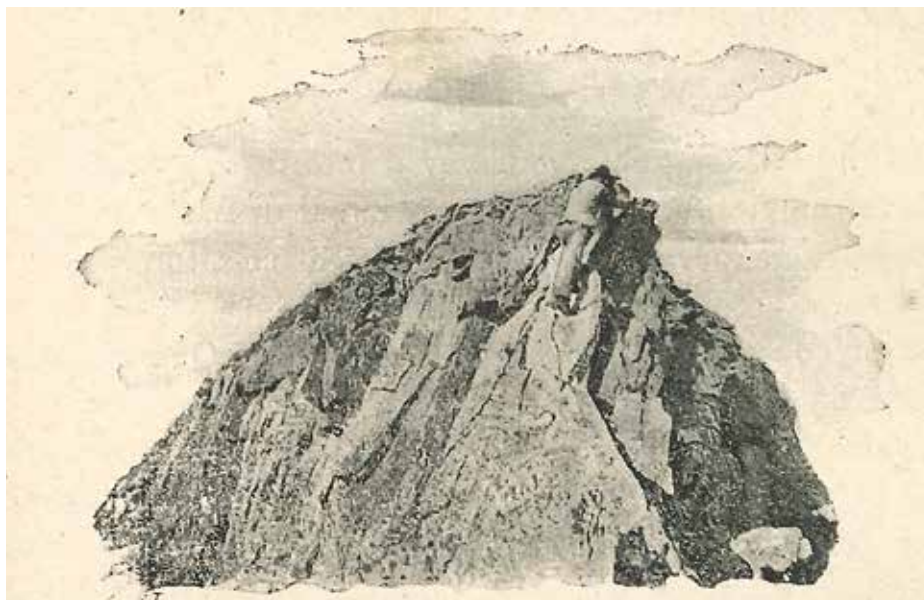
'passaggio chiave' che non molti decenni orsono venne per la prima volta attrezzato. Non conosciamo l'identità del signore in azione, vestito in giacca e pantalone con cappello della festa in testa. La postura di arrampicata ci pare corretta: corpo staccato dalla roccia e piedi in punta di scarponi. Un tempo, fino alla fine degli anni Sessanta del secolo scorso, pochi frequentavano questo tratto di crinale: anche il Bortolotti nella suo libro-guida⁽¹⁾, così ne liquidava la descrizione: "Il crinale Rondinaio-Giovo è alpestre e presenta qualche punto difficile. In due ore circa si è alla cima del M.Giovo..". A quel tempo non esistevano attrezzature artificiali e a fronte di un passaggio che comportava l'utilizzo di appigli e appoggi, chi se la sentiva e ne era capace, passava e chi non se la sentiva... tornava indietro. Non c'era poi nulla di infamante nella scelta del ritiro. Oggi invece viviamo in tempi di escursionismo di massa in cui tutto deve essere consentito, facilitato, protetto e garantito. Certo l'integrità fisica è al primo posto, però a forza di 'attrezzare', non abbiamo forse tolto in montagna quel briciolo di spirito d'avventura con relativa scarica adrenalina che fungeva "da pepe" in questa entusiasmante cavalcata di crinale? Superare l'ostacolo senza artifici ma solo con i propri mezzi consentiva la maturazione di una maggiore autostima 'alpinistica'. Se eliminiamo anche le più piccole difficoltà, dove va a finire lo spirito dell' esplorazione e dell'alpinismo?

(1) Giovanni Bortolotti

"Guida dell'Alto Appennino modenese e lucchese dall'Abetone alle Radici"

Ed.Tamari

1^ ed.1959 - 2^ed.1961



Pre-occuparsi del bosco

Lavori di smacchio e pulizia al Giardino Esperia

Non appena finito il periodo di lockdown, a maggio, in previsione della riapertura del Giardino Botanico Esperia al pubblico, Giuliano ha lanciato un appello a noi volontari per andare a mettere in sicurezza i sentieri interni al Giardino, e io, Martino ed Enrico abbiamo risposto in modo affermativo munendoci di imbraghi, corde e motosega. Il lavoro consisteva tagliare e togliere i rami secchi di quegli alberi vicino ai sentieri, che nel caso si fossero spezzati sarebbero potuti cadere in testa a qualche ignaro turista. In due giorni siamo riusciti a ripulire ben 60 alberi! Dopo questo week end di lavoro Giuliano ci ha salutati promettendoci che non avrebbe fatto passare molto tempo prima di richiamarci all'ordine per una missione speciale.

Fin da quando eravamo bimbi e poi ragazzini dell'Alpinismo Giovanile, il Giardino Esperia è sempre stato una meta fissa: chi raccoglieva rami e rametti da terra per dar la possibilità alle piantine del sottobosco di crescere indisturbate, chi raggruppava in mucchi le sterpaglie e con la motocarriola li portava via, chi ordinava la legna tagliata e l'accatastava nel deposito di seccatura, da vero boscaiolo.

Ma adesso siamo cresciuti! L'autunno inoltrato ha fatto cadere le foglie dagli alberi ed è giunta l'ora di entrare in scena per la nostra missione speciale: salvare il bellissimo rifugio Esperia dalla possibile caduta degli alberi malati e aiutare la luce ad arrivare sulle aiuole.

Arriviamo al Giardino sabato 14 novembre di prima mattina. Giuliano e Mauro sono già all'opera: Mauro è sul tetto del rifugio a liberar dalle foglie cadute durante l'autunno e prepararlo al periodo invernale di neve e gelate; Giuliano sta preparando tutto il necessario per iniziare i lavori nel bosco: guanti, corde, troncaremi, motoseghe, olio lubrificante, miscela... Dopo aver controllato che la motosega grossa fosse tutta in ordine e aver indossato i caschetti iniziamo informandoci quali alberi avremmo dovuto abbattere. Giovanna, la Direttrice scientifica del Giardino, ci ha indicato qualche abete e qualche faggio che, eliminati avrebbero lasciato più luce alle aiuole. Ci è poi stato indicato di abbattere anche il grosso faggio sul lato ovest del rifugio perché malato: cadendo sarebbe sicuramente andato a sbattere sul muro e sul tetto del rifugio demolendoli. Infine, ci sono stati segnalati altri due alberi malati e pericolanti, vicino al sentiero in prossimità delle aiuole, anche loro da abbattere.

Ha inizio la nostra prima giornata da taglialegna! Partiamo dagli abeti, uno per volta vengono imbragati a circa tre metri d'altezza, attacchiamo un estremo del paranco di corda e carrucole già costruito all'imbragatura dell'albero e l'altro a terra. È dall'estremo a terra che io inizio a tirare la corda, una volta che Martino ha terminato di segare il cuneo alla base dell'abete da abbattere. "Caaaadeeeee!!!!"



Prima lo scricchiolio dei rami spezzati, poi il fragore potente del grosso abete che si sdraia a terra. L'operazione successiva è quella di sramare tutta la pianta così da liberare l'area a terra per l'abbattimento successivo. Ramo per ramo vengono tagliati tutti, sempre con l'aiuto della motosega, e accatastati in quei luoghi prestabiliti dove sia facile per la motocarriola venirli poi a recuperare.

Così uno dopo l'altro, già nel primo pomeriggio abbiamo rimosso tutti e tre gli abeti.

Ora tocca ai faggi, pericolosamente vicini alle aiuole. Escogitiamo quindi un sistema di tiranti per fare in modo che quando cadono non atterrino sulle felci appena piantate da Giovanna. Senza nessun danno riusciamo ad abbattere anche loro quattro. Mancano poche ore al tramonto, ma non possiamo permetterci una pausa, c'è ancora tanto lavoro da fare e rischiamo di non finirlo in tempo.

Ci avviamo quindi verso il faggio, quello malato, quasi secco, pericolante sul sentiero. Tagliamo preventivamente i rami che intralciano l'abbattimento e poco dopo anche lui è sdraiato nel prato. Facciamo in tempo a sramarlo ma poi è troppo buio per proseguire. È l'ora di una doccia calda ristoratrice e di una cena succulenta: polenta con sugo di salsicce e costine. Stanchi e con la pancia bella piena

andiamo a letto; siamo solo a metà del nostro week end da taglialegna e domani ci aspetta l'albero più difficile, il faggio che incombe sul lato ovest del rifugio.

La sveglia suona alle 7, le giornate sono corte, e Giuliano ci aveva promesso che sarebbe arrivato al Giardino per le 8.30 con quattro aiutanti.

Riprendiamo il lavoro da dove eravamo rimasti la sera prima, quindi facciamo l'ennesima catasta di ramaglie vicino al sentiero dove abbiamo abbattuto l'ottavo abete della prima giornata. E mentre noi creiamo cataste, i tre ragazzi Gioele, Nico e Filippo aiutano Giuliano con la motocarriola a portare via le ramaglie. Rita inizia la giornata preoccupandosi di tagliare qualche ramo che, nonostante la nostra pulizia del giorno prima, ancora dà fastidio alle aiuole facendo ombra su di esse fin dal mattino presto. Noi iniziamo a progettare l'abbattimento dell'albero del rifugio: non è possibile semplicemente imbragarlo in alto e segarlo alla base, come è stato fatto il giorno prima per tutte le altre piante, dobbiamo iniziare sfoltendolo, ovvero togliendo peso dalla parte alta perché ha rami grossi e pesanti che pendono verso il rifugio; va imbragato un ramo alla volta e calato a terra in maniera controllata. Martino è sull'albero imbragato e assicurato, che inizia la sfolitura; liberato dal peso e dall'ingombro siamo pronti a tagliare il faggio alla base che cade con un grosso tonfo nel prato ricoperto di foglie.

Dopo la pausa per il pranzo, gentilmente preparato da Gioele e Nico, il lavoro di abbattimento è finito; ora si devono tagliare a misura i tronchi, finire di portar via le cataste di ramaglie e accatastare i ceppi. Nonostante le 14 braccia è impossibile finire il lavoro entro sera Giuliano ci rassicura: lo terminerà lui, insieme a qualche volenteroso, il week end successivo. Del resto, è stato spesso grazie a lui e pochi altri, se il bosco è in ordine e i sentieri sono ben mantenuti.



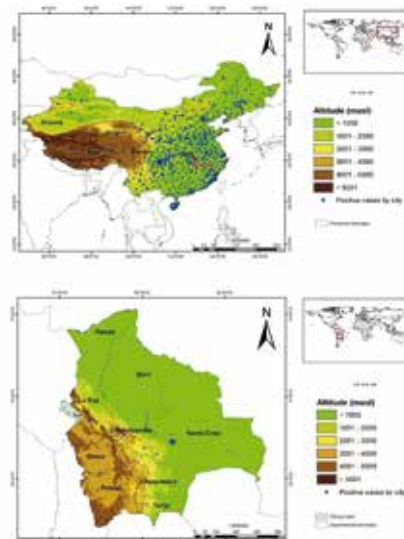
Covid e altitudine

In quota cala l'incidenza della malattia

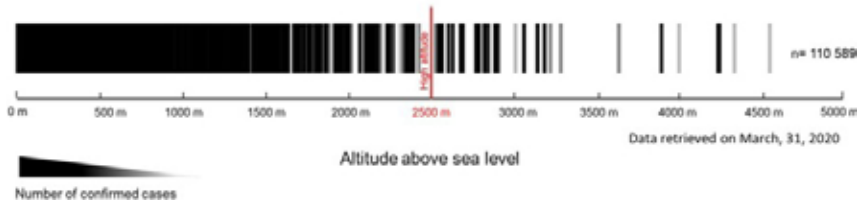
Livio Picchetto

Nuovi studi hanno confermato che la sopravvivenza del Virus SARS-COV Covid 19 si riduce con l'altitudine e con essa cala la prevalenza della malattia. Questo era già stato osservato nella prima ondata pandemica in alcune zone montuose della Cina, in Ecuador, in Bolivia, in Tibet e in Perù (vedi immagini). Sono dati prevalentemente elaborati con le opportune correzioni per densità di popolazione e per numero di tamponi e sierologici eseguiti, che mostrano che soprattutto dopo i 2500-3000 mt sul livello del mare, il numero dei casi cala significativamente. Il fenomeno non è ancora ben chiarito, ma mentre con l'avvicinarsi delle belle stagioni ci aspettiamo che la pandemia perda forza principalmente a causa dell'aumentare della temperatura, con l'aumentare della quota sembra essere la aumentata esposizione ai raggi UV la prima delle variabili at-

mosferiche altitudine-dipendente che spiega la maggiore difficoltà di "proliferazione" e diffusione del nostro virus preferito... In questo senso sarebbe bello osservare e dimostrare che le attività di alta quota fossero esenti dai rischi sanitari e dalle limitazioni correlate a questa pandemia COVID 19 correlata, ma purtroppo i dati disponibili sono ben lontani da ipotizzare una sorta di lascia passare oltre ad una certa altitudine e spingono comunque a una grande prudenza. Si è visto infatti che anche se la quota riduce in qualche modo la contagiosità del virus, sicuramente a questo non corrisponde un calo della virulenza, ovvero della aggressività dello stesso. In pratica il numero dei morti o di malati gravi, comunque valutato in relazione al numero dei contagiati, mantiene anche in alta quota un fattore molto elevato. Rimane facilmente intuibile che l'ambien-



Global altitudinal distribution of COVID-19 cases



Distribuzione dei casi COVID19 In base all'altitudine

te montano e le sue attività, siano più sani in termini di possibilità di assembramento e diffusione del virus rispetto a tante situazioni urbane, non solo per le variabili atmosferiche ma anche per lo spazio a disposizione per il distanziamento. Speriamo che vengano fuori a breve altre osservazioni scientifiche che dimostrino in maniera più solida come l'ambiente montano sia più salubre degli altri anche nell'ambito di questa emergenza sanitaria, magari auspicando di trarne anche qualche indicazione operativa riguardo una frequentazione ordinata e a basso rischio della montagna. Mai come oggi, Covid a parte o Covid incluso, c'è tanto bisogno di sana libertà e movimento...

in pillole

LO ZAINO

Si riparte, non facciamoci male

La colonna vertebrale è naturalmente dotata di lordosi e cifosi per meglio affrontare i pesi cui viene sottoposta: reagisce come una molla ammortizzandoli e scaricandoli. Il sovraccarico dello zaino comporta soprattutto uno sbilanciamento del baricentro con conseguente compenso delle curve della colonna vertebrale che aumentano con l'aumentare del peso. La curva che risente di più di queste variazioni, data la sua maggior mobilità, è quella lombare.



Ma anche i muscoli trapezi (dal collo verso le spalle) possono subire carichi eccessivi se lo zaino non è ben portato.

CONSIGLI PRATICI:

La zaino:

- è come un vestito: deve essere della taglia corretta
- deve avere schienale imbottito ma rigido,
- deve avere spallacci morbidi e cingola addominale ben avvolgente, imbottita e comoda: è dove carica la maggior parte del peso!

In posizione eretta ferma:

- gli spallacci non devono toccare i muscoli trapezi (almeno 2 dita)
- la cingola addominale deve essere ben stretta e portare il peso
- il laccetto anteriore a livello toracico deve essere chiuso e tensionato in modo che gli

spallacci non gravino sulle spalle

- tutte le regolazioni devono far sì che lo zaino sia a contatto con il bacino e la parte posteriore delle spalle

Come riempire lo zaino:

- riempire lo zaino possibilmente in altezza e non in profondità
- il materiale più pesante va sempre messo vicino allo schienale
- lasciare a casa il materiale non strettamente indispensabile

Come muoversi con la zaino:

- non correre con lo zaino indossato
- se lo zaino è particolarmente pesante indossare e togliere lo zaino appoggiandolo su un ripiano
- indossare sempre entrambi gli spallacci e chiudere bene la cingola addominale.

Via Romea Germanica Imperiale

In edicola la guida cartacea realizzata dall'omonima Associazione e dal CAI di Modena

Il nome scelto riassume i principali riferimenti:

1. Il termine **"Via"** è utilizzato in quanto grande infrastruttura stradale antica;
2. **"Romea"** la meta è la sede di S. Pietro;
3. **"Germanica"** indica la provenienza geografica, con particolare riferimento all'itinerario compiuto dal monaco Albert di Stade, da cui l'Imperiale si distacca a Trento e vi rientra ad Arezzo.
4. **"Imperiale"** perché questo itinerario è legato a eminenti figure di imperatori:
 - il primo imperatore romano, Ottaviano Augusto, a cui fu dedicata la via Claudia Augusta, che andava da Augsburg al fiume Po e, con un altro braccio all'Adriatico;
 - gli imperatori delle dinastie Ottoniana, Salica e Hohenstaufen, come Federico Barbarossa, che dalla Germania percorsero queste strade giungendo fino a Roma per farsi incoronare dal Papa;
 - Federico II Hohenstaufen, lo "Stupor Mundi", del quale incontriamo il magnifico castello a Prato;
 - la dinastia Asburgica, da cui provennero i regnanti del Ducato di Modena e del Granducato di Toscana.

La via ora diventa percorribile a piedi e in bici, tramite un percorso che, da Stade a Roma misura oltre 2200 km; da Trento ad Arezzo i km sono quasi 600, di cui oltre 150 sono in provincia di Modena, dal Po all'Abetone.

È riconosciuta dalla regione Emilia Romagna ed è nell'Atlante dei principali cammini di quella regione. Inizieranno nei prossimi mesi le pratiche per i riconoscimenti da parte delle altre Regioni attraversate e successivamente per il riconoscimento del Governo Italiano.

- **Geografia:** si sviluppa tra una Provincia Autonoma (TN), 4 Regioni (Veneto-Lombardia-Emilia-Toscana), una città Metropolitana (FI), 65 comuni.
- **Storia:** è un viaggio nel tempo che ripercorre oltre 2000 anni di storia, caratterizzati dalle più importanti vicende che hanno costruito l'Italia di oggi.
- **Turismo:** si incontrano eccezionali emergenze naturali e architettoniche, città d'arte e borghi storici.
- **Economia:** attraversa distretti con produzioni famose in tutto il mondo, in tanti settori diversi.

La rotta su cui è ricostruita la Via Romea Germanica Imperiale fu utilizzata da Celti ed Etruschi per raggiungere la Pianura Padana; i Romani costruirono il loro impero sulla viabilità: le grandi arterie che presero nome dai magistrati che le costruirono (Vie Consolari: Cassia, Emilia e Claudia Augusta) e poi tanti itinerari, le cosiddette "Cassiole", che collegavano tra loro le consolari.

Nel medioevo queste vie videro transitare Longobardi, Franchi, Germanici, e divenne una tra le

rotte militari e commerciali più importanti anche per i collegamenti con le città baltiche, le miniere di salgemma di Salisburgo e per le fiere della Champagne e di Fiandra. Il transito dei pellegrini è testimoniato dalla grande diffusione di ospitali e documenti antichi. Oltre a imperatori e papi, gerarchie nobiliari e religiose, questa viabilità fu utilizzata da poeti, architetti, pittori e studiosi che la percorsero per i famosi Gran-Tour, una delle basi su cui si ricominciò a parlare dell'Italia come meta ove ricercare le radici della cultura europea. Ma il personaggio più illustre fu forse **San Francesco**, che con i suoi frati attraverso i Valdarno arrivò a Firenze (fondazione di Santa Croce), e di qui si recarono in Francia, Spagna, ecc.

A partire dal '700 la via che attraversa il Passo dell'Abetone è diventato il più importante collegamento tra l'Italia e i Paesi del nord Europa. Questo sviluppo si deve soprattutto al concerto di due grandi uomini di stato: il Granduca di Toscana Leopoldo e il duca di Modena Francesco: entrambi di origine asburgica, avevano bisogno una strada moderna per migliorare i collegamenti tra i rispettivi Stati, e la casa-madre Austria-Ungheria (che arrivava fino al Po, tramite il Lombardo-Veneto). Grazie a quella che venne chiamata "via Regia", si poté così andare comodamente da Firenze a Vienna attraversando terre "amiche", senza sconfinare e pagare dogane. Su questa viabilità si svilupparono le moderne strade ed autostrade, come la statale 12 Abetone - Brennero e la A22, oggi tra i più importanti collegamenti italo-europei.

Non sono stati tracciati nuovi "sentieri", ma collegati e messi in sequenza parti del reticolo di itinerari storici italiani, tra cui tre vie Consolari Romane: la via Claudia Augusta in Trentino, la via Postumia in Veneto e in Lombardia e la via Cassia in Toscana, altre vie storiche come la settecentesca via Vandelli (da Modena e Sassuolo a Massa) e le antiche vie d'acqua che collegavano Modena al Po e a Mantova. Tutto il resto è costituito dal grande reticolo di sentieri CAI, che costituisce un patrimonio inestimabile sia dal punto di vista infrastrutturale che dal punto di vista dell'apporto di conoscenza, competente e puntuale, che abbiamo riscontrato nelle tante sezioni sul percorso emiliano e toscano, e in particolare nel CAI Modena che ringraziamo sentitamente per la cortese disponibilità mostrata fin dai nostri primi passi, oltre due anni fa.



REGGIO GAS
VERDE & BLU
TREKKING ALPINISMO ARRAMPICATA

Vivi con noi la tua avventura!

sconto del 15% a tutti i soci CAI

via Cecati 3/1 Reggio Emilia • tel + fax 0522-431875 • www.reggiogas.it

Publicità vintage

Con questo numero del Notiziario iniziamo una carrellata storica sulla pubblicità, attinente al mondo della montagna, comparsa sui numeri della Rivista del Club Alpino Italiano a partire dagli ultimi venticinque anni del 1800. Allora la Pubblicità (e lo è stata fino a pochi decenni fa) era nota con il nome di "Réclame", alla francese, perché il suo scopo era quello di richiamare l'attenzione del lettore su prodotti e/o servizi che l'industria manifatturiera e alberghiera offriva agli amanti e frequentatori della montagna.

La pubblicità compare sulle pagine della Rivista del CAI solo una decina d'anni dopo la fondazione del Club Alpino, allorché il numero dei Soci (e delle Socie) inizia ad avere una certa consistenza e vien quindi a costituire una non disprezzabile fetta di mercato. All'inizio la "réclame" si presenta soltanto con un testo illustrativo, poi, progressivamente, compare una grafica più articolata costituita da immagini e disegni di fattura più o meno pregevole. Per incontrare i primi messaggi pubblicitari in fotografia bisogna attendere il 1900. Si premette che questa ricostruzione storica è per forza lacunosa in quanto per alcuni anni le copie della Rivista conservate nella nostra biblioteca sezionale furono sciaguratamente rilegate prive del frontespizio il cui retro costituiva proprio lo spazio-pagina pubblicitaria.

Gli inserzionisti non erano molti, almeno all'inizio, ma molto fedeli e i loro messaggi venivano riproposti, con qualche piccola variante, per molti numeri di seguito.

Sul primo numero di Gennaio 1874 de "L'Alpinista" (che era la testata della rivista mensile CAI dell'epoca), compaiono i messaggi promozionali dell'Hotel et Pension Americaine a Baveno, dell'Hotel Royal a Cogne e di altro Hotel et Pension Internationale sempre a Baveno. Il messaggio pubblicitario è rivolto chiaramente a una "élite" di viaggiatori internazionali danarosi, definiti "toristi", evidente italianizzazione di "touristes"; tra i vari servizi di ristorazione, per "table d'hôte" (con accento circonflesso sulla o) si indicava il Menu a prezzo fisso. Curioso il servizio offerto di "barche e gondole" carucce le gondole veneziane sul Lago Maggiore, nevero? O si trattava forse di altro tipo di imbarcazione, anch'esso definito "gondola"? Mah? Il testo pubblicitario dell'Hotel Royal di Cogne è formulato in lingua francese: all'epoca il Francese era la lingua internazionale per eccellenza, come l'Inglese oggi, e questo uso era funzionale alla forza d'impulso che una lingua straniera esercitava, ed esercita tuttora, su degli inossidabili estero-fili qual siamo.

(continua)

Elaborazione grafica: Alberto Accorsi

Scienza



Arte

L'ALPINISTA

PERIODICO MENSILE

DEL CLUB ALPINO ITALIANO

HOTEL ET PENSION AMERICAINE

Baveno

Lago Maggiore, strada del Sempione

Situato sulla riva occidentale del lago, a due minuti dallo scalo dei piroscafi, dall'ufficio delle poste svizzere, e ad un quarto d'ora dalle isole Borromee che gli stanno di fronte. Posizione molto salubre, ventilata e fresca; vero soggiorno d'estate. Convegno dei toristi d'ogni nazione.

Circondato da grazioso giardino all'inglese molto ombreggiato, con bersaglio, altalena, *croquet-ground*, ecc. Sala di lettura, di bigliardo e *fumoir*. Ufficio telegrafico. *Table d'hôte, restaurant* e servizio alla carta. Servizio di barche e gondole a prezzi fissi. Vetture per escursioni e per il passaggio del Sempione e del San Gottardo. Cavalcatore buone e raccomandabili. Guide per l'ascensione delle montagne.

HOTEL ROYAL A COGNE, cuisine italienne, allemande, française, vins fins, chambres à deux lits, prix modérés. Guides, chevaux et voitures pour toutes les ascensions. (1)

HOTEL ET PENSION INTERNATIONALE BAVENO

Lago Maggiore, strada del Sempione

Situato sulla riva occidentale del lago, a due minuti dallo scalo dei piroscafi, dall'ufficio delle poste svizzere, e ad un quarto d'ora dalle isole Borromee che gli stanno di fronte. Posizione molto salubre, ventilata e fresca; vero soggiorno d'estate. Convegno dei toristi d'ogni nazione.

Circondato da grazioso giardino all'inglese molto ombreggiato, con bersaglio, altalena, *croquet-ground*, ecc. Sala di lettura, di bigliardo e *fumoir*. Ufficio telegrafico. *Table d'hôte, restaurant* e servizio alla carta.