



ANNO 46—NUMERO 175—SETTEMBRE 2008

# Lo Zaino

INFORMATORE DEL CLUB ESCURSIONISTI ARCORESI  
SOTTOSEZIONE DI ARCORE DEL CLUB ALPINO ITALIANO  
ANNO FONDAZIONE 1962

Sede sociale: ARCORE – Via IV Novembre, 9 tel 039/9012956

www.gxg.it/cea email: cea-arcore@libero.it cell 347/9471002

REDAZIONE: FABIO—ORNELLA— ENZO— MARIO



## Notizie di rilievo:

- ◆ ASSEMBLEA GENERALE pag. 2
- ◆ IL PRANZO SOCIALE pag. 3
- ◆ LA PRESCIISTICA pag. 3

## L'OPINIONE DI

.....



Le sospirate vacanze estive sono ormai alle spalle, rieccoci quindi volentieri nuovamente al lavoro nel prepararvi il nostro giornalino con le news ed anticipazioni più significative. Tra queste, senza dubbio, non possiamo non dare risalto all'ultimazione del nostro nuovo sito, realizzato con una veste grafica che ci auguriamo incontri il vostro gradimento. Al momento l'indirizzo web non è ancora

quello definitivo ma contiamo di renderlo tale al più presto. Probabilmente qualcuno di voi lo ha già scoperto in rete, come si evince dall'apprezzabile rilevazione delle visite avvenute sino ad oggi. D'altronde ricercandolo con le parole chiave (cea-arcore) risulta abbastanza semplice identificarlo. Bene, sono sempre graditi i vostri commenti e suggerimenti. Sarà nostra premura darvene tempestiva comunicazione del varo ufficiale che prevediamo avverrà con l'uscita del prossimo giornalino di Novembre.

Stiamo altresì lavorando "sodo" nella programmazione delle prossime gite invernali con sorprese a nostro avviso piacevoli.

Nel segnalarvi imminenti importanti appuntamenti fieristici inerenti le attività sportive invernali, quali:

ALTAQUOTA 2008 a Bergamo dal 3 al 5 Ottobre e SKIPASS a Modena dal 30 Ottobre al 2 Novembre ci congediamo augurandovi buona lettura ed alla prossima.



## ALTRE NOTIZIE

COMUNICAZIONI VARIE PAG. 3

LA MONTAGNA E I BAMBINI PAG. 4

GLI AMICI DEL CEA SCRIVONO PAG. 5



# ASSEMBLEA GENERALE PER L'ELEZIONE DEL NUOVO CONSIGLIO

Venerdi' 3 OTTOBRE 2008

Ore 21 ad Arcore presso l'Aula Magna  
del I a SCUOLA MEDIA

.....premi ad estrazione e... rinfresco!

**- tombolata -**

Ti aspettiamo!

**CANDIDATI 2008/2009**



- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| 1- BERETTA ELVIO      | 11- TERUZZI ROSARIA   |
| 2- BERETTA MARIO      | 12- VILLA FABRIZIO    |
| 3- CISERANI ALBERTO   | 13- VITALI GIANPIETRO |
| 4- FERRARIO GIANCARLO | 14- .....             |
| 5- GALLIANI VITTORIO  | 15- .....             |
| 6- PESSINA FABIO      | 16- .....             |
| 7- NOSTRINI ENZO      | 17- .....             |
| 8- PEREGO ORNELLA     | 18- .....             |
| 9- TERUZZI MATTEO     | 19- .....             |
| 10- TERUZZI PAOLA     | 20- .....             |

Tutte le persone che si vogliono impegnare nelle attività sono bene accette e si possono anche candidare per il consiglio C.E.A.. Si possono votare un massimo di 10 candidati e se non puoi essere presente all'assemblea puoi imbucare i tuoi voti nella cassetta postale fuori dalla sede.

## DOMENICA 12/10/08 - PRANZO SOCIALE

Il consueto pranzo sociale quest'anno avrà luogo presso il rinomato ristorante HOSTARIA SAN BENEDETTO ubicato nel pieno centro storico della città medievale di Montagnana (PD), insignita dal Touring Club Italiano della **Bandiera Arancione**.

Una guida turistica ci accompagnerà in mattinata nella visita alla città fortificata, sia all'interno che all'esterno delle mura di cinta, tra gli ameni paesaggi dei colli Euganei.

*Il menù, a base di raffinati prodotti tipici stagionali preparati con sapiente cura dal ristorante prevede indicativamente (non impegnativamente) le seguenti portate:*

Prosciutto Crudo Dolce di Montagnana  
Insalatina di Gallina Padovana con uvetta, noci e pinoli  
Tortino caldo alle verdure  
Risotto con funghi di Monte mantecato al Vezzena  
Maccheroncini di pasta all'uovo con ragù d'oca  
Coniglio in guazzetto  
Petto d'anatra al mosto cotto  
Verdure cotte di stagione  
Crostata tiepida alle pere con crema di mele cotogne  
Caffè  
Digestivo della casa  
Vini DOC Colli Euganei: Pinot Bianco, Cabernet

**Il prezzo del pranzo comprensivo di viaggio A/R in bus e visita guidata è pari a €/Adulto 50,00 e €/bimbo sino 10 anni 35,00.**

*Le adesioni di partecipazione si raccolgono presso la nostra sede con decorrenza 23 settembre e termine alla data del 7 Ottobre prossimi.*



VIENI A CANTARE CON NOI...!!! C'E' IL CORO CEA.



IL LUNEDI', IN SEDE, ALLE ORE 21, E' SEMPRE GIORNATA DI CANTI E GORGHEGGI CON IL MAESTRO GIANNI OGGIONI. TI ASPETTIAMO!!!



## PRESCIISTICA

A PARTIRE DAL 2/10/2008

E FINO AL 12/03/2009

TUTTI I MARTEDI' E TUTTI I GIOVEDI'

DALLE ORE 19,20 ALLE 20,20

PRESSO LA PALESTRA DELLE SCUOLE ELEMENTARI DI VIA EDISON.

LE SCARPE DA USARE DURANTE LA GINNASTICA VANNO CALZATE IN PALESTRA.

**N.B.: E' obbligatorio consegnare il certificato medico di sana e robusta costituzione per attività non agonistica.**

**La ginnastica presciistica è vivamente consigliata come allenamento a tutti coloro che durante la stagione invernale si vorranno dedicare ai vari tipi di discipline sciistiche.**



## La montagna e i bambini

### Ma perché la montagna?

Innanzitutto perché la montagna – dai modesti rilievi collinari alle vette più aspre – è infinitamente bella e di bellezza non si è mai sazi; inoltre ha un fascino misterioso: alberi che “si abbracciano” per poi separarsi, rocce dalla forme insolite che, agli occhi curiosi dei bambini, diventano strani animali, macigni ricoperti di muschio, piccole tane.....

Non è un caso se, spesso, le fiabe sono ambientate nei boschi.

E poi perché la montagna richiede un impegno mai privo di ricompensa; anzi, la montagna dona con generosità: grandi cieli, prati e boschi, rocce, ruscelli, laghetti, cascate.....raggiungere una bella meta ci è costata un po' di fatica – che sia una radura nella pineta, una vetta o un semplice valico da cui lo sguardo possa spaziare – è un piacere che soddisfa anche l'amore per le avventure e le scoperte, innato in ogni bambino.

Inoltre la montagna educa: bisogna capire dove mettere i piedi per evitare di farsi male, bisogna imparare a non sopravvalutare le proprie competenze, bisogna essere coraggiosi e prudenti al tempo stesso e, se necessario, saper accettare che, in certi casi, “non si può andare oltre” perché il tempo è peggiorato, perché siamo stanchi, perché la nostra preparazione o la nostra attrezzatura sono insufficienti!

Ma si impara anche a non temere la propria paura, a spostare, con attenzione, talvolta con una guida esperta, il proprio limite un passo più in là, perché dall'esperienza nasce la sicurezza, a due anni come a settanta. In montagna non si può dimenticare la competizione e apprendere la solidarietà, dandosi la mano nei punti più difficili, aspettando chi è rimasto indietro.

E poi...poi perché per un bambino – e per l'adulto che diventerà più avanti – è salutare il contatto con qualcosa di non strutturato dall'uomo, che possa lasciare spazio alla sorpresa: un intrico di radici che formano una casina coperta di edera, un albero folgorato in mezzo al sentiero che ci costringe a chinarci per passare oltre, una chiazza di neve in piena estate in un angolo d'ombra.....

### E perché fin da piccoli?

Perché le sensazioni e le emozioni che si provano nell'infanzia creano una sensibilità che sarà meno facile far crescere in un'età successiva: vedere le impronte di un selvatico, fiutarne l'odore o avere la fortuna di scorgerlo sono impressioni che non si dimenticano e che cerchiamo, poi, anche quando siamo adulti; sentire gli aromi della montagna, l'erba, il fieno, la resina, i fiori, il fumo di un camino – o coglierne i suoni – il vento tra i faggi non soffia come fra gli abeti o nell'erba – ci lascia ricordi profondi. E poi ci sono sapori non appiattiti: more, fragole, lamponi, il panino mangiato all'aperto, la pastasciutta del rifugio...

Perché la montagna ha dei riti: “quei” calzoni, “quegli” scarponcini, “quei” luoghi; ai bambini piace cambiare, ma piace anche il ritorno in un posto noto: “andiamo a trovare le mucche dell'altra volta?”; “andiamo a sederci sotto il nostro albero?”.

Perché la montagna è avventura e gioco: al torrente si fanno le dighe di sassi, con i rami piccoli si costruiscono mini zattere, con quelli grandi si costruiscono capanne, con il fango morbido delle sponde si pasticcia.

Perché la montagna fa bene alla salute: l'aria è infinitamente meno inquinata che in città e il movimento su terreni non pianeggianti stimola coordinazione ed equilibrio ed aiuta lo sviluppo dei muscoli scheletrici e dell'ossatura di arti inferiori ed il tronco.

### Quando?

Si può cominciare fin da piccolissimi, tenendo presente che nei primi mesi è bene comunque non spingersi oltre i 1000 metri di quota. Si può frequentare la montagna in ogni stagione perché, anche se la primavera e l'estate – quando possiamo incappare in un temporale con conseguente fuga in una stalla – hanno giornate più lunghe e più calde, l'inverno, se siamo ben coperti, ci regala il piacere di cieli limpidi e aria frizzante che solletica il naso e ci dà il gusto di camminare sulla neve che scricchiola, offrendoci, se frequentiamo boschi decidui, l'aspetto insolito di tronchi e rami nudi e la vista fugace di una lepre in mantello invernale; l'autunno propone profumi, colori, sensazioni – le foglie cadono, il sentiero coperto da un tappeto soffice, il silenzio irreale perché molte creature sono in letargo, la nebbia profumata che rende misteriosa anche la semplice collina dietro casa – che non troviamo in altre stagioni.

### Qualche consiglio

I bambini – eventualmente preparati all'escursione con la lettura di una fiaba – hanno bisogno di portarsi a casa, oltre alle fotografie, qualche ricordo, qualche piccola pietra luccicante, delle pigne, dei pezzetti di corteccia caduti a terra, un rametto dalla forma insolita, ghiande, castagne, faggioline, che si possono piantare in un vaso...

L'abbigliamento dev'essere comodo: per iniziare vanno bene una maglietta, una tuta, e delle scarpe da ginnastica con la suola grossa e antiscivolo, una giacca impermeabile (se si sale un po' in alto, imbottita), guanti, e cuffia; generalmente se hanno un piccolo zaino, amano portarselo.

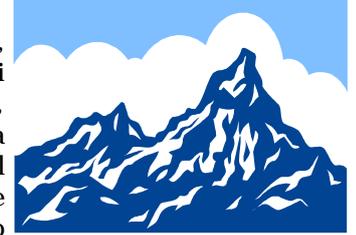
A chi rivolgersi per un consiglio, una guida? Alle sezioni CAI della zona (che possono anche indicarci carte topografiche) o ad altre associazioni che si occupino di montagna; se chiediamo l'ausilio di una guida, naturalmente è bene specificare che l'escursione è diretta a bambini molto piccoli.

Tratto dalla rivista per la prima infanzia: “il mondo zero!”

## AL BISHORN

Di nuovo un 4000 metri, per l'esattezza il mio decimo 4000!

Partenza in pullman sabato 5 luglio alle 6 dal parcheggio della stazione di Arcore, in compagnia di Roberto, l'autista che ci accompagnerà sino al rifugio. Quasi tutti sono presenti ed un po' assonnati e via per l'autostrada, verso il passo Sempione, diretti a Zinal nel cuore del Vallese. Parcheggiamo verso la fine del paese in zona campeggio ed iniziamo il rito della preparazione dello zaino, per l'attacco del sentiero che porta alla Cabane de Tracuit (3270 m). Nonostante lo zaino pesante incominciamo a salire ed il gruppo si sgrana; grazie alla bella giornata ammiriamo il paesaggio ed approfittiamo per fare anche uno spuntino. Dopo 1600 m di dislivello, con una parte di sentiero costeggiato da torrenti e superato il primo balzo a quota 2600 m, troviamo un bello spiazzo erboso e sostiamo dove si intravede il rifugio. Ripartiamo e la salita si dirige verso tratti di pietraie e piccoli nevai e, dopo circa 4/5 ore, con l'ultimo tratto tra roccia e catene, arriviamo al Tracuit.



L'accoglienza non è delle migliori, d'altra parte siamo in Svizzera!

Ester, la rifugista, ci fa subito capire che si mangerà presto, ma in compenso si farà la colazione tardi (h 5,30)..... un successo!!! Noi non demordiamo, riempiamo la camerata quasi in cantina, che condividiamo con altri, e qualcuno pare non rendersi conto dove siamo capitati, ma il bello lo riserverà la "cena"!



Il mattino dopo salire il Bishorn è uno scherzo, se non fosse per il tempo incerto; sprono i miei compagni, anche perché siamo gli ultimi a partire, e finalmente attacchiamo. Durante la salita continuo a pensare se il tempo buono avesse tenuto fin sulla cima. Purtroppo già al mattino le nuvole hanno fatto il giro intorno alla vetta e la possibilità di fotografare e vedere dall'alto le altre cime diventa sempre più ridotta. I ragazzi della mia cordata non vedono l'ora di raggiungere la meta, "ma quanto tirano"!!! Infatti raggiungiamo i primi di cordata e, se non li tengo, passano anche sopra!

Ultima rampa ed è fatta! Conquistiamo e torniamo veloci per non farci sorprendere sul ghiacciaio dal temporale. Infatti appena giunti al rifugio inizia a piovere ed un temporale, per almeno mezz'ora, ci perseguita.

Oramai è fatta! Siamo quasi al pullman e tutti, stanchi ma contenti, si rilassano godendosi il meritato riposo.

Il "re della corona imperiale" è stato conquistato!

Un grazie a tutti i partecipanti per la preziosa compagnia!

Davide G

---

## PIERINO

"Dov'è Pierino? - E' avanti!" dopo cento metri dall'inizio dell'escursione, Lui partiva, ! Al va! Al va! Ciapel!" Noi dietro a gridargli; ma si allontanava sempre di più!

Lo ritrovavamo alla meta prefissata, sulla vetta od al rifugio che dovevamo raggiungere. Era arrivato prima di noi almeno mezz'ora in anticipo, noi affaticati subito a cambiarci la maglietta bagnata, lui diceva: non ho neanche sudato un poco!

A pranzo ci consolava offrendoci sempre l'immane bottiglia di Grignolino che portava apposta per noi.

Una volta eravamo arrivati al posto prefissato, ma Pierino non c'era. Dopo una decina di minuti ce lo vediamo davanti, aveva sbagliato strada e si era fatto almeno quaranta chilometri in più!

Durante la discesa poi, tutte le scorciatoie più ripide erano sue, per cui anche in quel caso ci staccava come accadeva in salita.

Anche adesso ci chiediamo: "Dov'è Pierino? - E' avanti!"

Gianantonio



Quando un amico ci lascia è difficile trovare le parole per ricordarlo; Gianantonio ha trovato il giusto pensiero per sentirlo vicino quando si percorre fra amici un sentiero di montagna.

Un saluto a Pierino da tutto il Cea



La sede è aperta Il Martedì e il Venerdì dalle ore 21 alle 22,30.

Tel.: 039-6012956—Cell.: 347-9471002—

CHI DESIDERA VISIONARE IL GIORNALINO O LE VARIE INIZIATIVE DEL CEA VIA E-MAIL CI PUO' SEGNALARE IL PROPRIO INDIRIZZO, ANCHE ATTRAVERSO IL NS. SITO INTERNET.

CHI DESIDERA POTRA' INVIARE VIA E-MAIL ARTICOLI, PENSIERI, POESIE O ALTRO, INERENTE ALLE NOSTRE ATTIVITA'.

LA REDAZIONE ANALIZZERA' I TESTI PER EVENTUALE PUBBLICAZIONE SU "LO ZAINO".  
RINGRAZIAMO ANTICIPATAMENTE PER LA COLLABORAZIONE.

Visita il nostro sito internet: [www.gxg.it/cea](http://www.gxg.it/cea)  
email: [cea-arcore@libero.it](mailto:cea-arcore@libero.it)

PASTICCERIA PRODUZIONE PROPRIA

*Prodotti artigianali*

# Profumo Dolce

**TUTTO PER IL VOSTRO RINFRESCO**  
Torte da cerimonia e personalizzate  
Pasticceria mignon - Salatini - Torte salate - Pizze e focacce  
Tartine e brioches salate - Panettone gastronomico

Via Roma 12. 20043 Arcore (Mi) - Tel. 039 6882371 - CHIUSO IL LUNEDÌ

## SUPE **R** MACELLERIA RATTI

**QUALITA' +  
PREZZO =  
RISPARMIO**

<b>ARCORE</b> Via Natale Beretta, 75 Tel. 039/6012184	<b>OGGIONO</b> Via Giovanni XXIII, 37 Tel. 0341/576133
---	--