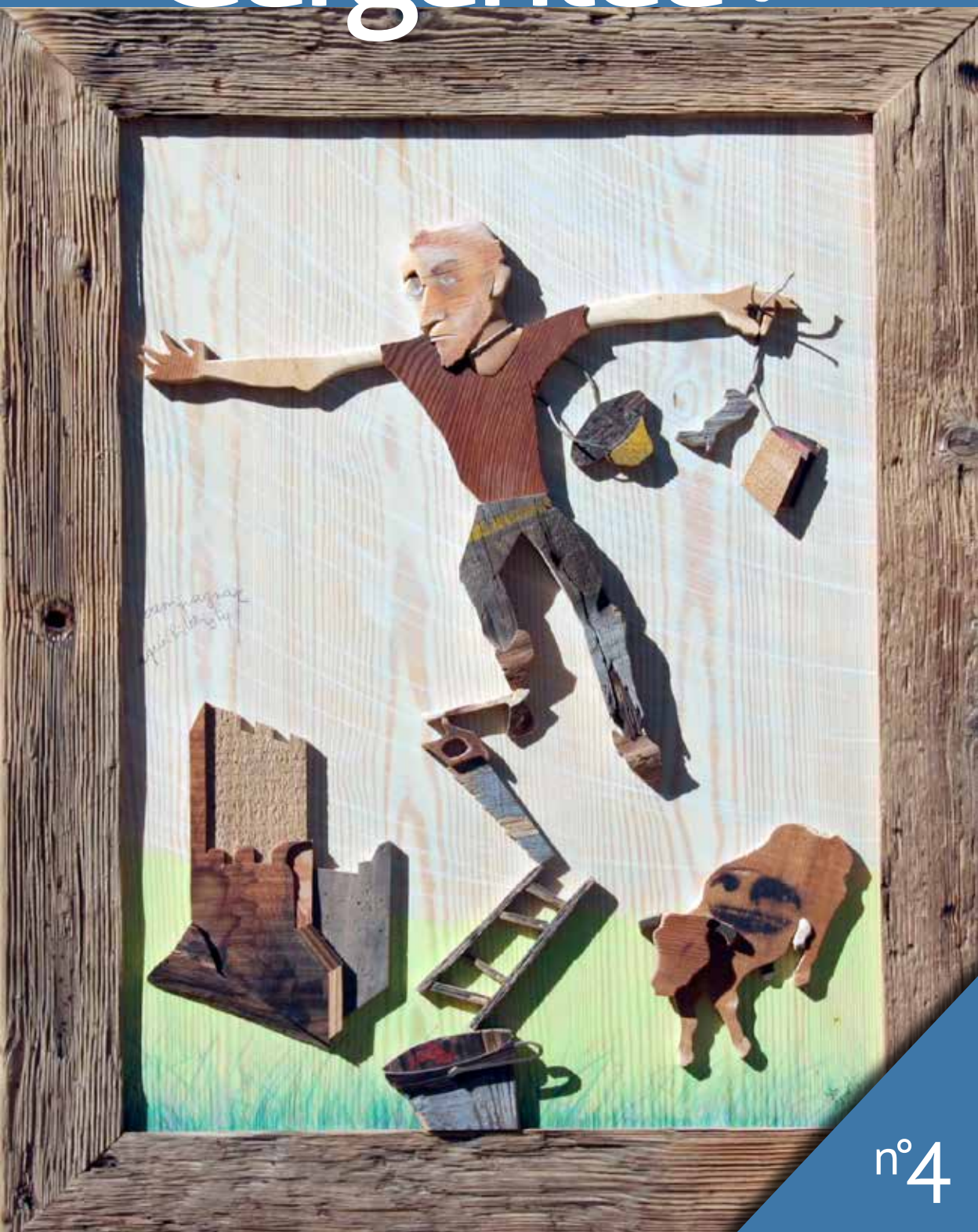
Notiziario della Biblioteca di Gressan

Gargantua



n°4

Gargantua

Notiziario della Biblioteca di Gressan

N 4 • 2013

Pubblicazione trimestrale

Direzione e redazione
Biblioteca Comunale
Tor de Saint Anselme
Fraz. La Bagne n. 15
11020 GRESSAN (AO)
Tel. 0165 25 09 46

Direttore responsabile
Davide Avati

Autorizzazione del tribunale
di Aosta n. 14/97
del 21.11.1997

Impaginazione
Alessandro Lunardi
Studio
Pier Francesco Grizi

Stampa
Imprimerie
Tipografia La Vallée

In copertina:
Opera di Bobo Pernettaz

Eventi & manifestazioni

a cura di Comune, Biblioteca, Pro Loco, Espace Pila

APPUNTAMENTI DICEMBRE/FEBBRAIO

26 DICEMBRE 2013

Spettacolo teatrale
"Prima pagina"
Compagnia teatrale 'Gli Specchi' - Quart
c/o sala conferenze BCC

30 DICEMBRE 2013

Fiaccolata dei maestri di sci
Pila

22-23 FEBBRAIO 2014

Comité di Arlequen
Carnevale a Gressan

15-16-17 MARZO 2012

Finali Coppa Europa di Sci Alpino
Pila

18 MARZO 2012

Bataille des modzons
Area verde Loc. Les Iles

Buon Natale e felice 2014!

La Commissione di gestione della Biblioteca di Gressan augura a tutti i lettori di 'Gargantua' un buon Natale e un sereno 2014.

Comunità e collettività

Filippo BERLIER

Chi prepara la polenta, chi le frittelle di mele, chi accompagna i visitatori, chi serve ai tavoli, chi pulisce e riordina quando tutti i riflettori si sono spenti... Queste sono alcune delle scene che i più curiosi osservatori possono notare aggirandosi per Gressan in occasione delle varie manifestazioni che animano il paese: il carnevale, la fiaccolata "I light Pila", la giornata di primavera del FAI, Il Trofeo Topolino di calcio, la festa delle mele sono solo le più rinomate e le ultime in ordine cronologico. Tutte le iniziative, anche le più piccole, sono accomunate dal muovere tanti volenterosi, Gressaens e non, che mettono a disposizione il loro tempo, uniscono le forze, mettono insieme le loro capacità per un obiettivo comune. Il merito di queste persone non è solo quello di dare vita ad un momento di festa e di aggregazione, ma è soprattutto quello di creare e mantenere vivo il senso della comunità, della collettività, della condivisione.
Una comunità è un insieme di individui che formano un gruppo in cui tutti hanno la consapevolezza del proprio ruolo e del contributo che sono tenuti a fornire per far sì che il sistema funzioni: tutti hanno, da una parte, la possibilità e, dall'altra, il dovere di fare la propria parte. Ognuno ricopre la propria mansione con dignità, umiltà e correttezza. La collettività dovrebbe trarre esempio da questi momenti in cui gli individui lavorano fianco a fianco, spalla a spalla senza interessi personali e senza scaricare gli errori sugli altri né delegare ad altri le proprie responsabilità. Questo è l'atteggiamento maturo con cui la società dovrebbe affrontare i momenti di impasse sociale, economico e politico come quello che stiamo vivendo.
Che il prossimo anno possa essere ricco di serenità, speranza e soddisfazioni.

In questo numero

Editoriale
Sommario 3
Dalla biblioteca
Consigli per la lettura 4
Consigli per la visione 8
Consigli per l'ascolto 9
Gita a Firenze/Siena 10
Corsi vari gennaio 12
Corso di step 14
Corso di yoga 15
Calendario di Gressan 17
Mostra Bobo Pernettaz 18
Mostra vignerons 20
Le mele tra salute e bellezza - Enrico Bernero 21
Due chiacchiere con...
Tor de Refuges 22
Dalle scuole
Primaria Chevrot - Diario di bordo 26
Primaria Gressan - Frutteti 27
Primaria Gressan - Racconto 28
Primaria Gressan - Primo giorno di scuola 29
Salute&Benessere
L'amicizia da piccoli 30
Scienza & Ambiente
Il Bosone di Higgs 34
Nouvelles des chez-nous
Festa delle mele 40
Velo Gressan 42
Pila Bike 43
Gli Alpini di Gressan 45
Desarpa 46
Festa foulards 47
Spettacolo VIOLA 48
Amministrazione Comunale
Bilancio - Desarpa 50
Ripristino sentieri - Avviso numerazione interna 51

Consigli per la lettura

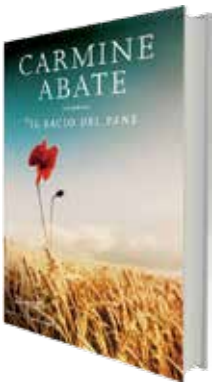
a cura di Nicoletta PAGLIERO

LA MORTE DEL PAPA
di **Luis Miguel Rochas** - *(Beat)*

"La morte del Papa" è un thriller storico che denuncia la cospirazione che portò all'assassinio di Papa Luciani. Il romanzo rivela tutte le circostanze che si verificarono nella notte della sua morte, le menzogne e i segreti tenuti nascosti per 28 anni. Sarah Monteiro, giornalista portoghese che vive a Londra, riceve per posta una strana lista di nomi che cambierà tutta la sua vita. Accusata di crimini che non ha commesso, perseguitata dalla polizia, fuggirà inseguita da un'organizzazione segreta della P2, che vuole recuperare quella lista insieme ad altri documenti appartenuti al Papa. In un susseguirsi dì avventure, Sarah, insieme a Rafael, un misterioso uomo che incontrerà sul suo cammino e che la porterà da Londra a New York passando per Lisbona e Roma, sfiderà più volte la morte alla ricerca della verità sull'assassinio di Papa Luciani.

L'AMICO IMMAGINARIO
di **Matthew Dicks** - *(Giunti)*

Per Max vivere è una faccenda piuttosto complicata: va in tilt se deve scegliere tra due colori, non sopporta il minimo cambio di programma, detesta essere toccato, persino da sua madre che vorrebbe abbracciarlo molto di più. Del resto ha nove anni ed è un bambino autistico. Per fortuna c'è Budo, il suo invisibile e meraviglioso amico immaginario che non lo abbandona mai e da molto vicino ci racconta la sua storia. Finché un giorno accade qualcosa di terribile: Budo vede Max uscire nel cortile della scuola e sparire nell'auto della signora Patterson, la maestra di sostegno. Lo chiama, gli ordina di fermarsi, lo rincorre, ma è tutto inutile. L'auto sfreccia via e per la prima volta Budo è solo. Da quel momento, di Max non si hanno più notizie. E quando a scuola arriva la polizia per interrogare gli insegnanti, Budo è l'unico a sapere con certezza che la signora Patterson non sta dicendo la verità. Ma nessuno al mondo può sentire le sue parole, nessuno, tranne il suo amico scomparso... Dov'è finito Max? Che cosa può fare Budo per risolvere un mistero più grande di lui e riaverlo con sé? Mentre la tensione sale, la voce incantata e potentissima di Budo rapisce il lettore fino alla fine, travolgendolo di commozione e poesia.



IL BACIO DEL PANE
di **Carmine Abate** - *(A.Mondadori)*

Il mare che si allontana, scintillante nella calura. La fiumara da risalire, gonfia di pietre luminose, i ruderi dei mulini, il bosco di lecci chiazzato del giallo delle ginestre e infine lo scroscio sempre più intenso: è così che Francesco e i suoi amici scoprono un'oasi di pace presso la cascata refrigerante del Giglietto, sopra il paese di Spillace, in Calabria. Il luglio è afoso, e i bagni nel laghetto, seguiti dai saporitissimi pranzi, sono il diversivo ideale per la piccola comitiva di ragazzi e ragazze nemmeno diciottenni, affamati di vita e di emozioni. Ma quel luogo incantevole cela un mistero: in uno dei mulini abbandonati Francesco e Marta incrociano gli occhi atterriti e insieme fieri di un vagabondo, che si comporta come un uomo braccato, cerca di allontanarli ed è addirittura armato. Ma la curiosità buona dei due ragazzi, gli sguardi leali scambiati nell'ombra, hanno la meglio: e presto l'uomo misterioso rivela qualcosa di sé, della ferita che lo ha condotto a nascondersi... Luglio, agosto, giorni in cui la vampa dell'estate si accompagna ai sapori dei fichi maturi, delle olive in salamoia, del pane preparato in casa con un rito affascinante, sul far del mattino. E poi settembre, l'estate che si va spegnendo, il ritorno alla scuola e alla vita usata, la maggiore età che si avvicina: e con essa la consapevolezza che l'incanto non è nulla senza il coraggio, senza l'impegno che ogni vita adulta richiede.

IL PADRE INFEDELE
di **Antonio Scurati** - *(Bompiani)*

"Forse non mi piacciono gli uomini." Il giorno in cui tua moglie, all'improvviso, scoppia a piangere in cucina, è una piccola apocalisse. Uno di quei giorni in cui la tua vita va in frantumi ma giunge, anche, per un attimo, a dire se stessa. E allora Glauco Revelli, chef di un ristorante blasonato, maschio di quaranta anni, padre di una figlia di tre, va alla ricerca della propria verità di uomo. Dall'ingresso nell'età adulta, l'innamoramento, la costruzione di una famiglia, la nascita e l'accudimento di una figlia, fino al disamore della moglie (che gli si nega dal momento del parto) e al ritorno feroce degli insaziabili demoni del sesso, tutto è passato in rassegna dal suo sguardo implacabile e commosso. Con "Il padre infedele" Antonio Scurati scrive il suo libro più personale, infiammato dal tono accorato della confessione e, al tempo stesso, il romanzo dell'educazione sentimentale di una generazione.

Consigli per la lettura

a cura di Nicoletta PAGLIERO

UN'ESTATE IN GRECIA
di **Giuseppe Ciulla** - *(Chiarelettere)*

Nell'estate del 2012 Giuseppe Ciulla, giornalista freelance, decide di affrontare un lungo viaggio, che da Ancona lo porta a Patrasso, in Grecia, e da lì ancora più ad est fino a toccare le sponde orientali. Un viaggio faticoso di quattromila chilometri, estivo ma per nulla turistico, per scoprire che l'immagine che gli occidentali hanno della Grecia è sbagliata, fuorviante, perché questo è un paese ricco di sfaccettature sconosciute. Quella che l'autore incontra non è la Grecia dei turisti e nemmeno quella nazione disastrosa dipinta dagli economisti, ma un paese che combatte per riaffermarsi e che cerca di ripartire dalla crisi finanziaria che l'ha devastato. Non un libro di economia o sulla crisi, argomento che Ciulla rifugge «come se avesse alle calcagne un fantasma», piuttosto un road book che insegue lo spirito della frontiera e racconta un popolo attraverso i suoi confini che separano l'Europa dall'Oriente. Un viaggio all'origine e uno al confine, perché la Grecia è origine dell'Occidente e, grazie alla sua spinta fino alla Turchia, anche porta d'Oriente. L'autore intraprende questo percorso per raccontarci i volti e le storie di chi vive al confine e di come la loro vita sia profondamente mutata nel giro di pochi anni: «Voglio raccontare ciò che la crisi non racconta, perché solo se capisci la Grecia, oggi capisci cos'è rimasto dell'Europa». Dai tanti giovani disoccupati a chi ha dovuto lasciare le città per tornare ad una vita agricola, passando per i commercianti di Volos che hanno imparato ad usare una nuova moneta locale. Attraversa il paese da "greco", spostandosi con i pullman, i treni ma soprattutto a piedi, non è un visitatore ma uno del popolo in tutto e per tutto. Il bagaglio è ridotto all'essenziale con solo due libri che gli fanno da guida: Storia dei greci di Montanelli, per ricordargli del passato glorioso di questo popolo e I Balcani di Prévélakis, per rammentargli il forte contatto greco con le vette balcaniche.
Nel suo cammino tocca tanti luoghi, uno fra questi Perama, quello che un tempo era il distretto industriale di Atene: lì ora è presente una clinica dove tutti possono andare a curarsi senza spendere un euro. Conosce un paese lontano anni luce dalle trame e dai diktat europei, incontra personaggi e storie incredibili che fanno capire quanto - dietro le litanie che vogliono la Grecia come un Paese dissolto e incapace di immaginare per sé un futuro - ci sia molto di più. Non ultima la presenza di un sentimento collettivo, il «philotimo», termine intraducibile che riflette un senso di solidarietà e risale al tempo delle città stato. I greci lo intendono come lo spirito che unisce questo popolo come un sigillo. Ed è nel segno di questa unione che bisogna intendere la Grecia. Leggendo il libro sarà necessario tenere conto di questo forte sentimento, un mix fra orgoglio nazionale e solidarietà, per cercare di capire cosa ci sia davvero oltre l'Europa. Un reportage necessario, agile, che nella sua narrazione mostra chiaramente come i greci non intendano darsi per vinti e lasciarsi andare ad un declino certo.

SAGGISTICA ADULTI

LE BUGIE NEL CARRELLO
di **Dario Bressanini** - *(Chiarelettere)*

Dopo il successo ottenuto nel 2010 con "Pane e bugie", Dario Bressanini riprende le fila del discorso per raccontarci storie altrettanto interessanti sui prodotti che troviamo nei supermercati. Siamo davvero consapevoli dei cibi che acquistiamo oppure ci facciamo ingannare dalle strategie di marketing comprando i prodotti senza badare troppo alle caratteristiche presenti sulle etichette? Partendo da questi interrogativi e basandosi su conoscenze scientifiche, l'autore e ricercatore all'università di Como, si districa al supermercato fra i prodotti che gli italiani mettono nel carrello e passa in rassegna le storie dietro ad alcuni cibi, cercando di rispondere alle domande che il consumatore consapevole si pone davanti agli scaffali. I veri protagonisti di questo libro sono i prodotti, le loro caratteristiche e le bugie sulle loro origini e proprietà. Se "Pane e bugie" raccontava la disinformazione che circonda il cibo, "Le bugie nel carrello" mette sotto i riflettori gli alimenti e fornisce una galleria esaustiva riguardo le sciocchezze che circolano al supermercato e le leggende messe in piedi dall'industria alimentare. A proposito di leggende, quella che ruota intorno al Kamut, un frumento molto in voga nei supermercati, è sicuramente accattivante: si racconta che nel 1977 una famiglia di agricoltori americani abbia scovato in uno scantinato dei semi vecchi di quattromila anni e che li abbia poi seminati e moltiplicati. Infine per dare un'identità riconoscibile a quel grano gli avrebbe poi dato un nome di origine egizio: kamut. Quindi la farina di Kamut che oggi compriamo è quella che utilizzavano gli antichi egizi? Assolutamente no. Innanzitutto perché, scrive Bressanini, è improbabile che i semi possano germinare dopo quattromila anni e poi perché sembra che gli egizi coltivassero soprattutto farro e orzo. Questo è solo una dei miti che l'autore cerca di sfatare. Con rigore e metodo scientifico Bressanini svela tutti i meccanismi che circolano intorno all'industria alimentare, a partire dai messaggi fuorvianti fino ad arrivare ai luoghi comuni che la pubblicità cerca di sfruttare. Tra questi utilizzati dalla pubblicità c'è quello del prodotto "benefico". Ad esempio molti sono infatti convinti che gli omega 3 facciano bene perché i mass media ne sottolineano sempre l'efficacia contro questa o quella malattia, ma Bressanini sostiene che è molto difficile capire la loro funzione se non si è degli esperti del settore ed è su questa ignoranza che l'industria alimentare gioca per differenziare i suoi prodotti. Un altro aspetto a cui ricorre spesso il marketing per promuovere dei prodotti piuttosto che altri è l'idea che questi siano "naturali", concetto sopravvalutato secondo l'autore che scrive «L'equazione naturale uguale proprietà salutistica sta solo nella mente del consumatore. In realtà in natura ci sono anche veleni o intossicazioni come il botulino o la salmonella. Non c'è legame tra naturale e benessere. Non ha senso distinguere gli alimenti tra naturale o meno.» Andando avanti con il libro si potranno leggere tanti altri utili esempi per capire come le industrie alimentari si prendono gioco dei consumatori fornendo loro indicazioni frammentarie, fuorvianti e talvolta del tutto infondate. Un libro agile e ricco di spunti di riflessione, un vademecum per non fare più la scelta sbagliata davanti allo scaffale ed evitare di mettere nel carrello tante bugie.

Consigli per la visione

a cura di Aldo MARRARI

AGORÀ

Negli ultimi tempi abbiamo assistito ad un aumento costante di violenza da parte di uomini nei confronti delle donne, sia violenza fisica che psicologica, indipendentemente dal ceto sociale o dalla provenienza geografica. Spesso la causa scatenante è la presenza di una donna che per intelligenza, determinazione e costanza surclassa l'uomo in campo sociale, scientifico, politico o religioso. E allora si cerca di mettere a tacere con ogni pretesto, allora come adesso, le donne che potrebbero veramente cambiare il mondo. È il caso del fim che ho visionato per questa rubrica: il titolo è Agorà, l'antico spazio greco, spesso situato nel centro della città, dove si svolgeva la vita politica, il mercato, luogo di divulgazione e democrazia, teatro di giochi, feste e rappresentazioni. Ovviamente il potere decisionale escludeva le donne.

La storia narra, romanzandola, le vicende della filosofa astronoma e matematica Ipazia, il luogo è Alessandria d'Egitto; il periodo storico è sul finire del quarto secolo dopo cristo, dove sono in atto conflitti sempre più aspri tra cristiani e pagani. Ipazia predica la tolleranza, si dedica agli studi classici e astronomici e, grazie anche alla frequentazione costante della famosissima Biblioteca, arriva a dubitare della teoria geocentrica promossa da Tolomeo, che sosteneva la centralità della Terra rispetto all'universo. Il conflitto intanto sale fino allo scontro inevitabile che vedrà prevalere i cristiani, sempre in numero crescente e costante.

Il film, girato nel 2009, è ben orchestrato dal regista spagnolo Alejandro Amenàbar che ci proietta nel contesto storico e culturale partendo dallo spazio, portandoci idealmente per mano verso la città di Alessandria, restringendo l'obbiettivo sulla Terra e poi sul capoluogo culturale dell'epoca appena menzionato. Qui Ipazia è una donna forte e tollerante, bella e decisa, e molti uomini protagonisti della vicenda ne sono attratti. I cristiani detengono il potere religioso e alcuni ex pagani quello politico: uno di questi ultimi, innamorato di Ipazia, viene accusato di farsi influenzare troppo dalle idee di una donna che tra l'altro rifiuta di farsi battezzare; Oreste, il capo politico innamorato di Ipazia, capisce che la stessa deve battezzarsi per non essere condannata, ma la nostra protagonista non accetta di piegarsi al volere del capo religioso cristiano Cirillo, perchè ne perderebbe la sua dignità; la pena conseguente è la lapidazione. Il film avrà i suoi colpi di scena ma il messaggio più bello in tutti questi contesti differenti è la determinazione di Ipazia e l'emozione contagiosa che trasmette quando riesce a spiegarsi come sia il Sole e non la Terra il centro dell'unverso, nella concezione diametralmente opposta, di allora.

Il comportamento emozionale degli uomini che girano intorno alla trama ci fa capire da spettatori come siano attuali determinati comportamenti, e la figura di Ipazia è il ritratto di centinaia e migliaia di donne perseguitate nel corso dei secoli. Un film assolutamente da vedere.

Consigli per l'ascolto

a cura di Paola PIZZIMENTI

LEONA LEWIS

Grazie al trampolino di lancio del "talent show " britannico X Factor potrebbe diventare la degna erede vocale di Mariah Carey. Ha ottenuto il successo planetario, raggiungendo la prima posizione nelle classifiche di 34 paesi con la sua hit Bleeding Love. Il suo album di debutto Spirit ha venduto oltre 7.5 milioni di copie. Ha ottenuto molte nomination e premi importanti quali Brit Awards, Grammy Awards, MOBO Awards, MTV Europe Music Awards,Teen Choice Awards e il Top New Artist.

Leona Lewis nasce a Islington, un quartiere di Londra da padre originario della Guyana e madre Italo-Gallese. Studia musica fin dalla prima infanzia presso importanti scuole britanniche dove studiano anche altre future star come Amy Winehouse, Adele e Jessie J.
All'età di 12 anni scrive la sua prima canzone e partecipa a diverse competizioni canore.
Dopo gli studi Leona incide alcuni demo da inviare alle case discografiche, ma il successo tarda ad arrivare. La svolta arriva nel 2006, quando si presenta alle selezioni per la terza edizione del talent show britannico The X Factor dove canta *Over the Rainbow* e viene scelta dai giudici.
Nel corso della trasmissione la giovane cantante stupisce per la sua grande estensione vocale e per il suo spiccato vibrato eseguendo cover di brani di dive della musica come Whitney Houston, Mariah carey, Cristina Aguilera e Céline Dion, a cui viene spesso paragonata per le sue potenzialità vocali.
Il 16 dicembre 2006 Leona vince il programma e firma un contratto discografico con l'etichetta musicale Syco Music e debutta ufficialmente nel mondo della musica con il singolo *A Moment Like This*, presentato alla finale di X Factor. La canzone, prima nella classifica britannica, viene eletta "singolo di Natale 2006" nel Regno Unito.
Nel 2007 esce *Bleeding Love,* prima posizione nelle classifiche di 34 paesi. Il singolo anticipa l' uscita dell'album d'esordio della cantante, *Spirit,* 300.000 copie vendute solo nella prima settimana, che si rivela il debutto di maggior successo nella storia della musica sia in Inghilterra sia in Irlanda.
Leona diventa la prima artista inglese a raggiungere, con un album di debutto, la prima posizione nella prestigiosa Billboard 200.
Nel corso del 2008 Leona, per promuovere il suo album, partecipa come ospite al Festival di Sanremo in Italia e appare al Gran Galà conclusivo della versione italiana di X Factor.
A novembre 2008 viene pubblicato il singolo *Run* e a gennaio 2009 esce il singolo *I Will Be*.
Nel corso del 2009 Leona Lewis lavora alla realizzazione del suo secondo album, Echo. Il disco, edito in tre versioni, debutta alla prima posizione della classifica degli album più venduti nel Regno Unito, con 180.000 copie vendute nella prima settimana.
In seguito viene annunciata la scelta di Leona Lewis per interpretare ***I See You*** *(Theme from Avatar)*, la canzone principale della colonna sonora del film *Avatar*. ***I See You*** ottiene la canditatura nella categoria Best Original Song - Motion Picture alla 67th edizione dei Golden Globes.
Nel 2012 viene pubblicato *Glassheart,* il terzo album della cantante e nel 2013 esce **Christmas, With Love**.

Firenze e Siena: le emozioni di una bella gita

Maria LEONI

Quest'anno la biblioteca di Gressan ha organizzato una gita a Firenze e Siena dall'8 all'11 Novembre. Per me, fiorentina d'adozione, ha suscitato una grande emozione già al momento della prenotazione perciò lascio immaginare come mi sono sentita man mano che la meta si avvicinava. Siamo partiti, un po' assonnati, alle cinque del mattino. Dopo la fermata per la prima colazione però, l'entusiasmo dell'intero gruppo ha pian piano fatto capolino. Firenze è stata la prima meta del nostro viaggio e lì, con l'aiuto di una guida, abbiamo potuto visitare alcune delle più belle opere della città tra cui il Duomo, il Battistero, Santa Maria Novella, il Ponte Vecchio con le sue oreficerie, dove noi donne ci siamo rifatte gli occhi, il Giardino di Boboli e il suo Museo e gli Uffizi con le sue opere d'arte che rendono Firenze una delle città più belle del mondo. La sera del secondo giorno, cioè sabato, abbiamo cenato in un locale tipico fiorentino dove la comicità di Maria Pia è esplosa al massimo. L'indomani, domenica, ci siamo recati a Siena e anche lì con l'aiuto di una guida (della Contrada dell'Oca) abbiamo avuto modo di vedere Piazza del Campo (ove si corre il famoso Palio) con la Torre del Mangia e il Palazzo Pubblico. Nonostante diluviasse non ci siamo arresi e abbiamo proseguito la nostra escursione per le Contrade fino all'ora di pranzo. Nel pomeriggio con la visita al Duomo e al Battistero abbiamo finito il nostro giro e siamo rientrati a Firenze dove abbiamo cenato in Hotel. Lunedì, ultimo giorno, abbiamo lasciato Firenze diretti in provincia di Siena (Castello d'Albola) nella Valle del Chianti dove abbiamo visitato le cantine e degustato i vini della zona. Dopo aver pranzato abbiamo iniziato il viaggio di rientro. Voglio, a nome di tutti i

partecipanti, dire un grazie particolare a Filippo e Stefano che hanno tenuto tutto sotto controllo in modo che tutto proseguisse nel migliore dei modi e a tutti coloro che hanno organizzato questo tour.

Al prossimo anno, spero!

Biblioteca: i corsi in programma a partire da gennaio

CORSO DI SCI PER ADULTI E RAGAZZI OVER 11
(in contemporanea con il corso organizzato dal Comune per i bambini delle Scuole Elementari)
9 lezioni di 2 ore ciascuna
QUANDO: sabato dalle 14.00 alle 16.00
DOVE: a Pila
INIZIO: sabato 18 gennaio 2014
Pre iscrizioni in biblioteca entro giovedì 16 gennaio 2014
COSTO: 90€ residenti a Gressan
120€ NON residenti
NUM. ISCRITTI: minimo 45

CORSO BASE DI PC
tenuto da Simona Viérin
10 lezioni di 2 ore ciascuna
QUANDO: martedì dalle 20.00 alle 22.00
DOVE: in biblioteca
INIZIO: martedì 21 gennaio 2014
Iscrizioni entro venerdì 10 gennaio
COSTO: **35€** residenti a Gressan
50€ NON residenti
NUM. ISCRITTI: minimo 8 - massimo 15
(Indispensabile possedere un proprio PC portatile)

CORSO DI CUCITO
tenuto da Paola Empereur
8 lezioni di 2 ore ciascuna
QUANDO: mercoledì dalle 20.30 alle 22.30
DOVE: nella Sala Archimede (retro Scuole Gressan)
INIZIO: a partire da mercoledì 22 gennaio 2014
Iscrizioni entro venerdì 17 gennaio
COSTO: 30€ residenti a Gressan
40€ NON residenti
NUM. ISCRITTI: minimo 5 - massimo 8
(Possono inoltre partecipare coloro che hanno seguito il corso precedente in qualità di uditori:
QUOTE: 10€ residenti a Gressan
15€ NON residenti)

CORSO DI MAKE UP

tenuto da Coralie Gaspard
7 lezioni di 1h30' ciascuna
QUANDO: lunedì dalle 20.00 alle 21.30
DOVE: in biblioteca
INIZIO: a partire da lunedì 21 gennaio 2014
Iscrizioni entro venerdì 17 gennaio
COSTO: 85€ residenti a Gressan
95€ NON residenti
NUM. ISCRITTI: minimo 7 - massimo 10

CORSO DI FISARMONICA

con Lara Luboz
Indicativamente a partire
da febbraio 2014
Calendario e costi da definire

CORSO DI DIFESA PERSONALE FEMMINILE A.S.D. SCUOLA TAO CHEN

10 lezioni di 1 ora ciascuna
QUANDO: lunedì dalle 20.30 alle 21.30
DOVE: palestra delle Scuole di Gressan
INIZIO: a partire da lunedì 3 febbraio 2014
Iscrizioni entro venerdì 31 gennaio
COSTO: 45€ residenti a Gressan
55€ NON residenti (quote con assicurazione base)
50€ residenti a Gressan - **60€** NON residenti (quote con assicurazione completa)
NUM. ISCRITTI: minimo 8 - massimo 20

CORSO DI FOTOGRAFIA

tenuto da Sophie Anne Herin
8 lezioni di 2 ore ciascuna
(più esercitazione esterna di 4 ore da svolgersi di domenica)
QUANDO: giovedì dalle 20.30 alle 22.30
DOVE: in biblioteca
INIZIO: a partire da giovedì 6 marzo 2014
Iscrizioni entro venerdì 28 febbraio
COSTO: 110€ residenti a Gressan
130€ NON residenti
NUM. ISCRITTI: minimo 8 - massimo 15

Corso di step

Elena BARMASSE

"Quest'anno il corso di step non lo farò" confesso alla mia amica che, dopo 20 anni, sono stanca, non tanto dell'impegno sportivo, quanto del carico che mi vede "in pista" 2 volte alla settimana lasciando la mia piccola bimba la sera. Ecco subito cominciano a farsi sentire le affezionate "ma come? e io? dai ..non mollare" così decido all' ultimo di lasciare l'appuntamento del martedì per non abbandonare le "mie donne". Boom..boom di iscrizioni, un sacco di gente nuova e così alla prima lezione c'è già una bella energia. Cerco lo sguardo delle fedelissime per ritrovare un po' di complicità perché noi ci divertiamo davvero, tra musica fatica ci mettiamo la battuta e il sorriso, un bell'ambiente, semplice e simpatico. Lo step è una attività sportiva che sviluppa le capacità cardio-respiratorie, potenzia la muscolatura viene svolta con la musica e quindi rilassa e da buon umore. Quest'ultimo è sicuramente uno dei primi obiettivi che cerchiamo di perseguire: fitness et bonheur...e infatti lasciamo la palestra sempre con il sorriso.
Provare per credere :))

Corso di yoga: Vivere il momento presente

Patrizia REVELLO

Anche quest'anno, com'è ormai consuetudine, la biblioteca di Gressan, in collaborazione con Patrizia Revello, ha proposto alla popolazione un corso di yoga. Numerosi sono stati coloro che hanno voluto avvicinarsi a questa disciplina o continuare il loro percorso.

Nutrirsi di Energia è un metodo che, basandosi sull'antica tradizione dello yoga, invita i praticanti a considerare il momento presente come l'unica vera realtà, il punto di forza per vivere con serenità ed alimentare il benessere.
Nel film Kunfu Panda è detto: Ieri è storia, domani è mistero, ma oggi è un dono...per questo si chiama presente. Una frase che racchiude un messaggio importante: il presente è l'unico tempo a nostra disposizione. È l'unico tempo di cui abbiamo la certezza. È l'unico tempo per vivere una vita senza rimpianti e rimorsi.
Oggigiorno si tende a vagare nel tempo, si vive pianificando il futuro e tormentandosi per il passato, si è frantumati tra ciò che è stato e ciò che potrebbe essere e non si riesce a cogliere l'attimo in tutta la sua potenza e perfezione. Questo approccio alla realtà rende fragili ed insicuri, aumenta lo stress ed alimenta stati d'animo dannosi quali la paura, la frustrazione, la colpa e la rabbia. Auto-educarsi a vivere il qui ed ora porta a scoprire che la vita si manifesta proprio in questo momento, come testimoniano i bambini che spontaneamente sono sempre completamente immersi in un continuo infinito presente e vivono con spontaneità, trasporto, energia e gioia ogni esperienza.
Questa condizione viene meno quando, crescendo, ci si identifica con quella parte della mente, che analizza, cataloga, divide e si perde la consapevolezza di essere gocce di eternità, il cui destino è molto più grandioso del semplice essere figli del passato o del futuro. Si dimentica la semplici-

tà di vivere l'attimo in tutta la sua pienezza, di gustarne il sapore e di lasciarsi inebriare dalla sua fragranza.
Eckhart Tolle, autorevole maestro contemporaneo, nel suo libro "Il Potere di Adesso" con chiarezza evidenzia che: "è la nostra mente a causare i nostri problemi, non le altre persone, non il mondo esterno. È la nostra mente, con il suo flusso di pensieri pressoché costante, che pensa al passato e si preoccupa del futuro.
Noi commettiamo il grave errore di identificarci con la nostra mente, pensando che questa sia la nostra identità, mentre in realtà noi siamo esseri ben più grandi... Noi non siamo la nostra mente... L'autentico potere umano si trova arrendendosi all'Adesso... È qui che troviamo la nostra gioia e che siamo capaci di abbracciare il nostro vero sé. È qui che scopriamo che siamo già completi e perfetti."
Quando la mente è lasciata libera si comporta come una scimmia ubriaca, che salta da un pensiero all'altro, si dimena tra il passato, generando ricordi, generalmente negativi, ed il futuro, creando prospettive, che per lo più sono di tipo ansioso. Se si diviene consapevoli del proprio vero sé e si iniziare a coltivare l'attenzione e la presenza a se stessi si riesce ad evadere dalla prigione della mente/tempo. E si scopre, come si legge nel libro "L'Alchimista" di Paulo Coelho, che "Io non vivo né nel mio passato, né nel mio futuro. Possiedo soltanto il presente, ed è il presente che mi interessa. Se riuscirai a mantenerti sempre nel presente, sarai un uomo felice. La vita sarà una festa, un grande banchetto, perché è sempre e soltanto il momento che stiamo vivendo."

Per porre termine all'illusione della mente/tempo occorre coltivare la consapevolezza, un'attitudine interiore che riporta al centro dell'essere e dona stabilità e piena coscienza di ciò che succede intorno e dentro se stessi. L'essere consapevoli rappresenta la condizione necessaria ed indispensabile per comprendere che cosa occorre cambiare e su cosa è necessario focalizzarsi, per ottenere il meglio dalla propria vita. Al fine di realizzarla ci si può educare a:
• ascoltare il corpo e connettersi con la fonte di vibrante vitalità che vi è all'interno. La consapevolezza del corpo ancora al presente. È una via d'uscita dalla prigione degli schemi mentali ripetitivi, legati al passato e al futuro.
• osservare il soffio che attraverso l'alternanza di inspiro ed espiro insegna una legge fondamentale dell'esistenza: la legge del dare e ricevere, dell'accogliere e del lasciar andare.
• focalizzare tutta l'attenzione in qualsiasi gesto si compia durante la tua giornata, senza trascurare le piccole cose, perché in esse si trovano spesso grandi occasioni per essere totalmente presenti a se stessi.
• non dare nulla per scontato. Abbandonare giudizi ed aspettative. Lasciarsi stupire da ciò che accade ed accoglierlo con innocenza e bonarietà.
• apprezzare il silenzio. Questa è un'altra chiave per entrare in uno stato di pace interiore e vivere nell'adesso dove i problemi non esistono.
Tutto ciò inizialmente richiede impegno e pratica che vengono ampiamente ricompensati dagli inestimabili benefici che il vivere costantemente nel qui ed ora dona. Si impara a godere di ogni istante della propria vita; si valorizzano quei piccoli piaceri che trasformano radicalmente ogni giornata; con mente lucida si dà priorità a ciò che è veramente essenziale; si è più concentrati in quello che si sta facendo; si vedono e sfruttano al meglio le occasioni che si presentano.
"Così come la luna non ha luce propria ma può soltanto riflettere quella del sole, passato e futuro sono soltanto pallidi riflessi della luce, della potenza e della realtà del presente eterno"
-**Eckhart Tolle**-

Calendario in biblioteca a Gressan

La Commissione di gestione della Biblioteca

La Commissione di gestione della Biblioteca di Gressan ha da poco terminato la selezione delle fotografie relative al calendario 2014, che verrà consegnato agli anziani (over 80). Quest'anno il tema era più ampio, il "fil rouge" era pertanto il collegamento alla vita ed al territorio di Gressan.

Ringraziamo quanti hanno dedicato parte della propria sensibilità e del proprio tempo a questa occasione. Il lavoro prodotto sarà stampato in bianco e nero per contenere i costi, considerato che la riduzione delle disponibilità economiche lo rende necessario; tale scelta ci consente così di mantenere un'attività che sollecita la partecipazione sia in chi ha dato la disponibilità alla costruzione del calendario, sia in chi lo riceve, regalando, ci auguriamo, qualche emozione ed un piccolo strumento che aiuta ad agevolare l'organizzazione della quotidianità dei nostri anziani.

Dalle fotografie pervenute sono stati scelti i 12 scatti ritenuti più suggestivi, maggiormente comunicativi ed interessanti dal punto di vista compositivo, grazie anche alla presenza critica di uno dei fotografi che ha tenuto un corso presso la nostra Biblioteca.

Il prossimo anno la commissione di gestione intende riproporre un concorso di idee per realizzare un altro calendario fotografico; gli appassionati di fotografia che intenderanno partecipare potranno sin d'ora ritagliarsi momenti di ispirazione per scattare le prime foto, che dovranno essere relative al Comune di Gressan. Gli autori potranno scegliere tematiche più ampie, purché siano abbinate dagli stessi ad un mese specifico (max 5 scatti per ogni mese).

Il materiale dovrà pervenire in formato digitale, avere una adeguata definizione ed un formato orizzontale. La stampa sarà nuovamente in bianco e nero.

Ringraziamo pertanto gli autori: Dario Berlier, Roberta Dal Dosso, Bernard Usel, Susi Petit-Pierre, Giorgio Vigna.

Per informazioni telefonare alla bibliotecaria Nicoletta Pagliero (Tel. 0165 - 250 946).

Bobo Pernettaz a Gressan con "Campagnard Equilibrista"

Inaugurata la mostra alla Biblioteca Comunale di Gressan che resterà aperta fino al 6 gennaio 2014 - Stefano MERONI

Il momento dell'inaugurazione dell'esposizione (da sx: Joel Farcoz, Michel Martinet, Bobo Pernettaz, Stefano Porliod, Filippo Berlier e l'inseparabile cane di Bobo, Tabui)

"*Sono entusiasta dell'accoglienza che ho ricevuto dall'Amministrazione Comunale di Gressan che è stata veramente favolosa. Sono felice!* - commenta l'artista valdostano **Bobo Pernettaz** - *Per la prima volta espongo delle sculture a tutto tondo, pur con la mia tecnica di assemblaggio di legno esausti e vecchi. Ci sono delle opere impegnative, come "Bisbigli" e "L'urlo", che è una pagina della mia vita vissuta, "Facce di tola". Mi pare che ci sia una ricerca formale un po' nuova sia nel tutto tondo che in queste opere in altorilievo. Sono quasi tutte opere inedite escluso il "Campagnard", che io regalerò al Comune di Gressan e "Firmino" che avevo esposto alla Fiera di Sant'Orso quest'anno*".

Sono le impressioni a caldo raccolte al termine dell'inaugurazione della mostra personale "Campagnard Equilibrista" di Bobo Pernettaz, avvenuta a Gressan nel tardo pomeriggio di sabato 26 ottobre 2013 presso la sede della Biblioteca Comunale di Gressan alla Tour de Saint-Anselme.

Una cerimonia sobria ed estremamente partecipata, oltre trecento le persone intervenu-

te, per un vernissage ricco ed appassionante arricchito dalla musica di Alberto Faccini al basso e Pino Ferrini alla fisarmonica.
"*Bobo Pernettaz definisce sé stesso "Un sarto di legni esausti": questa brevissima definizione esprime da sola quanto la sua arte sia un connubio tra creatività, ispirazione e semplicità.* - commentano il Sindaco di Gressan, **Michel Martinet** e l'Assessore alla Cultura, **Stefano Porliod** - *Le opere di Bobo Pernettaz sono costituite da materiale semplice, ma al tempo stesso dotate di una particolare efficacia nell'indurre alla riflessione, all'introspezione. Per questo motivo l'esposizione rappresenta la giusta prosecuzione del percorso tracciato dalle immagini oniriche di Balan, Grobberio e Margueret: il comune denominatore è proprio costituito dalla compresenza di semplicità e spontaneità da una parte e riflessione e contemplazione dall'altra, il tutto armonizzato da una eccezionale dote di creatività*".

Il pubblico alla inaugurazione della mostra di Pernettaz

"*La novità, quest'anno, è rappresentata dalla forma artistica: il legno è da sempre la materia prediletta dagli artisti valdostani e la scultura è l'espressione più legata al territorio ed alle montagne della nostra regione.* - concludono **Martinet** e **Porliod** - *Questo aspetto fornisce all'esposizione un legame ancora più stretto con le radici e con le tradizioni della Valle d'Aosta*".
Plauso per il valore culturale dell'iniziativa e per l'impegno profuso dall'Amministrazione Comunale di Gressan anche nelle parole dell'Assessore Regionale alla Cultura, **Joel Farcoz**, che ha dichiarato: "*Una mostra sicuramente di grandissimo prestigio. Il Fatto che anche i Comuni possano investire in attività culturali come questi sicuramente dà merito all'Amministrazione Comunale di Gressan. Bobo Pernettaz è un artista affermato e non può che dare un atout in più a questo Comune ed a tutta la Regione*".
La mostra resterà aperta al pubblico fino a lunedì 6 gennaio 2014 da martedì a giovedì dalle 14.30 alle 19, venerdì dalle 9.30 alle 15 e sabato dalle 9 alle 12.

Successo per la mostra sui 'vignerons'

Filippo BERLIER

Les paniers sont pleins, le goeil les attends. Giovanna MARTINET et sa soeur ROSINA. Au centre Joséphine JORRIOZ.

Si è conclusa, dopo aver riscosso un ottimo successo, l'esposizione "Histoire des viticulteurs de Gressan" ospitata nella Tour de Saint Anselme dal 7 settembre al 25 ottobre scorsi. Molti i visitatori che hanno espresso apprezzamenti per un abbinamento insolito ma vincente: un luogo abitualmente dedito allo studio ed alla meditazione che accoglie testimonianze del lavoro della terra e della tradizione valdostana. Vincente si è mostrata anche l'apertura dei locali della biblioteca in occasione della festa delle mele in cui i numerosi visitatori hanno potuto scoprire un pezzo del patrimonio storico culturale valdostano ed ammirare immagini che sovente rimangono solo nei ricordi di chi le ha vissute.

Un sincero ringraziamento va a chi ha ideato l'iniziativa, ha fornito il materiale e ogni giorno continua con il suo lavoro a mantenere viva una tradizione della cultura del nostro territorio: i viticulteurs di Gressan.

Le mele tra salute e bellezza... perché no?

Conferenza in biblioteca in occasione della Festa delle Mele 2013

Dott. Enrico BERNERO - Farmacista e Naturopata

La mela è il frutto più diffuso in Valle d'Aosta. La produzione annua supera i 35 mila quintali. Le specie tipiche sono quattro, **due delle quali sono riconosciute come *prodotti agroalimentari tradizionali*** (Art. 8 d.l. 30 aprile 1998, n. 173): la renetta della Valle d'Aosta e la golden delicious della Valle d'Aosta. Il clima secco e l'ottima esposizione solare (300 giorni di sole l'anno nella conca aostana) consentono di effettuare ***pochi trattamenti antiparassitari***: a ragion veduta, possiamo ritenerci orgogliosi delle nostre mele! Le mele sono da sempre simbolo di prosperità e bellezza. Sono il frutto della salute per eccellenza. Le moderne ricerche scientifiche sembrano confermare pienamente le antiche credenze popolari. Una mela renetta fresca contiene mediamente 87,6 grammi (g) d'acqua per 100 g, 10,0 g di zuccheri, 0,3 g di proteine, 0,1 g di grassi e 1,7 g di fibra. Le mele contengono **quantità di vitamine discrete ma ben equilibrate**: tra le più rappresentate la C, la PP, la B1, la B2, la A. **Ricche di potassio** (105 mg per 100 g), le mele sono anche una buona fonte di calcio, fosforo, magnesio, zolfo). **Riguardo al ferro, il contenuto è modesto** (meno di 1mg per 100 g); forse inganna la memoria l'antico rimedio della "mela chiodata": gli acidi contenuti nella mela (soprattutto gli acidi malico e citrico) sciolgono il ferro del chiodo e il frutto si arricchisce di questo prezioso metallo. **La mela è uno dei frutti più ricchi di flavonoidi**, sostanze antiossidanti che proteggono l'organismo dall'invecchiamento cellulare e la cui assunzione è associata ad un minor rischio di sviluppare numerose malattie croniche quali malattie cardiache, asma, cancro. Va sottolineato, tuttavia, che **la maggior quantità di flavonoidi è contenuta nella buccia** e nei tessuti immediatamente a contatto con essa e che **nelle mele cotte o nel succo conservato si ha una perdita molto rilevante di queste sostanze.** È importante sottolineare come la mela non solo non alzi significativamente la glicemia ma addirittura svolga **azione preventiva nei confronti del diabete di tipo 2**. **Le mele sono ricche di pectina**, una fibra solubile che aiuta ad abbassare i livelli di colesterolo nel sangue, riduce il carico glicemico del pasto, aiuta ad eliminare efficacemente le tossine dal lume intestinale ed allevia sia la stitichezza che la diarrea. Tra gli altri benefici derivati dal consumo alimentare della mela, ricordiamo la **facilitazione della digestione**, l'azione **decongestionante sul fegato**, le proprietà **antisettiche intestinali**. La mela ha proprietà **emollienti** (utile nelle ulcere gastriche, nelle dissenterie, dispepsie, coliti mucose, ecc.); è utilissima nelle diarree infantili_(grattugiata) e in gargarismi (acqua delle mele cotte) per il mal di gola. È molto indicata nelle convalescenze per la sua **azione tonica e depurativa generale**. Sembra avere **azione uricolitica ed antireumatica**. **L'utilizzo cosmetico** della mela è anch'esso di vecchia data, ma sta ricevendo un forte impulso negli ultimi anni, anche e in particolare nella nostra regione. È nota da tempo l'efficacia degli alfa-idrossiacidi della mela per stimolare la rigenerazione delle cellule cutanee. Le pectine, in particolare quelle estratte dalle mele renette, posseggono un effetto tensore superficiale sulla pelle: legano le molecole d'acqua gelificandole, così la pelle resta più liscia e nel contempo viene mantenuta un'ottimale idratazione.

Il succo di mela possiede un valore di pH molto simile a quello della nostra pelle, il che lo rende particolarmente adatto come ingrediente nei prodotti per la detersione. Infine, è da segnalare il tentativo di inserire la mela in alcuni integratori alimentari, registrati come tali al Ministero della Sanità: **la mela, così, da cibo diventa alimento funzionale**. È la definitiva consacrazione della proprietà salutistiche, preventive e curative, della mela?

Beppe, Fulvio e il Tor des Refuges.

Intervista a Garino e Maietti, che nel corso del 2013 hanno raggiunto tutti i rifugi della Valle d'Aosta

Piera STIVALETTA e Emanuela NIEROZ

Beppe e Fulvio un pomeriggio di Ottobre del 2012 si trovano in un bar per una birra e... A Fulvio era un po' che frullava un'idea in testa con un piccolo sogno, ma da solo non lo voleva realizzare e così ha esposto il suo progetto a Beppe che come lui ama correre e andare in montagna. È così che è nato il TOR DES REFUGES (TDR). I due protagonisti sono: Fulvio Garino, classe 1961, vive a Gressan da sempre, sposato, due figli e lavora all'Asl ad Aosta; Beppe Maietti classe 1957, vive a Saint Christophe, sposato, due figli, lavora alla Telecom.

Ci avete raccontato come è nata questa avventura e cioè da un'idea di Fulvio, ma pensavate di suscitare così tanto interesse?

No, assolutamente, la cosa nasce da una nostra passione, però durante l'organizzazione ci siamo resi conto che volevamo dare un fine a quello che stavamo per fare. Man mano che lo raccontavamo ad amici e conoscenti raccoglievamo consensi entusiastici, qualcuno era anche interessato a darci una mano sia praticamente che economicamente, a quel punto abbiamo deciso di divulgare il TOR DES REFUGES. Dovevamo solo decidere a chi devolvere gli eventuali introiti.

È allora che avete pensato alla DISVAL?
Sì, abbiamo valutato varie possibilità e la nostra scelta è caduta sulla Disval (Associazione Sportiva Disabili Valdostani) all'interno della quale non conoscevamo nessuno, ma ne avevamo sentito parlare soprattutto per le loro imprese sportive alle Paraolimpiadi di Vancouver del 2010. Siamo allora andati a conoscere il loro Presidente, Egidio Marchese, che ha subito accettato con entusiasmo la nostra offerta.

Come avete fatto a reperire gli aiuti?
Abbiamo sottoposto la nostra idea a diversi organismi, come la Regione Autonoma, l'Usl, l'Associazione dei Rifugi della Valle d'Aosta, il Celva e la Banca di Credito Cooperativo che ci hanno dato il loro patrocinio. In particolare la Banca di Credito Cooperativo ha devoluto 1500 euro che sono stati veicolati direttamente alla Disval. Così come gli altri sponsor, su nostra richiesta, hanno devoluto le cifre direttamente all'Associazione disabili

Quanti rifugi avete raggiunto?
I rifugi sono 59, per farli tutti ci siamo resi conto durante l'organizzazione che dovevamo farne più di uno a settimana, abbiamo percorso circa 500 Km e 35000 metri di dislivello positivo.

Quando avete iniziato?
Abbiamo iniziato il 5 Gennaio 2013 con il rifugio Fallère, tra l'altro con le pelli di foca, e abbiamo finito con il Nacamuli il 7 Settembre in occasione del Collontrack Trail al quale abbiamo partecipato.

Come avete conciliato il Tor Des Refuges con il lavoro, la famiglia...
Non è stato facile, abbiamo continuato a lavorare, tra l'altro abbiamo entrambi un lavoro con orario spezzato, abbiamo usato le nostre ferie per salire nei rifugi, in alcuni casi siamo partiti nel pomeriggio a fine lavoro e tornati al buio, con l'aiuto delle torce. Abbiamo dovuto organizzarci in base

al meteo, alle aperture dei rifugi che in maggioranza in inverno sono chiusi. Dai rifugisti aperti ci facevamo fare un timbro con la data su di una specie di diario di viaggio, nei casi dei rifugi chiusi salivamo con il giornale del giorno e scattavamo la foto a testimonianza della visita.

Sempre solo voi due?

No, abbiamo organizzato delle uscite collettive, in particolare quando abbiamo toccato i tre rifugi della Valgrisenche in un giorno, il Rifugio degli Angeli, il Rifugio Epée e il Bezzi, eravamo circa una trentina di persone, amici e sostenitori, c'è chi è riuscito a farli tutti e tre con noi, chi ne ha fatti due e chi uno solo. D'altronde la montagna ha diversi ritmi e diversi modi di essere vissuta, ma alla fine ci siamo ritrovati tutti insieme a fare una bella merenda.

E con gli amici della Disval?

Abbiamo fatto con loro due uscite, molto particolari, una soprattutto, quella del 22 Giugno, perché abbiamo utilizzato una K-bike, una specie di sedile montato su due ruote con due lunghe barre tipo portantina sulla quale si può portare una persona disabile lungo il sentiero. È stata un'esperienza molto emozionante per noi, per il trasportato e per il gestore del rifugio che ci ha accolti.

Ad un certo punto avete incontrato Les Amis du Coeur

Era febbraio e siamo stati contattati dal Dott. Ciancamerla, medico cardiologo all'Ospedale Parini di Aosta e Presidente de Les Amis du Coeur che ci ha informati sull'attività che svolge l'Associazione per facilitare una vita normale a chi ha avuto problemi di cuore. Ci ha chiesto se volevamo collaborare per proporre ai gestori dei rifugi di dotarsi di defibrillatore e imparare ad usarlo

grazie ad un corso specifico di 5 ore. Da subito questa iniziativa è stata accettata con entusiasmo. Abbiamo anche stilato un elenco, sotto richiesta del Dott. Ciancamerla, dei rifugi che possono essere accessibili alle persone cardiopatiche. Questi rifugi devono avere specifiche caratteristiche in base all'altitudine,al massimo 2400 metri, dislivello, distanza chilometrica e devono essere serviti da strada poderale. Grazie a questo verrà stampato un opuscolo con la lista dei rifugi idonei che sono risultati essere 14 e distribuito a livello nazionale. Pensiamo così di aver contribuito anche un po' alla buona pubblicità turistica della Valle d'Aosta.

Lo rifareste?
Sì, ma non avrebbe molto senso, vogliamo lasciare la porta aperta ad altre idee.

Che cosa vi rimane di questa esperienza?
Innanzitutto la soddisfazione di aver raggiunto il nostro obbiettivo principale che era di raggiungere tutti i 59 rifugi della Valle d'Aosta in un anno, di essere riusciti a raccogliere fondi per la Disval e di aver aiutato les Amis du Coeur. Abbiamo avuto la fortuna di conoscere i gestori dei rifugi con i quali abbiamo stretto amicizia e tante persone che si sono interessate a noi e alla nostra impresa.

Ora qualche domanda inerente il nostro regno, la Biblioteca: leggete e cosa? Guardate film e quali?
Beppe: leggo molto, soprattutto romanzi, sul comodino ho James Rollins " L'eredità di Dio ", i film mi piacciono e guardo un po' tutti i generi.
Fulvio: mi piacciono i film comici, non leggo molto, ma ho la passione della coltivazione degli alberi da frutto tramandata da mamma Aurelia e papà Vico.

Bene, vi ringraziamo e speriamo di potervi incontrare ancora per delle iniziative così interessanti.

Viva il diario di bordo!

Gli alunni della classe quarta di Chevrot

All'inizio del mese di ottobre la nostra maestra ci ha fatto leggere una pagina di diario scritta da un bambino come noi.
Molti di noi hanno a casa un diario segreto nel quale scrivono sentimenti, emozioni e segreti che non vogliono rivelare a nessuno.
Così qualcuno ha portato a scuola questi diari per mostrarli ai compagni di classe. Le pagine, naturalmente, sono rimaste protette dal lucchetto e anche i più curiosi... sono rimasti a bocca asciutta!
Qualche giorno dopo, arrivati a scuola, abbiamo trovato sulla cattedra un bel pacco regalo! Dentro abbiamo trovato "Il giornalino di Gian Burrasca" (uno per ognuno di noi!). Abbiamo iniziato a leggerlo insieme e abbiamo scoperto che si tratta del diario di un bambino super monello che fa sempre un sacco di scherzi e dispetti a tutti. Allora ci è venuta in mente una grande idea... perché non scrivere un diario di bordo anche noi?
Così è nato il diario di bordo della classe quarta: ognuno, ogni giorno, racconta la giornata vissuta in classe... Ogni tanto rileggiamo quello che è successo e... quante risate! Vi consigliamo questa esperienza perché è proprio divertente!

In giro nei frutteti

Adesso possiamo gustarci un'ottima succosa mela!

Tra la fine del mese di settembre e la prima quindicina del mese di ottobre, nei frutteti di Gressan, si procede alla raccolta delle mele.

La produzione di questo frutto autunnale caratterizza ancora fortunatamente il territorio del nostro comune.
Le coltivazioni a meli occupano la parte "bassa" di Gressan dove le vecchie colture a prati arborati (frutteti tradizionali) vengono gradatamente sostituite da moderni frutteti "a spalliera" che rispondono maggiormente alle esigenze di una coltura intensiva.

Quale occasione migliore quindi per far osservare ai nostri alunni questo momento di lavoro agricolo.

Ecco i bambini di prima in alcuni momenti delle loro uscite:

In questo frutteto il lavoro è facilitato dalla macchina che si muove fra i filari.

Un salvataggio riuscito

Racconto scritto e inventato dalla classe 3 della scuola primaria di Gressan capoluogo

Un giorno, una bambina di nome Maura vide un nido di uccellini dalla finestra di casa sua. Mentre guardava, vide il suo gatto arrampicarsi sull'albero. Maura si spaventò e disse: "Oh no! Il mio gatto Leone si sta arrampicando sull'albero per mangiare gli uccellini!". Così Maura corse giù dalle scale di casa per salvare gli uccellini, ma Leone fu più veloce e li spinse giù dal ramo.
Quando arrivò fuori nel cortile vide il nido di uccellini caduto dall'albero e sgridò il suo gatto. Visto che era una bambina molto gentile, rimise il nido sul ramo.
Maura ora è proprio contenta,
perchè ha salvato gli uccellini.

Tutti a scuola

Il 12 settembre è iniziato un nuovo anno scolastico: il 2013 -2014. Un gruppo di alunni ha terminato il ciclo della scuola primaria ed ha iniziato un percorso nuovo nella scuola secondaria di primo grado (scuola media).
Eccoli in un'immagine dell'anno scorso.
Un altro gruppo di bambini è arrivato dalla scuola dell'infanzia....
Ecco le nuove leve il primo giorno di scuola... pronte ad iniziare una nuova avventura.

A TUTTI, UN CALOROSO AUGURIO DI BUON ANNO SCOLASTICO DALLE LORO INSEGNANTI.

Foto primo giorno scuola classe prima

Foto classe quinta

L'amicizia... da piccoli

A cura di Susi PETIT-PIERRE (Psicologa e Psicoterapeuta)
e Paola PIZZIMENTI (Insegnante di scuola primaria)

Le relazioni amichevoli tra i più piccoli sembrano molto più burrascose delle nostre. I litigi, le riconciliazioni, "i drammi", i dispiaceri accompagnano ritmicamente queste amicizie, spesso intense e talvolta passeggere.

Come possiamo definire l'amicizia tra i bambini? L'amicizia, diversamente da quanto avviene tra fratelli o sorelle, è una relazione frutto di una scelta. I bambini comprendono molto bene questa differenza, sin da piccoli. La presenza in famiglia di fratelli o sorelle avviene indipendentemente dalla responsabilità dei bimbi, che possono percepire gli altri fratelli come se fossero "arrivati dall'alto"; gli amici, sono invece stati "eletti", quindi scelti per condividere momenti di gioco o attività sportive. Ciò avviene in quanto spesso gli amici hanno la stessa età, gli stessi dubbi, le stesse paure, le stesse preoccupazioni, pur non avendo necessariamente lo stesso carattere. L'amicizia tra i bambini viene anche definita una relazione labile, ovvero può apparire molto intensa in alcuni momenti, per diventare volatile altrettanto rapidamente.

Si commetterebbe un errore se si volesse trasferire sui bambini la visione di amicizia che hanno gli adulti: un concetto molto "etico", fondato sulla durata nel tempo e sulla fedeltà. Il bambino, al contrario, è estremamente permeabile alle situazioni che vive ed è particolarmente sensibile all'ambiente che lo circonda. Possiamo affermare quindi che l'espressione "lontano dagli occhi, lontano dal cuore" ben rappresenta la dinamica psichica che caratterizza il bambino, in quanto egli tendenzialmente ha bisogno di vivere nel "qui ed ora" e fa fatica ad interiorizzare il legame già stabilito attraverso un'azione comune. I bambini condividono un momento: un gioco, un'attività sportiva, musicale, creativa... che può creare un legame provvisorio. La maggior parte del tempo i bimbi cambiano amici cambiando l'attività... Quando ciò rappresenta un desiderio autentico e una scelta del piccolo, per lui ...

non è certo "la fine del mondo"! Cionondimeno, i bambini stabiliscono legami che possono durare negli anni seguenti se le condizioni positive che ne hanno determinato la scelta sono ancora presenti nel corso del tempo.
Perché l'amicizia tra bambini è così forte e al tempo stesso instabile?
I bambini non monetizzano i loro sentimenti, ma si aprono totalmente. Ecco perché i loro impegni sono così forti; al tempo stesso, però, essi raramente sono esclusivi e definitivi. Il bambino scopre e sperimenta pian piano cosa sia una relazione. Così come non si sa nulla dell'amore prima di essere innamorati, allo stesso modo il bambino non sa a priori cosa sia l'amicizia. Non sa cosa ricerca nell'altro. Pertanto, tutte le rotture tra amici a questa età sono motivate dalla necessità di fare delle esperienze, che rappresentano vere e proprie lezioni di vita, e diventano importanti punti di riferimento interni. Ad esempio, diventando amico di un bambino con un temperamento molto forte, si può rendere conto di essere spesso ripreso e punito, e che non è ciò che egli voleva. Così facendo, scoprendo l'altro, scopre se stesso a sua volta.
Qual è il ruolo dei genitori ?
Sarebbe errato volere a tutti i costi insegnare l'amicizia ai propri bambini o forzare l'avvicinamento tra di loro affinché nascano relazioni amicali. Una relazione d'amicizia tra coppie di genitori, ad esempio, non implica che anche i rispettivi figli debbano necessariamente diventare amici. Non bisognerebbe insistere per creare un'amicizia, né drammatizzare o cercare in ogni modo di ricucire i pezzi di un'amicizia che il bambino in qualche modo ha spazzato via, magari usando frasi del tipo:... " Cosa?! Non sei più suo amico?! Eppure è un bravo bambino... "; è in genere più proficuo per il bimbo permettere di sbrogliarsela da solo in queste situazioni, concedendogli di poter "chiudere" una relazione in cui non si senta compreso o gratificato. I genitori devono tuttavia restare vigili ed intervenire se si accorgono che il loro bambino è soggiogato da un coetaneo e se la sua capacità di reazione sembra annichilita, di cui diventa la vittima; in

quest'ultimo caso, è allora evidente che egli sta vivendo una preoccupazione. Al di là di questa situazione specifica, i genitori dovrebbero ascoltare le eventuali confidenze del proprio bambino rispetto alle amicizie, consolandolo quando c'è un litigio in corso e calmando le sue tensioni. È utile, in tali occasioni, saper riconoscere la sofferenza emotiva che il bambino porta dall'esperienza vissuta; in tal modo si creerà anche l'occasione per condividere un importante momento di dialogo e si darà importanza alle problematiche vissute dai propri figli. L'ascolto empatico aprirà la strada ad altri scambi emotivi nelle età successive. In alcuni casi, in cui il genitore si accorge che effettivamente una relazione con un amico è particolarmente burrascosa e conflittuale e provoca dei dispiaceri continui nel bambino, è utile non drammatizzare e, perché no, provare al contrario ad "alleggerire" la tensione proponendo frasi che sono considerate luoghi comuni ma che talvolta funzionano..." Dopo la pioggia il bel tempo! "piuttosto che porre l'accento sul futuro ed usare frasi come "Vedrai... magari vi ritroverete ad andare d'accordo... avrai comunque degli altri amici...".

Perché è importante avere amicizie nell'infanzia? Quando il bambino stabilisce i suoi primi legami, impara gradualmente le competenze di legami sociali. In altre parole: impara ad inventare giochi di gruppo: si tratta di un importante insegnamento, in quanto realizza che gli altri bambini non solo non sono disturbanti, ma possono invece portare idee. Grazie ai coetanei, il bambino raggiunge qualcosa di più divertente di quanto egli non abbia immaginato di ottenere da solo. Capisce che il diventare totalmente se stesso, significa stabilire relazioni con gli altri; impara a rispettare le regole di un gruppo, ad esempio condividendo le regole in un gioco. Non è sempre la stessa persona ad avere il ruolo migliore e coloro i quali non possono seguire le regole sono esclusi; impara la condivisione, imprestare e non tenere tutto per sé; impara a fare dei compromessi. Quando ci si tiene ad un compagno, si impara a fare la pace e a riconciliarsi (chiedere scusa, portare un regalo, giocare di nuovo). Certamente le discussioni possono creare delle chiusure o delle rotture, ma non sempre, altrimenti il bambino si troverà da solo; impara il so-

stegno dei pari. Il bambino scopre attraverso l'amicizia che non soltanto gli adulti possono proteggerlo e sostenerlo. Si tratta di una scoperta importante. D'altronde, si osserva spesso come ad esempio nella scuola dell'infanzia, i bambini "leader" in un gruppo scelgano di diventare amichetti con i più timidi o con i più solitari, al fine di proteggerli.

E se un bambino non avesse nemmeno un amico? Se nell'arco di tre o quattro mesi di scuola dell'infanzia un bambino sta sempre da solo e non ha nemmeno un amichetto, è legittimo preoccuparsi. In tal caso il bambino non ha la necessaria fiducia in sé per avvicinarsi agli altri. Le ragioni di un bambino tendenzialmente solitario o isolato possono essere di natura diversa:

timidezza e paura di non riuscire ad essere accolto e non riuscire ad avvicinarsi;

l'aver sviluppato un atteggiamento eccessivamente egocentrico, una sorta di "tiranno domestico". Tale aspetto potrebbe semplicemente essere il tentativo di riprodurre il comportamento appreso in famiglia, nel tentativo di generalizzarlo anche nel contesto scolastico;

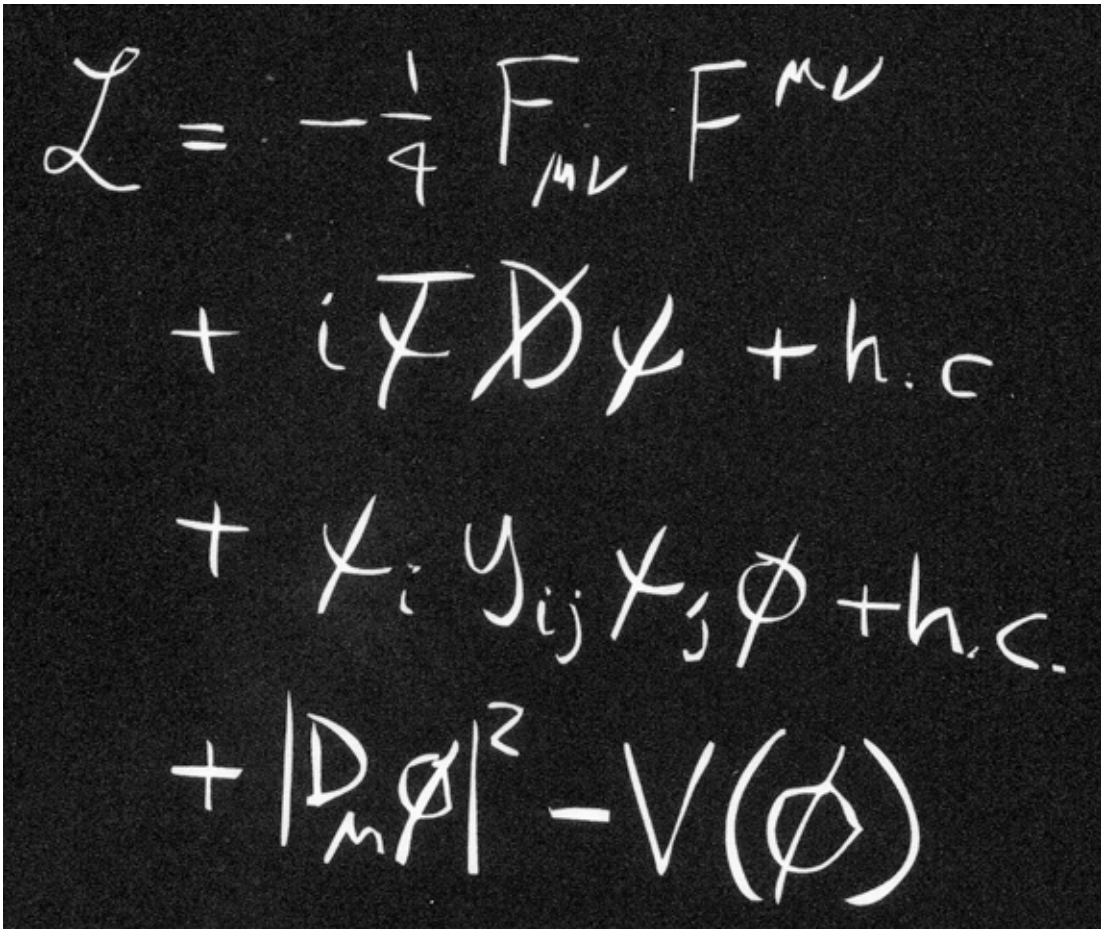
difficoltà gravi di comunicazione e di riconoscimento dell'altro; tendenza a "comprare l'amicizia". In tal caso il bambino non può essere se stesso, ma probabilmente non è riuscito ad esperire strategie più efficaci.

Qualunque sia la ragione, quando un bambino non ha amici, è opportuno che i professionisti dell'infanzia (educatori, insegnanti) indirizzino la famiglia verso una consulenza specialistica che approfondisca le ragioni che hanno causato l'isolamento del bambino dal gruppo. Per un bambino, avere degli amici è una prova di buona salute psichica. La consultazione di uno Psicologo potrebbe aiutare sia il bambino che i genitori a sviluppare atteggiamenti e strategie più gratificanti e funzionali allo sviluppo psichico sano.

Il modello standard e il bosone di Higgs

Acceleratori e rivelatori di particelle

Carlo ALBONICO



Quest'anno il premio Nobel per la Fisica è stato assegnato a François Englert e Peter W.Higgs per la scoperta teorica di un meccanismo che spiega l'origine della massa delle particelle subatomiche. Questo meccanismo è stato recentemente confermato con la rivelazione del bosone di Higgs, grazie agli esperimenti ATLAS e CMS condotti al CERN di Ginevra.

Ma già da molto tempo l'uomo aveva iniziato a domandarsi di che sono fatte tutte le cose. I primi furono dei filosofi greci i quali ritenevano che l'universo fosse costituito da quattro elementi: *aria*, *acqua*, *terra* e *fuoco*. A questi elementi Aristotele ne aggiunse un quinto, l'*etere*, la quintessenza che riempie lo spazio vuoto dell'universo. La natura, dicevano gli antichi, ha orrore del vuoto.

Circa quattrocento anni prima della nascita di Cristo un altro filosofo greco, Democrito di Abdera, si era chiesto se la materia poteva essere

infinitamente divisa. Per Democrito la materia doveva essere discreta, cioè costituita da particelle terminali che chiamò *atomi*, una parola che deriva dal greco e che significa, giustappunto, *indivisibile*. Giunse a questa deduzione effettuando un esperimento di tipo *mentale* o, se volete, *ideale*, e non avrebbe potuto fare altrimenti visto gli strumenti dell'epoca (in fin dei conti è stato un precursore dei fisici teorici ai quali basta un foglio di carta e una penna). Proviamo a ripeterlo. Supponiamo di prendere un pezzo di metallo, come un filo di rame, e di dividerlo a metà. Prendiamo una di queste metà e suddividiamola ulteriormente in parti uguali, e così via: otterremo delle porzioni sempre più piccole (la metà della metà della metà ...). Partendo dall'unità si avrà matematicamente una successione numerica infinita i cui termini tenderanno a zero (1 ; 1/2 ; 1/4 ; 1/8 ; 1/16 ;) ma nel caso della materia queste parti sempre più piccole avranno un limite costituito dagli *atomi* di Democrito, equiparabili, oggi, alle *particelle elementari*, cioè a quelle particelle che, concettualmente, non possono essere ulteriormente suddivise poiché non sono costituite da altre entità più piccole. Secondo il Modello Standard questi costituenti ultimi della materia sono tre: due *sapori* di *quark* (*up* e *down*) e un *leptone* (l'*elettrone*).
Gli *atomi* di Democrito erano impenetrabili e dovevano essere collocati nello spazio vuoto, dunque esistevano in ultima analisi soltanto *atomi e vuoto*.
Devo fare, a questo punto, una breve digressione sul significato di vuoto.
Il nostro concetto intuitivo di vuoto, cioè il *nulla*, non corrisponde a quello dei fisici contemporanei. Il vuoto, infatti, è tutt'altro che privo di attività; per esempio può essere attraversato dai fotoni emessi da una sorgente luminosa, come una stella. Tutti i corpi irradiano energia, emettendo fotoni che non stanno mai fermi, ed è solo allo *zero assoluto*, cioè a - 273°C (la temperatura più bassa possibile), che tutto diventa immobile e un corpo non irraggia più. Altri fotoni giungono sulla Terra provenienti da ogni direzione dello spazio. Si tratta della *radiazione cosmica di fondo*, descritta impropriamente come "il lampo di luce del Big Bang" che si è raffreddato a pochi gradi sopra lo zero assoluto. Fotoni molto energetici possono dare luogo, sempre nel vuoto, alla creazione di coppie *elettrone-positrone*. Ci sono poi le particelle messaggere delle quattro interazioni fondamentali, che appaiono e scompaiono nel vuoto, e il campo di Higgs che permea tutto l'universo.
Tornando a noi vediamo come oggi i fisici sperimentali spaccano gli atomi. La maggior parte delle nostre conoscenze sulle particelle elementari proviene dall'osservazione dei frammenti che si ottengono nel corso di esperimenti d'urto, come quando si colpisce un bersaglio con dei proiettili.
Ma qual è la natura di questi frammenti? Se due palle da biliardo si urtano violentemente si spaccheranno mentre due molecole che collidono potranno scindersi nei loro costituenti fondamentali. Sarà così anche nel nostro caso? Non proprio perché quando l'energia in gioco è enorme si potranno generare nuove particelle a causa dell'equivalenza fra massa ed energia ($m=E/c^2$). Così nell'urto fra due elettroni i frammenti potranno essere costituiti da tre *elettroni*: uno in più! Vi chiederete come ciò sia possibile. Niente di più semplice, per far tornare i conti basta che compaia anche un *positrone*.
Tutti gli acceleratori richiedono una sorgente di particelle cariche (per gli elettroni si usa un filamento caldo, per i protoni una bombola

di idrogeno). I primi acceleratori erano di tipo elettrostatico. Possiamo costruirne uno in maniera molto semplice collegando le polarità + e - di una pila alcalina da 9 V a due lastrine metalliche parallele, distanziate l'una dall'altra. Per accelerare un protone a velocità ed energie molto elevate dovremo, però, sostituire la nostra pila con un generatore di alte tensioni (un vecchio televisore a tubo catodico funziona proprio come un acceleratore di particelle). Negli *acceleratori lineari* maggiore è la differenza di potenziale applicata e più alta sarà l'energia delle particelle. Ma campi elettrici molto intensi possono dar luogo a scariche e per questo motivo furono escogitate macchine in grado di impartire una serie di accelerazioni multiple al posto di un'unica grande "spinta". Nel 1932 il fisico americano E.O.Lawrence ebbe l'idea di aggiungere anche un campo magnetico in modo tale da incurvare le traiettorie delle particelle. In un *ciclotrone* i protoni percorrono una spirale verso l'esterno e ogni volta che descrivono una semicirconferenza ricevono una accelerazione da un campo elettrico alternato. Dopo un centinaio di giri il fascio è deflesso e prosegue in linea retta colpendo un bersaglio fisso. Per raggiungere energie relativistiche si usano i *sincrociclotroni*, nei quali la frequenza del potenziale oscillante varia in modo che ad ogni istante vi sia risonanza tra il moto delle particelle e il potenziale applicato. Nei *protosincrotroni*, invece, si variano sia la frequenza che il campo magnetico per mantenere costante il raggio dell'orbita delle particelle. Per ottenere energie di collisione sempre più elevate si fanno scontrare frontalmente due fasci di particelle che circolano in direzioni opposte nello stesso anello, oppure in anelli distinti che si intersecano in un punto. Le traiettorie dei fasci sono incurvate grazie a potenti elettromagneti capaci di generare campi molto intensi. Possiamo realizzarne uno avvolgendo un filo di rame attorno ad un chiodo: al passaggio della corrente elettrica nel conduttore si genererà un campo magnetico che magnetizzerà il ferro. Se le bobine degli elettromagneti sono costituite da un materiale *superconduttore* raffreddato a temperature bassissime, capace di condurre l'elettricità senza opporre alcuna resistenza, non dissiperemo energia per riscaldamento.

I fisici hanno costruito macchine capaci di accelerare le particelle ad energie sempre più elevate per ricreare in laboratorio condizioni simili a quelle esistenti pochi istanti dopo il Big Bang. Oggi il Large Hadron Collider (LHC) del CERN di Ginevra è l'acceleratore più po-

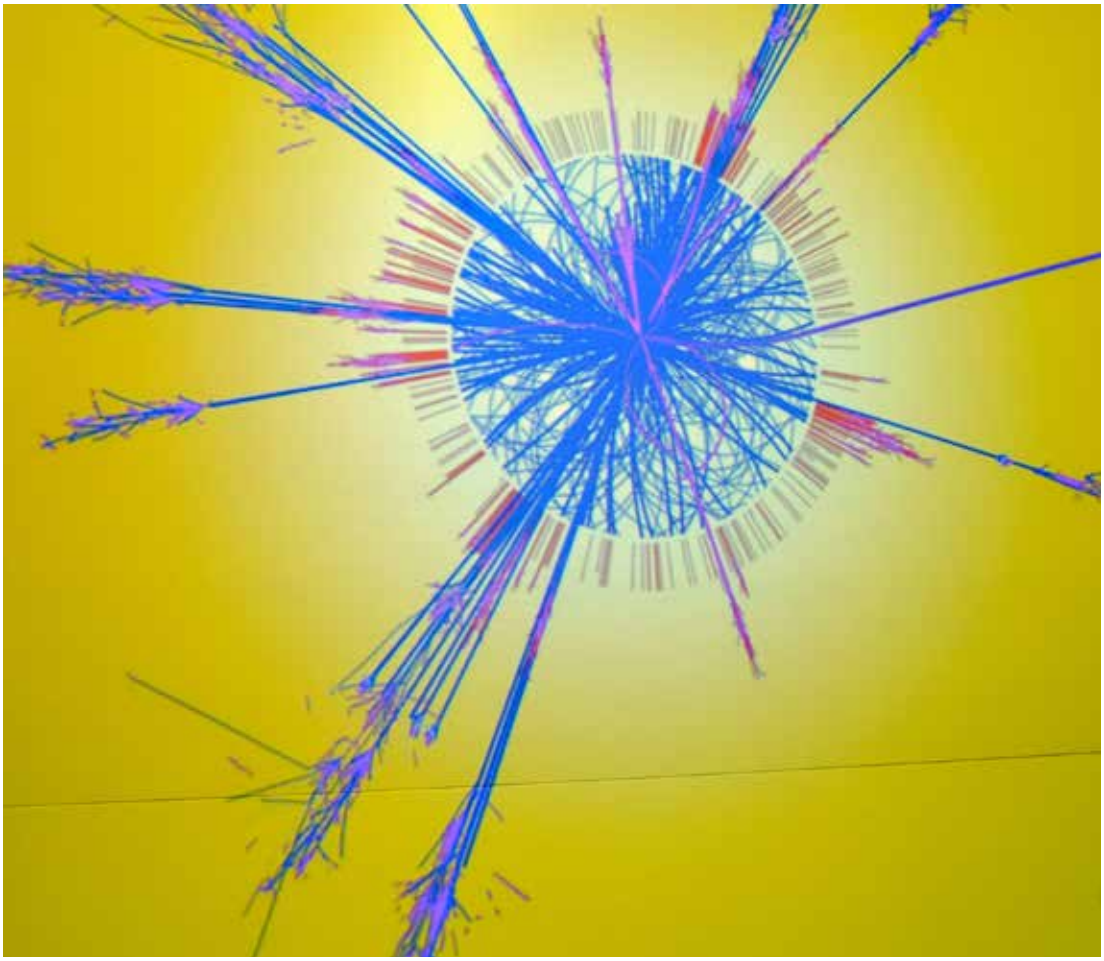
tente del mondo. È un *collisore* di 27 Km di circonferenza che utilizza 1800 magneti superconduttori, raffreddati con l'*elio superfluido* a -271°C: l'LHC è il punto più freddo dell'universo! Si trova in un tunnel sotterraneo, tra le montagne del Giura francese e il lago Lemano, a cavallo tra Francia e Svizzera. I fasci di particelle sono pre-accelerati nella catena di acceleratori più piccoli prima di essere iniettati nell'LHC, dove circolano in un vuoto paragonabile a quello dello spazio intergalattico, effettuando milioni di giri. Passano 11000 volte al secondo attraverso speciali cavità a radiofrequenza ricevendo molteplici "spinte"da un campo elettrico, fino a raggiungere il 99,99% della velocità della luce. Ogni fascio è costituito da circa 3000 pacchetti che contengono più di 100 miliardi di particelle. I due fasci si incrociano al centro di quattro enormi rivelatori (ALICE, ATLAS, CMS e LHCb), dislocati in altrettante caverne sotterranee.

Gli esperimenti di fisica delle alte energie si basano sulla rivelazione delle particelle prodotte dalle collisioni e i moderni rivelatori sono costituiti da un gran numero di sottorivelatori di tipo differente. A differenza dello slogan riportato su alcuni autobus di linea le particelle cariche lasciano tracce del loro passaggio proprio come fanno gli animali sul terreno o sulla neve. I *rivelatori di traccia*, come le *camere a nebbia*, quelle *a bolle* o *multifili*, danno informazioni sul percorso delle particelle, dal punto di collisione verso l'esterno del rivelatore. Altri strati, detti *calorimetri*, misurano l'energia delle particelle sia neutre che cariche.

Chi abita a Gressan conosce molto bene la *Côte de Gargantua*, dalla caratteristica forma. Secondo una credenza popolare sotto la coltre di detriti morenici sarebbe sepolto il dito mignolo del gigante *Gargantua*. Ebbene dovete sapere

che al CERN entrò in funzione, negli anni '70, "*Gargamelle*". La madre di Gargantua, in realtà, era una enorme camera a bolle, del peso di circa 1000 tonnellate, riempita con 18 tonnellate di freon liquido, che ha fatto fare "passi da gigante" alla fisica delle particelle!

Quando guardo le immagini al computer degli eventi di collisione mi ritorna in mente un olio su tela esposto nel "Teatro-Museo Dalì" di Figueres, definito come il più grande degli oggetti surrealisti del mondo. Si tratta di una tela realizzata dall'artista intorno al 1974, intitolata "*Esplosione mistica nel centro di una cattedrale*". C'è una strana analogia tra questo quadro e le tracce delle particelle al centro di un rivelatore. Tuttavia questa somiglianza non va oltre anche perché le opere d'arte sono uniche ed irripetibili mentre un esperimento di fisica, ripetuto nelle stesse condizioni, darà gli stessi risultati.



Il CERN è un esempio concreto di cooperazione tecnico-scientifica, multiculturale e multietnica, che supera qualsiasi barriera sociale, culturale e religiosa. Fisici, ingegneri e tecnici di tutto il mondo vivono e lavorano assieme anche se i governi di alcuni Paesi non intrattengono rapporti idilliaci, tanto per usare un eufemismo. Ad esempio negli anni '60, in piena guerra fredda, lavoravano a stretto contatto sovietici e occidentali mentre oggi collaborano israeliani e palestinesi.

Questi esperimenti richiedono consistenti investimenti finanziari ma permettono anche di sviluppare tecnologie di punta che hanno un notevole impatto sulla società e l'industria. I progressi scientifici e tecnici vengono, infatti, utilizzati in molti campi come in quello della diagnostica e della terapia medica, nella lotta contro i tumori maligni. Il *world wide web* fu sviluppato per il CERN allo scopo di far comunicare tra loro centinaia di scienziati di tutto il mondo. Oggi il web è diventato di dominio pubblico e parecchi, me compreso, non possono più farne a meno.

L'obiettivo della fisica è la conoscenza pura e c'è una lunga tradizione di trasparenza per quanto riguarda la ricerca e la condivisione delle informazioni. Non solo scienziati, pro-

fessori e studenti possono accedere al CERN ma anche gente comune. I bambini imparano divertendosi nel visitare le esposizioni permanenti ed interattive *Microcosmo* e *Universo di particelle* e durante l'evento *CERN OPEN DAYS*, svoltosi alla fine di settembre, ho avuto l'opportunità di scendere nel tunnel sotterraneo. Ma con la rivelazione del bosone di Higgs non siamo ancora arrivati al capolinea del *riduzionismo* e un giorno si potrebbe scoprire che anche i quark sono costituiti da altre entità più piccole. Se mai arriveremo a questo capolinea allora i nostri sforzi si potranno concentrare maggiormente sullo studio dei sistemi complessi (per i quali il "tutto" non è la somma delle singole parti), come il cervello umano o la *Seupa à la Vapelenentse*. Il Modello Standard non spiega ogni cosa e lascia aperte ancora tante questioni come l'asimmetria tra materia e antimateria, la natura della materia oscura, la suddivisione in tre generazioni delle particelle materiali (si narra che quando venne scoperto il *muone*, cioè l'elettrone pesante, il premio Nobel per la fisica Isidor Isaac Rabi disse: "*E questo chi l'ha ordinato?*"). C'è poi da studiare in tutti i dettagli il bosone di Higgs. Inoltre, perché dovrebbero esistere quattro campi, quattro modi diversi in cui possono interagire le particelle? Non potrebbero essere aspetti diversi di un unico campo, di un'unica interazione? La *teoria delle stringhe* "promette" una descrizione unificata di tutte le forze, compresa la gravità, di tutte le particelle, dello spazio e del tempo, in breve: di tutto. Per questo motivo è detta *Teoria del tutto*. Secondo questa teoria le particelle puntiformi sono sostituite da corti segmenti di corde vibranti. Insomma c'è ancora molto da fare. Si procede *step by step* e ad ogni passo avanti che si fa nel cammino della conoscenza si scoprono nuove cose, ci si pone ulteriori domande e l'"orizzonte" si amplia, come quando saliamo sulla cima di una montagna.

Presso la boutique del CERN è possibile acquistare vari gadget che riportano un'equazione incomprensibile alla maggior parte dei visitatori. Questa equazione, che è stata verificata grazie a numerosi esperimenti, riassume ciò che oggi i fisici conoscono circa le particelle e le interazioni fondamentali. In parole povere si tratta della rappresentazione matematica del Modello Standard. È incredibile come pochi simboli matematici possano riassumere un così grande numero di risultati sperimentali e di scoperte scientifiche.

Ma tutto ciò che esiste nell'universo è frutto *del caso e della necessità*, come sosteneva Democrito, oppure c'è dietro un grande disegno? E se così fosse chi l'avrebbe architettato? Un frammento di Eraclito proferisce: "*Il Signore a cui appartiene l'oracolo di Delfi, non rivela né nasconde, ma dà dei segni*". È stato scientificamente dimostrato che la natura appare governata da leggi, simmetrie, principi di conservazione, costanti fisiche fondamentali e che la matematica è alla base di tutta la scienza, e non a torto esiste il detto che "*i fisici rispondono solo ai matematici e i matematici solo a Dio*". Gödel, il più grande logico matematico di tutti i tempi, nel 1941 dette addirittura una prova ontologica dell'esistenza di Dio.

Finora ho parlato soprattutto di scienza, ma non fraintendetemi non sono uno *scientista*. Feynman, premio Nobel per la fisica, diceva che "*Se una cosa non è scienza non è necessariamente un male. Per esempio l'amore non è una scienza.*", e allora voglio concludere citando un aforisma di Oscar Wilde: "*Love is stronger than death*".

Il successo di "Pomme au Village"

Scommessa vinta per la Festa delle Mele di Gressan per le vie del paese.

Stefano MERONI

Si è svolta a Gressan domenica 6 ottobre 2013, nella nuovissima forma di "Pomme au Village", la XXXI Fëta di Pomme, IX edizione di "Prodotti dell'Autunno". Una formula tutta nuova, quella proposta dalla Pro Loco di Gressan, guidata dal Presidente Massimiliano Martinet, che ha determinato l'abbandono della vecchia location presso l'Area Verde di Les Iles per trasferire la kermesse in onore della mela, dei prodotti dell'autunno e dell'artigianato valdostano per le vie del centro storico del Paese.

Una edizione dai grandi numeri, questa Festa delle Mele 2013, sia in termini di espositori ma, soprattutto, in termini di partecipazione di visitatori e di gradimento.

Un gradimento sottolineato anche dal Presidente della Giunta, Augusto Rollandin, che nel corso della giornata ha voluto testimoniare con la sua presenza il suo plauso ai volontari della Pro Loco e delle Associazioni operanti sul territorio che hanno collaborato per rendere possibile la manifestazione. Significative anche le parole dell'Assessore Regionale all'Agricoltura, **Renzo Testolin**, che, tra l'altro, ha dichiarato: "*Una manifestazione organizzata benissimo, finalmente nel borgo, dove la gente può vedere anche quello che c'è di bello a Gressan oltre a degustare e vedere i prodotti che sono stati presentati. Credo che sia una bella festa, non solo per la mela ma per tutta una Comunità*".

"*La Festa delle Mele era ormai una tradizione per Gressan* - ha spiegato il Sindaco del Comune di Gressan, **Michel Martinet** - *quest'anno è stata spostata al centro del nostro Comune. È stata una cosa molto importante perché ravviva un pochino quello che è il nostro centro storico e quindi, evidentemente, mette in risalto alcune particolarità della nostra realtà che nessuno conosceva. Per questo l'Amministrazione Comunale ha accolto con favore questa richiesta della Pro Loco di spostarla. Devo dire che il successo di pubblico è stato non indifferente e quindi siamo veramente contenti per questa riuscita. Il tempo, nonostante le previsioni pessime, è stato clemente con noi, ci ha dato una mano e quindi il risultato è ora sotto gli occhi di tutti*". Tanta partecipazione anche lungo la "Via degli artisti", dove sono state esposte le opere dell'Associazione artisti valdostani; alla Mostra "Histoire des viticulteurs de Gressan", presso la "Torre di Sant'Anselmo", sede della Biblioteca Comunale dove, nel corso del pomeriggio, si è tenuta l'affollata conferenza del dott. Bernero dal titolo "Le mele tra salute e bellezza... perché no?"

"*Un grande ringraziamento mio personale al presidente della Pro Loco di Gressan, Massimiliano Martinet,* - ha concluso l'assessore all'Agricoltura e all'Ambiente del Comune di Gressan, **Loris Joux** - *per la collaborazione che ha offerto e per la sensibilità alle problematiche ambientali. Infatti, nel corso di questa edizione della Festa delle Mele, in tutti i punti di ristoro del percorso è stata effettuata la raccolta differenziata dei rifiuti e, soprattutto, l'acqua in distribuzione è stata tutta "Acqua di Gressan", quella proveniente dalla "Casetta dell'Acqua", determinando un grande risparmio di contenitori, di bottigliette, migliorando così la sostenibilità ambientale*".

Velo Gressan XII° trofeo M. Bechon

Lori STACCHETTI

Rinnovando per l'anno 2013 il classico appuntamento col notiziario Gargantua il Velo Gressan con queste righe afferma la presenza del Trofeo Mirko Bechon nel panorama ciclistico valdostano come "classica da non perdere". Domenica 25.08.2013 la Gressan Pila, abbinata per il XII° anno consecutivo al Trofeo M. Bechon, in ricordo dello sfortunato amico ciclista di Gressan, ha visto tutti noi organizzatori impegnati nel trasformare l'evento in una grande festa del ciclismo. Mantenendo valido l'aspetto agonistico, garantito dall'asprezza della salita verso Pila, che ha visto rispondere all'appello ben 131 concorrenti presente al via dal piazzale antistante l'Atelier Boldrini, con l'innovativo "Pasta Party" abbiamo cercato di cambiare il volto alla manifestazione con l'intento di unire la competizione alla convivialità. A vincere la gara, tappa del Circuit Grimpeur Valle d'Aoste, è stato Roberto Napolitano, forte amatore del Polaris che quando non corre le granfondo vince le cicloscalate valdostane. Novità tecnica per il traguardo volante posto quest'anno a Champlan al Km 8.500 che ha visto Edoardo Boschetto vincere lo sprint su un gruppetto di ciclisti e in campo femminile Simona Massaro precedere Lorenzina Rosset. L'ambito XII° Trofeo, consegnato dalla famiglia di Mirko assistita dalle miss Dominique e Sophie, è stato vinto dalla società "Le Aquile". Con la nostra "podio - premiazione" nel consueto dopogara o terzo tempo concomitante al Pasta Party e Festa della birra, in una giornata serena e limpida col sole di Pila abbiamo unito le maglie bianco blu del Velo Gressan con quelle multicolori delle altre società ciclistiche.

Pensando alla formula "pasta e pedala" possiamo confermare l'impegno per la prossima Gressan-Pila oltre che con queste quattro righe con la sinergia che unisce tutti i collaboratori- sponsor e amici del Velo Gressan.

Successo a Pila per l'European Downhill Cup

Il Comitato Organizzatore

Il 2-3-4 agosto 2013 la Valle d'Aosta ha ospitato la terza tappa del circuito IXS European Downhill Cup, la Coppa Europea di specialità. Quasi 400 discesisti da ogni parte del Globo hanno fatto spegnere le 20 candeline al comitato organizzatore, presieduto da Mauro Grange e dal Direttore tecnico Corrado Herin, vincitore della Coppa del Mondo 1997. E come ciliegina, una madrina d'eccezione: Paola Pezzo, vincitrice di 2 Campionati del Mondo, 1 Coppa del mondo e 2 volte campionessa olimpica (Atlanta1996 e Sydney 2000).

È stata una tre giorni memorabile a Pila, teatro della terza prova della IXS European Downhill Cup. Unica tappa italiana, incastonata nel calendario dopo le prove di Spicak in Repubblica Ceca e Leogang in Austria. La località non ha tradito le attese e ha schierato ai nastri di partenza della downhill quasi 400 downhillers di altissimo livello, in rappresentanza di 22 nazioni.

Collocata a metà del calendario della Challenge IXS Downhill, che si concluderà a Maribor in settembre, la tappa italiana prevedeva un percorso molto tecnico e insidioso, con 500 metri di dislivello negativo e 2 chilometri e 800 metri di lunghezza. Il percorso è stato disegnato da Corrado Herin, valdostano DOC, ex campione italiano della specialità, ma soprattutto vincitore della World Cup di Downhill nel 1997, con il primato di tre tappe consecutive vinte. Anche in questa occasione Herin è stato aiutato dal suo efficiente ufficio gare gestito dalla sua dolce metà, Roberta.

Partenza a 2.311 metri di altitudine, in località

Chamolè, e arrivo ai 1.785 m s.l.m. di Pila, con una serie di sezioni rocciose, un doppio salto in curva e la seconda variante della World Cup 2005, un tratto in pendenza con diverse possibilità di traiettoria. A seguire, una parabolica in legno precedeva la sezione delle cosiddette "gobbe" su fondo erboso. La parte finale della pista prevedeva il passaggio lungo la zona del freeride, prima di affrontare il toboga che immette nel tratto conclusivo della discesa, che si concludeva con un salto spettacolare a 200 metri dal traguardo.
La giornata del venerdì serviva a prendere confidenza con mezzi, tarature e percorso. Il sabato è stato dedicato invece alle prove libere, seguite dalle prove cronometrate che avrebbero disegnato la griglia di partenza della gara di domenica.
Le giovanissime Under 17 vedevano solo una pilota in gara, la francese Viktoria Gimenez che concludeva in 5'21"20.
A livello maschile, sempre tra gli Under 17, grande affermazione del tedesco Silas Grandy (4'20"01) davanti all'azzurro Loris Revelli (4'20"05) e al britannico Brad Swinbank (4'22"59).
In seno alle Elite femminili, la giovanissima Tahnée Seagrave (Gran Bretagna), autrice di una seeding run lenta, tirava fuori gli artigli e dominava con 4'40"33. Secondo posto per una contrariata Emilie Siegenthaler (Svizzera), che concludeva in 4'40"59. Terza posizione per la leader provvisoria della IXS Downhill Cup, la slovena Zarja Cernilogar, con il tempo di 4'44"32.
Ed ecco i risultati della gara più attesa, gli Elite maschili. Il ciak con Jones, che non aveva terminato le seeding run del mattino e dunque partiva per primo. Per lui uno strabiliante 4'09", dunque ben 4 secondi meglio del leader delle prove mattutine Luta Weber. Pochi secondi dopo scendeva un altro top rider, in ritardo nelle prove del mattino: Matthew Walzer della Nuova Zelanda. Il suo tempo era di 4'07'79, che gli permetteva di rimanere seduto sulla HOT SEAT quasi sino alla fine. Solo un polacco, Slavomir Lukasek, uno dei migliori nelle qualifiche, gli avrebbe tolto la medaglia d'oro, relegandolo in seconda posizione. Terza piazza per un grandissimo Dominik Gspan (4'08"47). Il neozelandese Dikerson chiudeva quarto e il nostro Alan Beggin della 360 degrees, tornato alle corse dopo qualche anno di assenza, brillava con con un grande quinto posto assoluto. Il vicentino, già 8 volte campione italiano (nel 2008 fu campione nazionale proprio a Pila, località nella quale aveva centrato la top ten nella World Cup 2005), ha dimostrato di amare questo tracciato alla follia. L'appuntamento è per il prossimo anno, con Pila che, legittimamente, attende il riconoscimento del lavoro fatto, sperando di organizzare nuovamente una prova di Coppa del Mondo Downhill.

La giornata si è conclusa con le premiazioni ufficiali, allietate dalla presenza di una madrina di eccezione: Paola Pezzo. La veronese, ex stella dello sci nordico azzurro, aveva iniziato la carriera nelle ruote grasse proprio nei primi anni '90 e a Pila, nel 1993, era stato organizzato il campionato italiano di "fondo", quello che oggi viene chiamato "XC". Vinse proprio Paola, che ottenne la maglia tricolore e che, nella stessa annata a Métabief, avrebbe conquistato il primo dei suoi due Mondiali. Per festeggiare i 20 anni da quel giorno, il comitato organizzatore, presieduto da Mauro Grange, ha invitato la bicampionessa olimpica che, con grande gioia, ha accettato l'invito e ha girato sulle piste da freeride con il primogenito Kevin per tutti i due giorni. Grande conclusione e festeggiamenti con premi speciali, consegnati dalla madrina ai 10 membri dello storico comitato, tra i quali figurano l'instancabile Rosario Tropiano, Eligio Cunéaz, Guerraz Elvino, Garbarino Luca, Bethaz Ezio, Bettega Ettore e il meccanico della nazionale di MTB, spesso al fianco di Paola nelle gare più importanti, Giancarlo Benato.

Gli Alpini di Gressan celebrano San Maurizio

Si rinnova l'appuntamento alla Cappella di Colombit - Stefano MERONI

Si rinnova nella giornata di venerdì 20 settembre 2013 la tradizionale ricorrenza di San Maurizio, Patrono degli Alpini da parte degli Alpini del Gruppo di Gressan, con una Santa Messa celebrata dal Parroco di Gressan, don Michel, presso la Cappella di Colombit, dedicata proprio a San Maurizio.

Una ricorrenza, quest'anno, anticipata di due giorni rispetto alla tradizione, domenica 22 settembre, per lasciare spazio alle celebrazioni per il 90° Anniversario di Fondazione della Sezione Valdostana.

"*Una grande soddisfazione vedere sempre tanta partecipazione alla celebrazione* - ha commentato il capogruppo degli Alpini di Gressan, **Rinaldo Berlier** - *e tanti ricordi legati a questo luogo. Infatti, nel corso del 1987 il nostro gruppo si è impegnato alla ricostruzione della Cappella di Colombit, una delle più vecchie chiesette del nostro territorio, completamente diroccata e abbandonata. Lavorammo intensamente, allora, dalla primavera all'autunno, tanto che, domenica 22 novembre 1987 la cappella, alla presenza di tanti alpini, fu benedetta e riaperta al culto. Ancora una volta gli Alpini hanno onorato il loro motto "Tira e Tasi", dimostrando che con l'impegno e la perseveranza si possono raggiungere gli obiettivi importanti*".

"Rentrée des Reines" a Gressan

La Desarpa salutata con entusiasmo da tutta la comunità Gressaentze.

Stefano MERONI

Una intera comunità, quella Gressaentze, si stringe attorno ai propri allevatori ed alle proprie mandrie che rientrano in paese dagli alpeggi in quota.

La "Rentrée des Reines", che si è svolta nel pomeriggio di giovedì 3 ottobre 2013, è stata organizzata dall'Amministrazione Comunale di Gressan, in collaborazione con il Gruppo AVIS comunale, il Comité Batailles de Reines e la Pro Loco, con la partecipazione degli Allevatori di Gressan, ed ha riscosso un successo notevole.

"*La Desarpa è un momento particolare e molto sentito nella tradizione Valdostana.* - ha commentato il Sindaco di Gressan, **Michel Martinet** - *Questa Amministrazione Comunale ha da sempre voluto preservare e tramandare alle generazioni più giovani questi valori di una cultura che è scritta da sempre nel nostro Dna. Per questo riteniamo che organizzare manifestazioni come queste sia importante per lo sviluppo e per il futuro della nostra comunità*".

Le mucche, nella loro discesa dagli alpeggi, attraversando quelli che sono forse i capisaldi della economia rurale di Gressan del passato, prima i castagneti, poi le vigne ed infine i meleti, sono state accolte come vere regine alla frazione alte di Moline, per poi essere accompagnate, tra due ali di folla, fino all'Area Verde di "Les Iles", dove tutti i bambini delle scuole, erano infatti presenti tutti gli alunni delle scuole dell'infanzia e delle scuole primarie del Capoluogo e di Chevrot, con le loro insegnanti, hanno potuto far merenda con yogurt e castagne.

Una festa, quella nel prato di Les Iles, alla quale, davvero, ha partecipato tutto il paese, una testimonianza forte e festosa di come il trascorrere del tempo non modifica i valori forti della tradizione.

Festa dei Foulards a Gressan: una piccola Woodstock

Stefano MERONI

Si è svolta nella serata di venerdì 6 settembre 2013, ed è proseguita fino a tarda notte, riscuotendo un successo davvero inaspettato, presso l'Area Verde di Les Iles, la tradizionale Festa dei Foulards, organizzata dalla Pro Loco di Gressan. Oltre un migliaio i giovani che vi hanno partecipato, per festeggiare i coscritti delle classi 1994 e 1995, una tradizione, quella dei foulards, che affonda le proprie radici nel tempo, a quando il servizio militare era obbligatorio ed i ragazzi, che spesso non erano usciti prima di allora dalle proprie valli e dalle loro famiglie, si trovavano a partire, in gruppo, per i cosiddetti "tre giorni" presso i centri di selezione e di reclutamento. Un momento che, allora, rappresentava una svolta, un vero e proprio caposaldo di passaggio tra la vita adolescenziale e quella adulta, una esperienza che staccava dalle proprie famiglie, portando i coscritti a quelle esperienze che, successivamente, sarebbero diventate un bagaglio di vita, mentre oggi rappresentano un momento di festa, di gioia e di allegria e, soprattutto, un momento socializzante molto sentito in Valle. Una serata all'insegna della musica grazie alla Discoteca Mobile "Planet Music", resa magica e perfetta grazie all'impegno dei volontari della Pro Loco di Gressan, capitanati dal presidente Massimiliano Martinet. "*Un successo davvero grande e significativo, una partecipazione davvero massiccia che ci onora e ci lusinga* - ha commentato il presidente **Martinet** - *una festa per noi importante perché affonda le sue radici nella nostra storia e rappresenta una tradizione da vivere e da conservare. Un momento di socializzazione forte per i ragazzi valdostani nati nel 1994 e 1995, ma, sicuramente, un momento di festa anche per quanti questo momento magico lo hanno vissuto negli scorsi anni, che colgono l'occasione per stringersi attorno ai coscritti, per festeggiare insieme a loro*".
Nel corso della serata, in questa "Piccola Woodstock del Gargantua", sono stati eletti Miss e Mister Foulards 2013, titoli che sono andati a Dominique Giacchello di Gressan e a Ramon Regazzoni di Villeneuve.

"La Forza delle Parole" a Gressan

Emozioni forti alla Sala della BCC per lo spettacolo con Paola Corti e Remy e Vincent Boniface.

Stefano MERONI

Sala gremita e pubblico delle grandi occasioni, alla Sala Polivalente della BCC di Gressan, la sera di venerdì 18 ottobre 2013 per lo spettacolo "La Forza delle Parole (una frase come una mano tesa)", interpretato da Paola Corti con Remy e Vincent Boniface, organizzato dall'Amministrazione Comunale di Gressan, in collaborazione con l'Oncologia di Aosta e l'Associazione V.I.O.L.A.

"*L'Amministrazione Comunale di Gressan ha subito accolto la proposta di portare nuovamente in scena, giusto ad un anno di distanza, questo spettacolo, dimostrando di essere profondamente sensibile alle problematiche umane* - ha esordito **Michelina Greco**, Assessore ai Servizi Sociali di Gressan ed ex componente dello staff dell'Oncologia del "Parini" - *Tutto ciò è nato una paio di anni fa circa da un'idea del prof. Numico, direttore dell'Oncologia. Abbiamo subito condiviso questa idea con l'Associazione V.I.O.L.A. che l'ha accolta a cuore aperto e lavorato duramente per realizzarla. Per un anno circa abbiamo invitato i pazienti, i parenti e gli operatori a scrivere e descrivere le proprie emozioni con frasi e poesie, le stesse alle*

quali Paola Corti, accompagnata dalla musica di Remy e Vincent Boniface, darà voce".
Questa iniziativa è stata recentemente insignita del Premio Cultura "Giulia Avetta", indetto dall'Associazione Culturale "Frammenti di Storie al Femminile".
"*Questa serata ha la funzione di dare spazio alla parola, un aspetto spesso trascurato perché si dà un grande risalto alle competenze tecniche, alla tecnologia, all'importanza di "fare" delle cose, mentre però i pazienti, spesso, si aspettano da noi delle parole, di ascoltare delle parole di speranza di conforto, di incoraggiamento, e si aspettano anche di poter esprimere loro proprio delle parole, che quindi noi dobbiamo avere la capacità e la pazienza di ascoltare.* - ha proseguito il prof. **Gianmauro Numico**, direttore della S.C. di Oncologia dell'Ospedale "U.Parini" di Aosta - *Ecco, la serata ha un po' il compito di recuperare questa dimensione del rapporto di cura che noi pensiamo sia assolutamente essenziale in una battaglia come quella della cura del cancro*".
"*Noi dell'Associazione Viola siamo state molto molto contente del fatto che l'Amministrazione Comunale di Gressan ci abbia proposto di ripetere questa serata che abbiamo già presentato per la prima volta alla Cittadella dei Giovani di Aosta lo scorso anno, proprio in questo periodo.* - ha concluso **Raffaela Longo**, presidente dell'Associazione VIOLA - *Questa è, a nostro parere, una iniziativa che assolutamente può portare forza e speranza nelle persone che attraversano questo tipo di percorso, questa malattia, perché si tratta proprio di questo, di parole, ma parole che oltre che ripercorrere quei sentimenti che uno prova durante il percorso di malattia, quindi di paura, se vogliamo, quello che noi proponiamo è invece la speranza, perché come la paura è contagiosa, lo può essere anche la speranza*".

Crisi economica e bilancio comunale

Nel corso del Consiglio Comunale svoltosi il 30 ottobre scorso, è stata approvata una variazione di bilancio nella quale era prevista la restituzione di vecchi mutui, per un importo pari a 719.273,16 €. "Il patto di stabilità vincola fortemente gli enti locali per l'utilizzo dell'avanzo di amministrazione, - sottolinea il Sindaco **Michel Martinet** -abbiamo quindi restituito questi mutui perché la riteniamo una scelta possibile e virtuosa, che permetterà al comune di risparmiare sui propri futuri bilanci una cifra di circa 98.000,00 € annui tra interessi e quota capitale e in momenti di grandi ristrettezze economiche come quelle che stiamo attraversando è importante individuare tutti i possibili risparmi di spesa."

ELENCO MUTUI CASSA DD.PP. DA ESTINGUERE

POSIZIONE/ NO DI CONTRATTO	TASSO INTERESSE	TIPO OPERA	DEBITO RESIDUO AL 01/01/2014	INDENNIZZO	TOTALE
4341553/1999	4,60%	illuminazione pubblica	€ 60.368,13	€ 6.531,61	€ 66.899,74
4326263/1998	4,85%	cimitero	€ 172.684,30	€ 17.767,48	€ 190.451,78
4459860/2005	3,35%	alpeggio Champvert	€ 178.239,58	€ -	€ 178.239,58
4456381/2004	4,65%	acquisizione Patinoire	€ 245.566,94	€ 38.115,12	€ 283.682,06
TOTALE			**€ 656.858,95**	**€ 62.414,21**	**€ 719.273,16**

Désarpa 2013

Gli assessorati al Turismo, all'Agricoltura e alla Cultura del Comune, in collaborazione con il Comité Batailles de Reines di Gressan, l'Avis e la Pro loco, anche quest'anno hanno organizzato la désarpa, denominata "La rentré de reines 2013". In una splendida cornice di pubblico circa 200 capi di bestiame, giovedì 3 ottobre scorso, sono transitati nel centro del paese partendo dagli alpeggi per raggiungere l'area verde. Ad aspettare le mandrie e i pastori, c'erano i bimbi delle scuole di Gressan e Chevrot che con la loro gioia e allegria hanno allietato l'iniziativa. Con la solita passione che li contraddistingue, ad aspettare i mandriani vi erano anche i volontari dell'Avis di Gressan che hanno preparato caldarroste e bevande così, in un clima di festa, si è reso più piacevole il rientro per chi ha trascorso l'estate in alpeggio. Complimenti agli organizzatori e ....al prossimo anno!!

Ripristino sentieri e "tzarye" comunali

Promuovere e proteggere il territorio comunale è una prerogativa che questa amministrazione ha posto al centro della propria attività nel campo della gestione dell'ambiente. Sono infatti iniziati a partire dal 2010 degli importanti lavori di pulizia e ripristino di antiche mulattiere e sentieri che dalla parte bassa del territorio salgono sino alla collina o anche fino alla zona di Pila. Le principali iniziative riguardano:

• Lavori di ripristino sentiero Ronc - Perriail: si è intervenuti per garantire una percorribilità agevole e sicura, realizzando opere, quali il ripristino delle murature, mirate ad agevolare e favorire soprattutto la fruizione turistica ed il lavoro agricolo. L'importo dei lavori è stato pari a 48.576,00 €.

• Lavori di ripristino e manutenzione straordinaria della mulattiera di Plan Ru - Barma: si è intervenuti per migliorare la percorribilità realizzando la ricostruzione di murature e l'installazione di recinzioni in legno per la sicurezza. Questo intervento è stato espressamente sollecitato dall'amministrazione comunale in quanto rappresenta un'interessante passeggiata "in piano" sfruttata e molto apprezzata anche dalle persone anziane. Per la realizzazione dell'intervento sono stati spesi 103.300.58 €.

• Lavori di manutenzione straordinaria sentiero Les Fleurs - Plan Praz: si è intervenuti in quanto la percorribilità risultava pericolosa e difficoltosa anche perchè alcuni tratti di muro erano addirittura crollati. La realizzazione di tale manutenzione ha permesso il ripristino della viabilità su di un percorso particolarmente interessante da un punto di vista turistico. L'intervento ha avuto un costo totale di 76.273,28 €. È inoltre in fase di pulizia e ripristino il sentiero che congiunge la frazione Letey con il confine del Comune di Charvensod, antico percorso che era utilizzato dai nostri "vecchi" per raggiungere gli abitati di Gressan e Charvensod.

Analoga iniziativa è stata adottata per il ripristino della mulattiera a confine con il Comune di Jovençan, detta "Mont Rosset". Quest'ultima è inoltre utilizzata in autunno dai gestori di alpeggio durante la "désarpa". Sempre in stretta collaborazione tra il Comune e l'amministrazione regionale, si è provveduto a segnalare e a far censire sul patrimonio sentieristico regionale i percorsi n° 20 e n° 21 che partono rispettivamente dalla fraz. Borettaz e dalla passerella della zona sportiva per arrivare entrambe a Pila, passando per percorsi diversi e suggestivi; proprio questa classificazione permette di poter accedere a finanziamenti specifici per la loro manutenzione.Con lo stesso impegno, si procederà anche per gli anni futuri ad intervenire in questo ambito perché si ritiene che una buona manutenzione dei nostri sentieri sia importante oltre che dal punto di vista turistico anche da quello di controllo del reticolo idrogeologico del territorio quindi assolutamente necessario per la prevenzione di fenomeni alluvionali.

AVVISO

Si comunica alla popolazione che sono a disposizione, presso l'**UFFICIO ANAGRAFE**, le targhette della **NUMERAZIONE INTERNA** degli alloggi. Gli utenti che hanno l'identificativo dell'interno nel proprio indirizzo, **DEVONO** ritirare la targhetta e affiggerla sullo stipite della porta di ingresso in alto a destra.

Poste Italiane S.p.A. - SPEDIZIONE IN A.P. - 70% - DCB (Aosta) N. 4 -2013