



il cuardin

TRIMESTRALE DELLA SEZIONE DI GEMONA DEL FRIULI E SOTTOSEZIONI DI BUJA E OSOPPO DEL CLUB ALPINO ITALIANO

Poste Italiane S.p.a. - Sped. in A.P. - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n°46) art. 1, comma 2, DCB UDINE.

N. 3 - SETTEMBRE 2010

NASCE A GEMONA LA SCUOLA DI ALPINISMO

Bruno Baracchini

Dopo l'approvazione del 20 febbraio da parte della Commissione Nazionale Scuole di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata libera (CNSASA), la Sezione CAI di Gemona del Friuli si è dotata di una Scuola di Alpinismo. Venerdì 23 aprile alla presenza di numerosi invitati: autorità locali e regionali, rappresentanti delle scuole di alpinismo della regione, delle guide alpine, del soccorso alpino, delle guide alpine dell'esercito e rappresentanti delle sezioni limitrofe, amici e simpatizzanti si è svolta l'inaugurazione ufficiale nella sede di Gemona.

Lo scopo fondante del Club Alpino Italiano è la promozione della cultura alpina, con la divulgazione della conoscenza della montagna e dell'alpinismo in ogni sua forma. È con questo spirito che nasce la scuola di alpinismo della Sezione di Gemona del Friuli, scuola intitolata a "Ignazio Piusi e Angelo Ursella".

Ignazio Piusi non ha bisogno di presentazioni essendo stato tra i grandi dell'alpinismo non solo italiano ma mondiale. Angelo Ursella non ha raggiunto la notorietà che le sue capacità e soprattutto la sua volontà gli avrebbero consentito causa la prematura scomparsa sulla nord dell'Eiger.

Abbiamo raggiunto questo ambito traguardo dopo vari tentativi, grazie alla ritrovata unità d'intenti all'interno del sodalizio ed alla collaborazione e all'appoggio delle Amministrazioni locali e regionali.

Una scuola che si colloca al centro della regione a ridosso delle Prealpi Giulie e che darà prestigio alla nostra Sezione e alla città di Gemona. Il territorio gemonese vanta una zona ricca di risorse naturali tra cui spicca la palestra di roccia del monte Glemine, palestra storica dove molti alpinisti hanno affinato le loro capacità e molte scuole portano i loro allievi.

A tale proposito l'Amministrazione comunale si è presa l'impegno della messa in sicurezza di tutte le vie di arrampicata e di

un ripristino dell'intera area.

La Scuola di Gemona non vuole mettersi in competizione con le altre Scuole della regione ma cercare e offrire collaborazione oltre che integrarsi in un territorio non servito da tali strutture.

Un ringraziamento a tutti coloro che erano presenti alla inaugurazione e che hanno dato il benvenuto alla neonata scuola.

Dopo questo saluto del Presidente della Sezione, ha preso la parola il presidente del Consiglio Direttivo regionale Paolo Lombardo il quale, nel suo breve ma significativo intervento, ha sottolineato l'importanza e soprattutto il piacere nel vedere nascere nuove realtà. Lo scopo di una scuola ha continuato oltre che insegnare ad usare i piedi e le mani per la progressione in parete, è quello di insegnare ad usare la testa per la propria e altrui sicurezza.

Alessandro Piusi nel suo intervento ha sottolineato la diversità di carattere ed il modo di frequentare la montagna dei due alpinisti: il padre propenso alla compagnia

ed infatti tutte le sue grandi imprese lo vedono legato a compagni di cordata, Angelo al contrario schivo e riservato amava le solitarie, anche se un po' obbligato dalla mancanza di compagni di cordata. Uniti però dalla stessa passione e determinazione.

L'assessore Patat, a nome dell'Amministrazione comunale di Gemona, ha elogiato l'iniziativa della Sezione di dotarsi di una Scuola di Alpinismo, assicurando il sostegno a tale iniziativa. Ha ribadito inoltre l'impegno riguardo alla messa in sicurezza dell'area di arrampicata del Glemine manifestando anche interesse per il progetto di copertura del ricovero Pischiutti.

Il reggente della sottosezione di Buja, Armando Sant, ha avuto parole di gratitudine verso il Consiglio direttivo, per aver fatto proprio l'auspicio di intitolare la Scuola oltre che ad Ignazio Piusi anche ad Angelo Ursella. Ha tracciato un breve profilo della figura di Angelo ricordando che questo anno ricorre il 40° della sua scomparsa ed



(foto Pellegrin)

auspicando che i due forti alpinisti, anche se in vita non hanno avuto occasione di legarsi alla stessa corda, lo facciano ora in una ipotetica cordata.

Parole di gratitudine e apprezzamento sono giunte da parte dei famigliari di Ignazio e Angelo verso la Sezione per aver intitolato la scuola a nome dei loro famigliari.

Molto apprezzato l'intervento dell'arciprete Monsignor Gastone che ha sottolineato l'importanza di una scuola che deve insegnare ai giovani come avere un adeguato approccio e comportamento nell'intraprendere una attività alpinistica, senza accusare la montagna di essere assassina.

Ha ribadito infatti che è il nostro atteggiamento ad essere sbagliato e compito della scuola è quello di formare giovani preparati e consapevoli.

Infine l'intervento di Maurizio Callegarin e Daniele Picilli, il primo in veste di Presidente della Commissione Scuole Interregionali di Veneto e Friuli Venezia Giulia (CNSASA VFG), nonché Istruttore Nazionale di Alpinismo (INA); il secondo quale Istruttore Nazionale di Alpinismo e Direttore della nostra Scuola; entrambi hanno manifestato soddisfazione e gratitudine verso quanti si sono adoperati per poter ottenere questo ambito traguardo ed assicurando la loro disponibilità ed impegno affinché questa nuova realtà abbia il giusto successo.

Le attività della Scuola sono iniziate con il Corso per aiutoistuttori con una serie di lezioni in aula ed in esterno. Molte delle uscite esterne si sono svolte alla palestra del Glemine, altre in diverse strutture di roccia della regione, come a Tolmezzo, in Val Rosandra e a Prosecco. Altre ancora hanno varcato il territorio regionale alle Marmarole e sul Grossglockner. Molte sessioni serali si sono tenute presso la sede del CAI e hanno riguardato gli aspetti più teorici. L'auspicio che facciamo ad istruttori e corsisti è quello di creare un gruppo motivato e affiatato che accompagni nei prossimi anni quanti desiderano avvicinarsi a questa disciplina e questo potrà nascere attraverso la passione, l'amore ma anche l'impegno e il sostegno di tutti. In tal senso il Consiglio direttivo è a disposizione per accompagnare il percorso che desideriamo costruire nella consapevolezza che la strada da percorrere insieme non sarà priva di difficoltà e criticità, molte delle quali potranno essere risolte solo attraverso atteggiamenti costruttivi e assunzioni di responsabilità condivise.

I FUNGHI DAL PUNTO DI VISTA ALIMENTARE

Daniele Giacomini

In un precedente articolo abbiamo trattato alcune nozioni di carattere generale sull'ecologia del complesso mondo dei funghi macroscopici, queste strane forme di vita nèn animale nèn vegetale che tanto interesse suscitano nei loro ricercatori e che accompagnano il nostro cammino nei boschi o nei prati durante la stagione estiva ed autunnale.

In questo articolo invece esploreremo il regno dei funghi dal punto di vista alimentare, ma in forma estremamente semplificata, rimandando eventuali curiosità ed interessi agli appositi testi specializzati.

Va innanzitutto precisato che i funghi non sono dei veri e propri alimenti, ma costituiscono solamente una pietanza di contorno ai piatti principali apportatori di proteine, carboidrati e vitamine. I funghi in pratica non hanno nessun valore nutritivo per l'uomo e la loro funzione è solo quella di conferire un particolare sapore ai cibi cui vengono accompagnati (carne, riso, pasta, frittata, ecc.). Il loro contenuto proteico varia attorno al 3%, l'1% è invece costituito da vitamine e sali minerali, il 92% circa è rappresentato da acqua e il rimanente 4% è costituito dalla chitina, una sostanza indigesta per l'uomo (per intenderci è la stessa sostanza che forma le parti dure esterne dei gamberi). Proprio a causa di questa sostanza indigeribile per l'uomo, il consumo dei funghi deve essere effettuato in quantità moderate evitando di somministrarli a persone allergiche (ci sono persone allergiche ad alcune specie, altre a tutti i funghi), a persone affette da problemi all'apparato digerente, urinario o al fegato, ai bambini piccoli ed alle gestanti. È bene tener conto di queste precisazioni, soprattutto nel caso in cui dopo una proficua raccolta si vogliano regalare dei funghi ad amici o parenti.

Fra le numerose specie di funghi conosciute (si parla di circa 15.000 nelle sole regioni europee), i funghi commestibili sono circa un centinaio. Tutti gli altri sono immangiabili a causa del loro sapore o della loro consistenza, tossici e una minima parte mortali.

La tossicità dei funghi, più comunemente indicata come velenosità, varia da specie a specie, e talvolta, per una stessa specie, in funzione delle zone di raccolta a causa dei sali e delle sostanze presenti nel sottosuolo. Esistono specie con tossicità elevata che causano avvelenamenti molto gravi con conseguenze permanenti o mortali, specie ad elevata tossicità, ma con conseguenze non durature, specie a bassa o media tossicità e specie pericolose sole se ingerite crude. È bene comunque ricordare che anche i funghi che tra-



(foto Del Bianco)

dizionalmente si consumano crudi (tipo i porcini e gli ovoli) se ingeriti in quantità elevate o da persone intolleranti possono causare spiacevoli gastroenteriti.

La tossicità inoltre si può manifestare anche nelle specie ritenute di ottima commestibilità se non si osservano alcune regole elementari di raccolta e trasporto: evitare di raccogliere funghi vecchi con indizi di degradazione, con parti intaccate da muffe, intrisi d'acqua, o funghi per i quali si sospetti che abbiano subito un congelamento causato da un abbassamento notturno delle temperature o da una nevicata precoce. Anche i funghi freschi, una volta raccolti, se non vengono

trattati con le dovute precauzioni possono causare l'insorgere di problemi intestinali. Il loro trasporto per ore in sacchi chiusi di plastica (vietato tra l'altro dalla Legge), magari al caldo, ne favorisce la fermentazione la quale porta alla formazione di sostanze termolabili che non si eliminano neanche con una prolungata cottura provocando frequenti cause di indigestione. Anche conservare i funghi crudi nel frigorifero per più giorni oppure nel congelatore e consumarli dopo parecchi mesi può causare dei problemi, perché i processi fermentativi, seppur rallentati, continuano a progredire anche durante la permanenza alle basse temperature.

Preparare un piatto di funghi commestibili in maniera scorretta può in alcuni casi determinare fenomeni di intossicazione. Molto spesso, infatti, le cause di indigestione con ricorso alle cure ospedaliere sono causate non da una raccolta sprovvista di specie non conosciute, ma proprio dalla consumazione di specie note per le quali non si sono osservate le corrette norme di preparazione o trasporto.

Molti funghi commestibili non contengono sostanze pericolose (es. i porcini, i gialletti, gli ovoli, alcune russole, i piopparelli) e possono essere preparati anche con brevi tempi di cottura, il che si traduce nel momento in cui si è asciugata completamente l'acqua contenuta al loro interno. Altre specie invece contengono delle tossine termolabili che si volatilizzano solo dopo una prolungata cottura (in genere 45 minuti) come nel caso dei porcini, delle morchelle (o spugnole), di alcune russole, dei boleti del gruppo del *luridus*, o dopo una preventiva sbollentatura per 15 minuti e una successiva cottura prolungata per 30 minuti, come nel caso dei notissimi chiodini. Le specie velenose invece contengono tossine che non si eliminano neanche con una cottura prolungata e pertanto la loro ingestione è causa di varie sindromi più o meno gravi, se non letali, che devono essere curate in strutture ospedaliere.

Un'intossicazione da funghi solitamente si manifesta con dolori addominali, nausea, vomito, sudorazione, diarrea, vertigini. Il tempo di comparsa di tali sintomi dal momento del pasto (tempo di latenza) può variare da una a tre ore fino a otto ore dopo l'ingerimento e in alcuni casi anche dopo pochi minuti. Si è soliti ritenere che la comparsa dei primi sintomi entro un tempo inferiore alle otto ore non sia indice di un avvelenamento grave, al contrario,



(foto Del Bianco)

l'insorgere dei malesseri dopo dodici o ventiquattro ore è quasi sicuramente segno di un avvelenamento grave con probabilità di rischio mortale. Esistono delle specie di funghi mortali (e per fortuna sono poche) i cui effetti dell'intossicazione possono manifestarsi anche due giorni dopo la loro ingestione (vedi ad es. le *Amanita phalloides* e *Amanita virosa*, le piccole mazze di tamburo) e come nel caso del *Cortinarius orellanus* e del *Cortinarius speciosissimus*, perfino quindici giorni dopo.

Alla comparsa dei primi sintomi occorre rivolgersi subito al più vicino Pronto Soccorso, ricordandosi, se ancora possibile, di portare con sé i resti dei funghi cotti e dei funghi freschi scartati. Questo per permettere al micologo di determinare la causa dell'avvelenamento perché nel caso fossero stati consumati funghi misti, un breve tempo di latenza potrebbe nascondere un avvelenamento molto grave i cui sintomi certi potrebbero insorgere anche molto tempo dopo.

Per evitare spiacevoli conseguenze è in ogni caso fondamentale consumare funghi che si è assolutamente certi di conoscere e tralasciare le vecchie credenze popolari dell'argento o dell'aglio che anneriscono con la cottura se i funghi sono velenosi, o il fatto che siano stati rosicchiati dagli animali nel bosco e pertanto ritenuti commestibili, o somministrarli prima agli animali domestici. La curiosità di spingersi su specie nuove può eventualmente essere appagata frequentando i corsi organizzati dalle associazioni micologiche regionali o portando i funghi presso gli ispettoriati

micologici delle Aziende Sanitarie che eseguiranno un controllo ed una consulenza gratuita.

Come conservare i funghi? Esistono diverse possibilità di conservarli per consumarli anche diversi mesi o anni dopo la raccolta: sott'olio, previa bollitura in soluzione acida, essiccati, o congelati. Una prima asciugatura in un ambiente ventilato (non necessariamente al sole) e successivamente nell'essiccatoio elettrico sono sicuramente il miglior modo per preservarne gusto e aroma anche per molti anni. Il congelamento va bene solo per i funghi già cucinati o appena asciugati dell'acqua di vegetazione. Se congelati crudi è bene affrettarsi a consumarli entro poche settimane.



il *guardia*

Editore:

Club Alpino Italiano - Sezione di Gemona
Via IV Novembre 38 - Maniaglia,
33013 Gemona

Direttore responsabile:

Dorothea De Paoli

Redazione: C.A.I. Sezione di Gemona,
Via IV Novembre 38 - Maniaglia,
33013 Gemona

Stampa: ROSSO grafica&stampa Gemona

Autorizz. Tribunale di Tolmezzo, n. 110
del 31.12.1994

La riproduzione di qualsiasi articolo è consentita senza necessità di autorizzazione citando l'autore e la rivista.

VOLI... E NON SOLO

di Daniele Bertossi

È proprio di oggi la notizia di uno spilimberghese caduto, sulla nuova ferrata estrema della Torre Winkel, in territorio austriaco.

Certo che i suoi quaranta metri di volo fanno arrossire i “solo” otto metri di volo del sottoscritto, anche se io “vanto” un’altra settantina di metri a ruzzoloni in quel budello dolomitico della Cima Giaf, che mi vedeva rimbalzare da parete a parete.

Niente di meglio per ricordarsi del 10° anniversario del “Danielito’s fly”, come amava scherzare un mio amico dirimpettaio, parafrasando il titolo del famoso film “Carlito’s way” di Brian De Palma.

Sicuramente è un’esperienza che ha segnato la mia vita e che è rimasta indelebile nella mia memoria e nel mio femore.

Sicuramente ho già vissuto altri dieci anni da quella frazione di secondo, che poteva essere l’ultima.

Sicuramente, in determinate occasioni, ti passa davanti agli occhi il resoconto di una vita, di un periodo; ed è inevitabile che anch’io riveda scorrere questi ultimi due lustri che, devo ammettere, li ho vissuti non molto felicemente.

Problemi con l’attività di ristorazione e relativi affittuari che non oso definire con degli aggettivi, perché il “Cuardin” è aperto a tutti; problemi in famiglia, anche se voi direte che è “normale” ma, per me, normale non è; problemi di salute, anche in seguito all’esperienza di dieci anni fa. Il compianto Gino Bartali direbbe, col suo accento da toscancaccio “j”è tutto da rifare...”, forse sì!”

Ultimamente stavo riflettendo sul terzo problema, che poi è legato anche all’amata montagna: ovvero, la “salute”... la possibilità di risolvere determinati problemi fisici per poter andare, o ritornare, tranquillamente in montagna.

Non voglio parlare dei problemi psicologici per chi, come me, ha provato l’ebbrezza di un volo senza paracadute, ma di quei problemi più o meno “minori” che magari tramite la medicina sportiva possono essere risolti, o quanto meno alleviati. Portiamo come esempio il sottoscritto, caso clinico ormai accertato, ma desideroso di zompettare ancora su qualche sentiero montano.

Sembra che l’articolazione del femore sinistro sia ormai compromessa o comunque limitata, e determinati movimenti che richiedono il sollevamento del piede sinistro verso il ginocchio destro sono abbastanza limitati.

Oppure vogliamo parlare di una malattia che

sta diventando la “malattia sociale” di questi ultimi anni? Il diabete, che nel mio caso, fortunatamente, non è scompensato ma che ha lasciato tracce indelebili nei piedi, arrivando al punto di subire l’amputazione di quattro dita nel piede sinistro e di un dito nel piede destro. Volendo vedere una nota positiva nel fatto, potrei dire di avere avuto la “fortuna” di avere un’insufficienza vascolare periferica (cioè che riguarda solo le dita) e che da recenti controlli, il sangue circola ancora bene nei piedi.

L’aspetto meno positivo è la neuropatia, e vi garantisco che i dolori neuropatici che susseguono le amputazioni, sono veramente strazianti, angoscianti, assillanti, passano attraverso lo stomaco per arrivare a bruciarti i neuroni (o quello che ne rimane) della testa.

E questi ultimi mesi sono stati veramente un calvario... con dei momenti in cui non riuscivo a posar piede neanche in casa, figuriamoci andare sul Cumieli, un sogno!

È indubbio che questo stato di cose si ripercuota a livello psicologico, considerando che gli altri problemi svaniscono almeno durante le ore passate a camminare in mezzo alla natura; non potendo andare sui monti, le situazioni difficili che viviamo quotidianamente si insinuano nelle nostre labili cortecce cerebrali, scombuscolando ancor più le nostre tenui difese mentali.

Messa giù così, in maniera scherzosa, forse una situazione anche “clinica”, può sembrare più facilmente risolvibile rispetto alla realtà, ma non è così.

Perciò: articolazione della gamba sinistra limitata, diabete con complicanze ai piedi con dolori neuropatici... sicuramente c’è chi sta peggio, ma la mia idea fissa è quella di poter ripartire in montagna, speriamo... Ah, dimenticavo!... il mio storico sovrappeso.

Dicevo prima che ultimamente stavo riflettendo su questi problemi e pensavo che siamo altamente carenti e sanitariamente scoperti in fatto di medicina sportiva. NESSUNO NE PARLA.

All’interno della nostra Sezione, non ho mai sentito proferir parola di medicina sportiva, se non per mieterne dubbi su doping usati in determinati exploit dei grandi alpinisti.

Non ho mai visto un articolo sul nostro “Cuardin”, eppure penso che tantissimi nostri soci o appassionati escursionisti si siano trovati di fronte ad un’unghia nera, un callo o cose più serie.

Perché non ne parliamo?

Penso che se uno qualsiasi di noi risolva un

problema fisico magari legato anche all’andare in montagna, possa essere d’aiuto nei confronti di chi, il problema, lo deve affrontare. Io stesso sono alla disperata ricerca di chi possa orientarmi verso la soluzione dei dolori neuropatici, e che, una volta eliminati, mi darebbero la possibilità di riprendere a fare delle camminate, che qualsiasi medico o specialista comunque mi consiglia.

Esiste ad esempio la “Alpinisti Diabetici In Quota” (www.adiq.org) che si impegna nella ricerca di strategie di prevenzione della malattia, fanno un buon lavoro ma mi sembra circoscritto, elitario e piuttosto difficile da seguire... gente con diabete che va in montagna ce n’è molta ed avrebbe bisogno di “attenzione” in maniera più capillare.

Scrivendo queste mie impressioni, ho appena scoperto un altro sito, www.diabetenolimits.org, che tratta la malattia relativamente ad atleti che si cimentano nel ciclismo, marcia, maratona ecc.

Partendo da Wikipedia (www.wikipedia.org) poi, ci sono altri siti internet che parlano di “medicina sportiva”.

Ma il cruccio principale è che non se ne parla tra noi in sede, in montagna, ovunque... probabilmente scambiandoci le nostre esperienze, potremmo migliorare anche la nostra “vita alpinistica”.

Inoltre, di enorme importanza, sarebbe una realtà stupenda contare sulla professionalità di esperti di medicina sportiva nella nostra Azienda Sanitaria di riferimento.

Un’altra cosa che andrebbe a vantaggio di chi soffre, e di chi ha difficoltà di movimento, potrebbe essere una rivisitazione/revisione di alcuni sentieri ma soprattutto strade di montagna, che, una volta identificate e sistemate, potrebbero essere adibite a “vie di sfogo” dove uno può “ritemprarsi” godendo delle meraviglie della natura.

È con grande piacere che accogliamo l’articolo di Daniele Bertossi e lo ringraziamo per averci dato la possibilità di inaugurare qui sulla rivista uno spazio nel quale cominciare a parlare di Medicina, Salute e Montagna. Nei prossimi numeri ci auguriamo di avere l’occasione di ospitare altri articoli che affrontano tali questioni e che stanno a cuore, crediamo, un po’ a tutti.

La Redazione

UNA DOMENICA T.A.M.

Luciano Collini

Vorrei ripartire da quella nota divulgata assieme alla convocazione dell'Assemblea del novembre 2010. Ricordo lo slogan con il quale iniziava la nota: TAM TAM TAM e veniva associato, "onomatopeicamente" ai suoni tribali che, tra gli altri scopi, hanno quello di chiamare a raccolta i membri della comunità in occasione di eventi sociali importanti. Ed allora, quale migliore occasione per ricordare la risposta della Sezione del CAI di Gemona, presidente in testa, agli amici del gruppo TAM (Tutela Ambiente Montano) del CAI di Mestre?

Il 20 di giugno (anche se con una situazione climatica sfavorevole) gli amici del gruppo TAM di Mestre, che già a gennaio, avevano chiesto di poter visitare le zone devastate dall'alluvione del 2003, ci hanno raggiunto a Malborghetto, per poter costatare i "capricci" della Natura, vedere come noi umani cerchiamo di confrontarci con lei e come facciamo fronte alle sue esigenze analizzando le esperienze, non sempre positive, del passato

Dopo il messaggio di benvenuto, il sindaco di Malborghetto, ha illustrato le peculiarità storico-sociali del luogo, ivi compresi gli eventi drammatici del 2003.

Successivamente, sotto la pioggia battente, per cui in automobile, il gruppo ha raggiunto il pianoro, dove la forza dell'acqua ha avuto lo sfogo maggiore. Lì Federico Sgobbino, Alessandro Coccolo e Marco Masini hanno illustrato la dinamica degli eventi e la logica seguita, per il recupero delle zone danneggiate, unitamente alla progettazione ed alla realizzazione delle opere di governo degli eventi alluvionali. Maggiore approfondimento, basato anche su materiale fotografico, è stato fornito dagli stessi professionisti, nelle aule di Palazzo Veneziano (Malborghetto). Dopo aver pranzato, gli amici di Mestre, hanno visitato il museo di Palazzo Veneziano e poi a Venzone hanno visitato il Museo della Terra ed il bellissimo Duomo (in entrambe i casi supportati da preparatissime guide locali).

Ho ritenuto opportuno raccontare questa esperienza perché in assemblea, a novembre del 2009, ci dicemmo che la TAM ha come scopo quello di salvaguardare il nostro ambiente naturale, vigilando e condividendo le proprie esperienze,

cercando di coinvolgere tutti gli amici della montagna, a partire da quelli naturalmente più vicini a noi. Infatti ci siamo ripromessi di verificare la possibilità di costituire un gruppo TAM regionale (FVG) ed in subordine, in accordo con gli amici di Mestre, ricostituire il gruppo TAM del Triveneto

Io da referente TAM sezionale, devo compiacermi per la soddisfazione dimostrata dagli amici "mestrini" unitamente ai loro ringraziamenti che ho l'obbligo, oltre che

l'onore, di estendere al sindaco di Malborghetto per la sua ospitalità, ad Alberto Iogna Prat (operatore TAM nazionale) che ha avuto la funzione di "gancio" con la Sezione del CAI di Mestre, ma devo personalmente ringraziare Marco Masini per la sua disponibilità e per aver coinvolto Federico Sgobbino ed Alessandro Coccolo, ed a tutti e tre per aver saputo illustrare con semplicità e chiarezza argomenti scientifici e tecnologici di non facile divulgazione. Grazie!



(foto Collini)

MARRONATA A MALGA GRANTAGAR

10 ottobre

La marronata sociale si terrà quest'anno presso i ristrutturati locali della Malga Grantagar sul versante sud dello Jof Fuart, accessibile per strada sterrata.

Il ritrovo per la marronata è fissato per le **ore 13:30**.

SENTIERI D'AUTUNNO: GRAN MONTE

24 ottobre

Dal Passo di Tanamea (m 850) ci si inoltra lungo una pista forestale pianeggiante in direzione della vecchia polveriera oltre la quale si raggiunge l'inizio del sentiero CAI n. 711.

Il sentiero ben marcato sale nel soprastante bosco di faggi con numerose svolte attraversando alcune zone con roccioni affioranti, fino a raggiungere la linea di cresta a 1540 m ove è collocata una grande croce (possibilità di proseguire verso destra lungo la cresta fino al M. Briniza - m 1630 in circa mezz'ora).

Dalla croce si prosegue verso est lungo la comoda traccia e si scende nella conca dove sorge il vecchio ospedale militare recentemente ristrutturato ed adibito a ricovero (m 1468). Ore 2:30.

Discesa per lo stesso itinerario, o in alternativa, per la cima della Punta di Montemaggiore (m 1613) ed il M. Starmaz lungo il sentiero 712 che porta nei pressi del Passo di Tanamea.

Difficoltà: **E**

Dislivello: 690 m fino in cresta, altri 100 per la cima.

Capigita: Daniele Giacomini, Armando Contessi

Gita con mezzi propri.

ATTIVITÀ SEZIONALE BUJA

DELTA DEL PO

Domenica 3 ottobre 2010

La **Sottosezione CAI di Buja** organizza una gita con visita al Delta del Po e alla "Sagra dell'anguilla" a Comacchio

ore 06:00	partenza da Buja – Piazza Mercato (in Autocorriera GT);
ore 08:30	sosta tecnica;
ore 10:30	arrivo a Pesca Foce;
ore 11:00	imbarco su motonave per escursione naturalistica al Delta del Po;
ore 13:00	rientro motonave (pranzo al sacco);
ore 13:30	trasferimento in Autocorriera a Comacchio;
ore 14:00	visita alla "Sagra dell'anguilla" con possibile degustazione dei piatti tipici e dei vini locali, acquisti prodotti vari ecc.;
ore 17:30	partenza in Autocorriera per il rientro;
ore 19:30	sosta tecnica;
ore 22:00	arrivo a Buja.

Costo della gita: € 35,00 (adulti), € 25,00 (ragazzi fino a 17 anni). Quota basata su 50 persone.

SERATE D'AUTUNNO A BUJA

Venerdì 15 ottobre: serata culturale presso la Biblioteca comunale, ore 20:30.

Italo ZANDONELLA CALLEGHER (che ha curato con il fratello Beppe il diario di Angelo Ursella "Montagne e... Volontà), presenta con filmati d'epoca il libro "La valanga di Selvapiana" (suggestivo e accurato racconto sulla Grande Guerra, vissuto dalla parte dei protagonisti, nello scenario delle Dolomiti del Comelico).

Venerdì 29 ottobre: serata culturale presso la Biblioteca comunale, ore 20:30.

Il socio Renato TIRELLI proietta e commenta una serie di interessanti immagini in ambiente invernale (sci escursionismo, sci alpinismo ecc.) e in ambiente estivo (itinerari escursionistici, alpinistici ecc.).

ATTIVITÀ SEZIONALE OSOPPO

Daniele Bertossi

SCOPRIAMO OSOPPO

Dopo le prime due riuscitissime uscite, il primo appuntamento è previsto per domenica **17 ottobre** alle ore 09:00 presso la Chiesa di S. Pietro sul Forte di Osoppo.

Parleremo della particolare presenza del leccio sul Forte per visitare, poi, un campo sperimentale adibito alla coltura dell'olivo nelle nostre zone, accompagnati da esperti dell'Associazione Friulana Olivicoltori. Infine visiteremo Borgo Olivi ad Osoppo.

Domenica **14 novembre**, ritrovo sempre sul Forte alle ore 09:00, visiteremo le "Cavità ipogee di Osoppo" tramite l'aiuto e le conoscenze del Gruppo Grotte sezione "Cavità Artificiali" del Club Alpinistico Triestino (C.A.T.).

La visita sarà preceduta da un filmato sulle cavità in 3D; per chi non volesse seguire il gruppo escursionistico, ci sarà la possibilità di assistere a delle proiezioni in 3D per tutta la mattinata, sempre a cura del C.A.T.

Vi ricordiamo che sabato **13 novembre**, ancora a cura del C.A.T., sarà possibile presenziare alla proiezione 3D "Nel regno dei Guriûz", documentario sul "Fontanone di Goriuda", sala di proiezione ed orario verranno comunicati tramite il sito del C.A.I Gemona, www.caigemona.it, o tramite la pagina facebook del C.A.I. di Osoppo, per ulteriori informazioni è possibile contattare l'indirizzo web, caiosoppo@caigemona.it

Vi aspettiamo in quel di Osoppo!

ANNO INTERNAZIONALE DELLA BIODIVERSITÀ 2010



2010 Anno Internazionale della Biodiversità

L'Assemblea generale delle Nazioni Unite ha dichiarato il 2010 Anno internazionale della biodiversità. Non si tratta di un caso: le parti contraenti della Convenzione sulla biodiversità – fra cui la Svizzera – hanno deciso di puntare su obiettivi ambiziosi proprio per il 2010.

Che cos'è la biodiversità e cosa racchiude il significato del termine? Dalla definizione più breve e sintetica a quella più complessa e articolata.

La biodiversità in poche parole:

La biodiversità è la diversità della vita.

La diversità della vita è a sua volta scindibile in tre sottolivelli:

diversità degli ecosistemi (ambienti naturali quali acque, boschi, spazio alpino);

diversità delle specie (animali, piante, funghi, microrganismi);

diversità del patrimonio genetico (razze o varietà di specie selvatiche e domestiche).

Un quarto livello è costituito dalla biodiversità funzionale, ovvero dalla diversità delle interazioni che si esplicano all'interno e fra i tre livelli.

La biodiversità nel diritto internazionale

Nell'articolo 2 della Convenzione sulla diversità biologica (CBD, Convention on biological diversity) la diversità biologica o, in breve, la biodiversità è definita come: «la variabilità degli organismi viventi di ogni origine, compresi inter alia gli ecosistemi terrestri, marini ed altri ecosistemi acquatici e i complessi ecologici di cui fanno parte; ciò include la diversità nell'ambito delle specie e tra le specie e la diversità degli ecosistemi.»

La Convenzione sulla diversità biologica

Al vertice mondiale delle Nazioni Unite a Rio de Janeiro del 1992, numerosi rappresentanti politici di rango hanno partecipato ad una conferenza sul tema ambiente e sviluppo. Uno dei trattati sottoscritti è stata la Convenzione sulla diversità biologica (traduzione in italiano) – il primo

accordo globale per la conservazione e l'uso sostenibile della biodiversità. Nel corso di poco tempo l'accordo ha avuto un ampio consenso. Più di 150 governi hanno sottoscritto il documento direttamente sul posto; nel frattempo gli stati firmatari sono più di 180 paesi. La convenzione è entrata in vigore il 29 dicembre 1993.

I tre principali obiettivi della Convenzione sono:

- la conservazione della biodiversità;
- l'uso sostenibile degli elementi della biodiversità;
- la distribuzione equilibrata ed equa dei vantaggi e dei guadagni derivanti dall'uso delle risorse genetiche.

Questa Convenzione è una pietra miliare nel diritto internazionale. Per la prima volta la conservazione della diversità biologica viene riconosciuta come "esigenza comune dell'umanità" e parte integrante dello sviluppo. La Convenzione è vincolante e i paesi firmatari sono tenuti a recepirne le disposizioni. L'organo decisionale è la Conferenza delle parti (Conference of Parties COP). Il prossimo incontro avrà luogo dal 18 al 29 ottobre 2010 a Nagoya in Giappone.

Biodiversity Target e Countdown 2010

Vista la rapida estinzione di specie e la perdita di habitat, in occasione del vertice mondiale dedicato allo sviluppo sosteni-

bile tenutosi nel 2002 a Johannesburg i paesi presenti si sono posti come obiettivo il sensibile rallentamento della perdita di biodiversità entro il 2010.

I paesi europei invece hanno fatto un passo in più, impegnandosi non solo a rallentare la perdita di biodiversità, ma anche a fermare interamente questo processo entro il 2010. L'iniziativa Countdown 2010 lanciata dall'Unione mondiale per la conservazione della natura (IUCN), con la partecipazione di governi, amministrazioni ed autorità, ONG e privati vigila su questo impegno.

Anno internazionale della biodiversità 2010

Nel dicembre 2006, l'Assemblea generale delle Nazioni Unite ha deciso di proclamare il 2010 Anno internazionale della biodiversità. Spinta dalla forte preoccupazione sulle conseguenze sociali, economiche, ecologiche e culturali della perdita di biodiversità, essa ha auspicato che gli stati ed altri attori colgano l'occasione per rafforzare la sensibilizzazione sull'importanza della diversità biologica e per svolgere azioni locali, regionali ed internazionali. Le attività sono coordinate dal Segreteria della Convenzione sulla diversità biologica a Montreal in Canada.

(Per approfondimenti: <http://www.biodiversita2010.ch> con la versione in italiano)

LIBRI

Il Monte Nous, Emanuele Franz. Da un'idea di Michele Vicentini; Audax Editrice, 2010. Codice ISBN: 978-88-96144-07-7, con la prefazione di Roberto Mazzilis e con il patrocinio del C.A.I.

Michele Vicentini fu poeta, cantore, alpinista solitario, liutaio e scrittore. Prima di morire suicida all'età di 26 anni concepisce un racconto che tratta dell'ascesa al monte Nous, archetipo della vetta intesa come conoscenza e Verità. Scelse come luogo della morte un monte a lui caro, il Monte Jou di Fau, alle pendici del Monte Grauzaria, dove deliberatamente, come atto reale e simbolico, si è immolato alla Montagna che lui riteneva sacra. L'intero testo, in modo allegorico, è deliberatamente un richiamo alla Vetta intesa come Grande Opera.

Alpinista d'acqua dolce. Dalle Dolomiti alle Alpi Giulie passando per il Monte Bianco, Luca Beltrame, 2010; Eurograf Editore.



CENA SOCIALE

19 NOVEMBRE 2010

L'appuntamento per la cena sociale è fissato per **venerdì 19 novembre** alle ore 20:00 presso l'Hotel Ristorante "Al Picaron a San Daniele del Friuli (Via San Andrat).

Il costo della cena è di € 30,00; **le adesioni** dovranno pervenire presso la sede ed i recapiti sociali **entro il 12 novembre**.

SERATA A GEMONA DEL FRIULI

3 DICEMBRE 2010

Sala Parrocchiale di Ospedaletto "**PERÒ... PERÙ! Punti di vista diversi**". Interverranno all'incontro le Guide alpine **Massimo e Guido Candolini** e la Guida alpina peruviana **Edgar Roca**.

ASSEMBLEA SOCIALE

26 NOVEMBRE 2010

Ai Soci della sezione del C.A.I. di Gemona del Friuli, Sottosezioni di Osoppo e Buja

AVVISO DI CONVOCAZIONE

Alle ore 20:00 di giovedì 25 novembre 2010 in prima convocazione ed alle ore **20:00 di Venerdì 26 novembre 2010** in seconda convocazione, avrà luogo, presso la Sede Sociale di Gemona del Friuli in Via IV Novembre 38 a Maniaglia la

ASSEMBLEA ORDINARIA

dei Soci della Sezione del C.A.I. di Gemona del Friuli e delle sottosezioni di Buja e Osoppo per la trattazione del seguente:

ORDINE DEL GIORNO

1. Nomina presidente e segretario dell'assemblea
2. Lettura e approvazione verbale assemblea del mese di marzo 2010
3. Approvazione quote tesseramento 2011
4. Presentazione programma sociale 2011
5. Comunicazioni



Gemona del Friuli 06/09/2010

Il Presidente Bruno Baracchini

Bruno Baracchini

Si ricorda che, come indicato all'art. 16 del Regolamento Sezionale, "Hanno diritto di partecipare all'Assemblea tutti i soci in regola con il pagamento delle quote sociali. I soci minori non hanno diritto di voto.

SETTIMANA DELL'EDUCAZIONE ALLO SVILUPPO SOSTENIBILE

8-14 NOVEMBRE 2010

MOBILITÀ questo il tema al centro dell'edizione 2010 della **Settimana di Educazione allo Sviluppo Sostenibile**, che si terrà dal **8 al 14 novembre**, sotto l'egida e il coordinamento della Commissione Nazionale Italiana per l'**UNESCO**. Anche l'edizione del 2010 intende coinvolgere **oggetti** pubblici e privati per dar vita a una grande **varietà di eventi**: conferenze, animazioni, visite, mostre, cineforum, laboratori, spettacoli, stand.... L'**obiettivo** della manifestazione è diffondere le competenze, le sensibilità, le conoscenze e le capacità necessarie a costruire nuovi modi di interpretare e vivere gli spazi collettivi.

Per pensare a dei luoghi da abitare, che permettano di spostarsi senza diventare invivibili o dannosi per la salute e senza compromettere le risorse dell'ambiente. Inquinamento, pianificazione urbana, cambiamenti climatici, veicoli ecologici,

aree pedonali e ciclabili, trasporti intermodali, pedaggi urbani, democrazia partecipata, sicurezza, consumi e alimentazione a "chilometri zero", salute: sono solo alcune delle **tematiche** che saranno affrontate per cercare e incoraggiare risposte e soluzioni innovative, immaginando scenari possibili per uno sviluppo sostenibile.

Il **LaREA** (Laboratorio Regionale di Educazione Ambientale) **dell'ARPA** (Agenzia Regionale per la Protezione Ambientale) del Friuli Venezia Giulia **coordinerà il programma regionale** degli eventi in Friuli Venezia Giulia.

Scuole, soggetti pubblici e privati possono partecipare attivamente all'iniziativa. Tutte le informazioni sono reperibili al sito www.ea.fvg.it.

La Settimana s'inquadra nella campagna per il Decennio ONU dell'Educazione allo Sviluppo Sostenibile 2005-2014

(DESS), promossa dall'**UNESCO** allo scopo di diffondere valori, consapevolezza, stili di vita orientati al rispetto per il prossimo e per il pianeta.

Le precedenti edizioni della Settimana dell'Educazione allo Sviluppo Sostenibile dedicate all'energia sostenibile (2006), alla lotta ai cambiamenti climatici (2007), alla riduzione e riciclaggio dei rifiuti (2008) e a città e cittadinanza (2009) hanno registrato un ampio e crescente successo di partecipazione, sia a livello nazionale che in Friuli Venezia Giulia.

