



Periodico del Club Alpino Italiano
Sezione di Montfalcone
Giugno 2016

Bivacco sotto la Rocca

anno XXII
numero 2 (XC) - 2016

URSPRUNG

“Ursprung” in tedesco significa “origine” oppure, in un’altra accezione, vuol dire “sorgente”, da cui un ruscello un fiume si originano. Ursprung è il nome di una cascata situata in Val di Riva, vicino a Campo Tures. Isolata, a circa un’ora e mezza di cammino dal parcheggio, offre un ambiente selvaggio e rilassante. Situata in quota e in posizione favorevole, è una delle prime cascate a ghiacciare e ad essere scalabile nel corso della stagione invernale. Queste caratteristiche la rendono molto “gettonata” e nonostante l’avvicinamento, lungo se comparato ad esempio ad altre cascate della valle o del sappadino, capita spesso di dover fare “fila” ed aspettare il proprio turno alla base prima di attaccare.

Siamo su Ursprung, sto salendo da primo di cordata, mi sono appena procurato un taglio sopra il sopracciglio destro da cui, mantenendo fede al nome della cascata, sgorga ininterrotto e copioso il sangue. Se non stessi salendo da primo di cordata, se la protezione fosse più vicina e soprattutto se il sangue non si accumulasse sull’occhio offuscandomi la vista tutto sarebbe più semplice. Almeno in questo tratto la cascata è asciutta. Lungo il primo tiro ero stato costretto a una lunga deviazione verso sinistra, una diagonale fatta per evitare la parte destra della cascata, a gradoni, un po’ fragili apparentemente ma soprattutto perennemente gocciolanti. Sopra a noi tre cordate, a poco era servito alzarsi presto.

Salendo, complice anche il vento, cadono secchiate di neve secca e leggera scesa nella notte che, scivolando, cerca di insinuarsi tra il collo e la giacca a vento per poi sciogliersi lungo la schiena. Il bombardamento è costante, non troppo pericoloso, ma sicuramente fastidioso. Uscito da una nicchia con un passo un po’ strapiombante, decido di fermarmi approntando una sosta su ghiaccio alla base di un muretto verticale. Alla mia sinistra c’è Silvio, partito a una ventina di metri di distanza ma le nostre linee convergenti si fermano entrambe prima di quel muro dall’aspetto poco solido. Silvio riparte mentre io sto ancora recuperando Gianni. La sua linea, seguendo la parte più morbida del flusso ghiacciato, ora passa esattamente sopra la mia sosta, nonostante le sue cautele e la sua bravura, conscio di quello che sarebbe accaduto nel caso di una sua scivolata, guardo con apprensione le punte dei suoi ramponi due, poi tre, poi quattro metri sopra la mia verticale. Il muretto termina, lui sparisce dalla mia traiettoria e finalmente torp a respirare. Gianni sale più a destra della linea di Silvio, pochi movimenti decisi ed è fuori, poi il tiro si appoggia fino alla sosta, anche questa su ghiaccio. Il tiro successivo tocca a me e a Paolo. Nella prima parte seguiamo una rampa di ghiaccio misto neve crostosa, poi una piccozza di difficile estrazione finisce con l’uscire improvvisamente procurandomi un taglio molto sanguinolento ma fortunatamente superficiale. Risalito ancora di qualche metro, finalmente riesco a proteggermi con una buona vite da ghiac-

(continua a pag. 6)



In questo numero:

URSPRUNG

ESPLORANDO I CANYON DI PAKLENICA

PEDALANDO SUL MONTE DIMON

CORSO ROCCIA AR1 2016

ALLA RICERCA DELLA PEONIA

4° CORSO MONOTEMATICO SU VIE FERRATE

ATTENTI ALLE ZECCHE!

SOCI SEZIONALI ALLA PROTEZIONE CIVILE

DALLA REDAZIONE...

ANDAR PER MONTI

ESPLORANDO I CANYON DI PAKLENICA

Il Parco Nazionale Paklenica si estende tra la vetta del monte Velebit (Vaganski vrh, 1757 m) e la costa adriatica, su una superficie di 95 km² ed è situato nella Dalmazia settentrionale, nell'entroterra zaratino. Ciò che caratterizza maggiormente il parco sono i monumentali canyon della Velika e Mala Paklenica, scavati da due torrenti che serpeggiano tra le pareti rocciose alte più di 400 m, che hanno reso famosa Paklenica in tutto il mondo come località alpinistica. Antiche foreste di faggi, la seconda riserva per ampiezza in Europa di pino nero, grotte misteriose, piante endemiche, un grande numero di specie animali (oltre a 200 specie di uccelli, tra i quali il grifone, specie rara e a rischio, per il quale Paklenica è l'unica dimora costiera in Croazia), nobilitano il primordiale ambiente naturale.

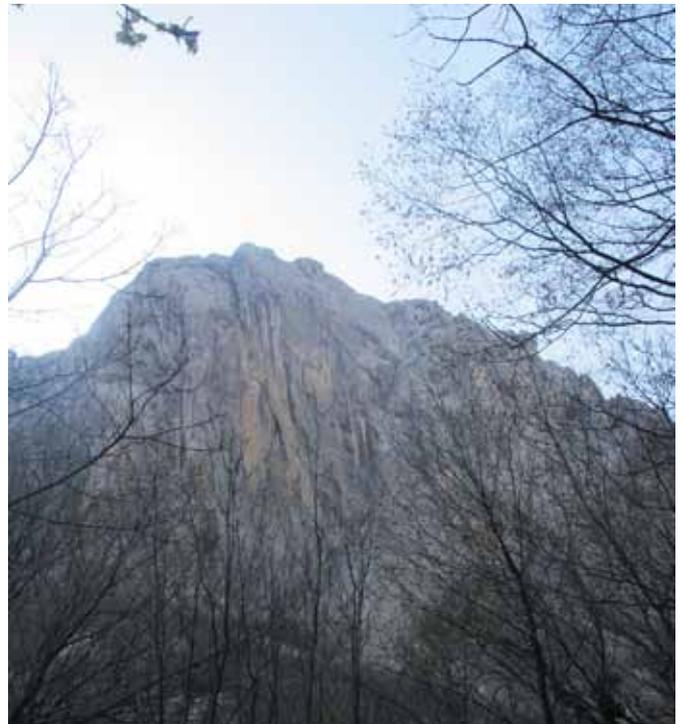
Il canyon della Velika Paklenica si estende per 14 km con un'ampiezza che varia tra i 500 e gli 800 m e rocce perpendicolari si alzano ai suoi lati fino a raggiungere con la vetta Anica Kuk i 700 metri.

Il sentiero che la risale è molto semplice, non ripido e costeggia il corso del torrente. Dal parcheggio in circa 20 minuti di cammino si giunge ad uno spiazzo vicino al quale sulla sinistra si trova l'ingresso di un rifugio antiatomico. La via prosegue passando vicino ad una sorgente d'acqua potabile e subito dopo arriva ad una piana chiamata Anica Luka. Prima della sorgente si stacca la deviazione per la panoramissima cima dell'Anica Kuk che si raggiunge in poco più di un'ora dal bivio segnalato attraverso un ripido sentiero. Poco oltre il bivio per questa fantastica cima, inizia invece la deviazione per la grotta Manita Pec sita a 540 m di quota, una delle più belle presenti in tutto il territorio croato. La grotta ha una lunghezza di 175 m, una profondità di 35 ed è composta da un'unica enorme sala, separata da formazioni calcaree presenti in tre piccole sale decorate da stalattiti e stalagmiti bianche, gialle e marroni. La visita della grotta è possibile tramite una guida del parco e dura circa mezz'ora.

Il canyon della Mala Paklenica, più brullo e impervio, è lungo 12 km, largo tra i 400 e i 500 m e le rocce che lo delimitano si alzano fino a 600 m. Il passo che si trova tra la Velika e la Mala Paklenica è piuttosto impegnativo da percorrere ed è caratterizzato da rocce e speroni carsici.

L'abbiamo percorso dopo un lungo viaggio da Monfalcone e, arrivati all'entrata della Velika Paklenica, abbiamo imboccato un sentiero di collegamento per il canyon, che si presenta decisamente impegnativo in quanto caratterizzato da un saliscendi per grossi ammassi rocciosi ma che in alcuni punti presenta l'ausilio di funi d'acciaio; il tutto in tre ore.

Successivamente si risale attraverso il versante occidentale di una collina fino a 680 m d'altezza, per poi trovarsi in un'incantevole valle che termina nel borgo abbandonato di Jurline, un posto ideale per il pranzo. Da qui diverse sono le possibilità: scendere verso la valle parallela alla Velika Paklenica in circa 10 ore complessive di cammino, attraverso imponenti massi di roccia grigia e alcune gallerie, che all'epoca di Tito



Anica Kuk, la cima che sovrasta il canyon della Velika Paklenica, raggiungibile tramite sentiero o attraverso svariate vie di arrampicata, dalla quale si gode un'incantevole vista fino al mare.

fungevano da bunker top-secret mentre attualmente sono in fase di restauro per essere accessibili ai visitatori; oppure proseguire in mezzo al bosco per saliscendi fino al rifugio Dom na Paklenica a 480 m di quota in circa otto ore. Abbiamo quindi proseguito nella direzione del rifugio dove siamo arrivati al sopraggiungere del buio, per rifocillarci e finalmente riposare, lasciando alle spalle la notevole stanchezza.

Il giorno successivo, invece, siamo scesi per il sentiero della Velika Paklenica, molto meno impegnativo, ma decisamente più bello e paesaggisticamente più panoramico fino a raggiungere nuovamente il parcheggio dove avevamo lasciato la macchina il giorno prima.

Dal rifugio c'è eventualmente la possibilità di inoltrarsi all'interno del parco verso le cime più alte della zona, quelle del Vaganski vrh (quota 1757 m), prestando però molta attenzione a non allontanarsi dal sentiero, in quanto la zona non è ancora stata bonificata dalle mine residue della guerra.

Per quanto riguarda l'arrampicata, ci sono diverse vie che si dipartono dall'imbocco della Velika Paklenica e che permettono di raggiungere la vetta dell'Anica Kuk.

La valle è largamente conosciuta come uno dei luoghi migliori in Europa per i climber grazie al fascino della sua natura e al clima gradevole, favorito dalla sua posizione a due passi dal mare.

Giulio Tagliapietra

Pedalando sul Monte Dimon...

In questo periodo di tarda primavera con il tempo stabilmente instabile e la neve ancora nei canali, ogni escursione rappresenta una storia a sé, ricca di continue e repentine variazioni tanto che spesso le nuvole in cielo e i colori della primavera disegnano stupendi paesaggi carichi di atmosfera. Noi crediamo che anche il Monte Dimon possa darci più di qualche sorpresa soprattutto per lo splendido contesto paesaggistico e naturalistico che le nostre due ruote andranno a percorrere il prossimo 19 giugno.

La LEGGENDA parla dell'ambiente dei pascoli dove a primavera i pastori conducevano le loro greggi.

Tra di essi vi era un giovane, che non si adattava alla vita di pastore e che bestemmiava contro le interminabili giornate trascorse fra il gregge. Una sera d'autunno, poco prima che terminasse l'alpeggio, pioveva intensamente e il giovane si trovava solo nella malga. Sentì abbaiare il cane e quando aprì la porta si trovò dinanzi una giovane e affascinante donna.

Si trattava di Volaia (da qui il nome Valdajer). Il ragazzo andò via con lei così, quando i pastori e il padre ritornarono, non trovarono più traccia di lui. Quest'ultimo allora decise di partire con le sue capre verso il Plan de Listeli, ordinando di appendere sulla porta della casera una croce che tenesse lontano le streghe. Il vecchio fu poi ritrovato nella primavera successiva accanto ad un sasso dal quale sgorgava una sorgente.

Castel Valdajer è stato eretto nel XV secolo durante la guerra tra l'Austria e la Serenissima Repubblica di Venezia, per ordine del colonnello austriaco von Kreig, il quale rimase incantato dalla bellezza della località. L'edificio fu oggetto di successive distruzioni e ricostruzioni/ristrutturazioni, l'ultima delle quali avvenuta nel 1988, in conseguenza della quale ha assunto linee più sobrie, molto diverse da prima ed è stato adibito a bar-ristorante-albergo. Purtroppo esso risulta chiuso dal 2010.

Lasciate le vetture nell'area in cui sorge l'albergo, s'imbocca l'ex strada militare per il Monte Paularo. Lungo il primo tratto

si pedala su manto asfaltato, protetti dall'ombra, poi il fondo diventa sterrato e, con pendenza impegnativa ma costante, si risale su terreno un po' smosso rintracciando però un'utile fonte per l'approvvigionamento d'acqua.

Guadagnando quota rapidamente attraverso i pendii circostanti punteggiati dalle colorite fioriture di anemoni, pulsatilla alpina austriaca, veratro, botton d'oro e qualche genziana di Koch, ed ancora cespugli di rododendro che catturano lo sguardo, dando l'impressione di muoverci all'interno di un giardino botanico di alta quota, la nostra veduta spazierà inoltre dai rocciosi pinnacoli del gruppo Sernio/Grauzaria alla Val Pontaiba sul cui sfondo s'innalzano il massiccio del Tersadia/Cucco e, in lontananza, i monti Arvenis, Tamai e Zoncolan.

Superati i 1800 m di quota, dopo un paio di tornanti avviene il primo significativo cambio di versante, ossia l'ingresso nella splendida conca del Lago Dimon, sovrastata dall'omonimo monte e popolata dalle marmotte.

Le evidenze geomorfologiche racchiuse in questo sito sono esemplificative di un contesto montano che fino a circa 15.000 anni fa era ancora ricoperto dai ghiacci.

La conca di esarazione glaciale del Monte Dimon si è generata durante la glaciazione wurmiana. In passato era ancora unita a quella del vicino Monte Paularo formando un'unica area di circo glaciale ampia oltre 1 km². Furono le erosioni torrentizie, attive alla testata del Rio Mauran, dopo la scomparsa dei ghiacci a minarne la continuità, finendo con l'isolare la conca del Monte Dimon da quella oggi meno pronunciata ed evidente del Monte Paularo.

Dopo la glaciazione wurmiana, nella conca esarativa del Monte Dimon, stazionò per breve tempo anche un piccolo ghiacciaio tardo-wurmiano. Al ritiro e scomparsa del ghiacciaio wurmiano prima (circa 18.000 anni fa) e tardo wurmiano poi (15.000 anni fa), la conca del Monte Dimon fu occupata dal laghetto omonimo. L'estensione originaria del lago era maggiore di almeno un terzo rispetto all'attuale.

Paola Pontini



SCUOLA ISONTINA DI ALPINISMO CORSO ROCCIA "AR1 2016" 20 APRILE - 12 GIUGNO 2016

Il prossimo 12 giugno si concluderà il CORSO ROCCIA "AR1 2016" istituito dalla Scuola Isontina di Alpinismo sotto la direzione di Patrick Tomasin.

Il corso, rivolto a chi voleva conoscere ed approfondire l'arrampicata su roccia in montagna, si è articolato in 8 lezioni teoriche presso le sedi CAI di Gorizia e Monfalcone e altrettante pratiche, in falesia e ambiente alpino, dove l'allievo ha potuto imparare a conoscere i materiali ed il loro impiego, la progressione della cordata in parete e la tecnica base dell'arrampicata.

Il Corso ha proposto un approccio per gradi a seconda della preparazione dell'allievo, finalizzato a trasmettere la formazione necessaria per affrontare in sicurezza e autonomia itinerari di arrampicata su roccia in ambiente di montagna.



AVVISI SEZIONALI

- Il 9 aprile scorso, nel corso dell'Assemblea dei Delegati del CAI del Friuli Venezia Giulia di Forni di Sopra, il nostro past president ing. Gianpaolo Zernetti è stato eletto consigliere del Consiglio Direttivo della Regione FVG. Congratulazioni e auguri!

- Completata la prima fase dei lavori di risistemazione della nostra sede: pitturazione delle pareti e della porta; trasferimento ad una stanza del piano superiore di materiali e dell'archivio; riposizionamento della biblioteca.

Un ringraziamento ai soci che hanno provveduto! Seguirà una seconda fase con ammodernamento e razionalizzazione dello spazio della segreteria. Buon lavoro alla squadra che è già all'opera con progettazione e preventivi.

- **IMPORTANTE:** sul sito è stata istituita una nuova pagina che riguarda le attività che si svolgono in sede ed il relativo calendario. È stata quindi dismessa la "vecchia" lavagna sin qui utilizzata per la prenotazione della sala. Per riunioni ed attività in sede si può perciò consultare il "calendario" sul sito; per prenotazioni inviare una mail a fabio.vescovi@libero.it che si occupa di aggiornare il sito e che ringraziamo.

Informiamo inoltre che nei giorni di martedì e venerdì (pomeriggio e sera) è possibile, previo preavviso e se non già prenotata da altre associazioni, fruire anche del salone "Di Benedetto", dell'associazione "Amici del Trullo".

Quando mi recai alla sede del CAI di Gorizia per iscrivermi al corso roccia AR1 2016, trovai il corso già al completo, anche se le iscrizioni erano aperte da poco. Il direttore del corso, Patrick Tomasin, rammaricato, mi comunicò che non c'era più posto. Me ne andai rassegnata pensando in maniera fatalistica che doveva andare così e avrei perciò dovuto aspettare il prossimo anno. Sfidando questo fantomatico "destino" con tutto l'impegno possibile, Patrick si è mobilitato per trovarmi uno spazio all'interno del gruppo che prevedeva il numero massimo di dieci persone. Alla fine è arrivata la conferma, sarei stata l'undicesima allieva del corso. Per tale motivo non saprò mai ringraziare abbastanza Patrick, che si è tanto adoperato per rendere possibile anche per me questa esperienza davvero unica non solo per le attività svolte, ma anche perché qui sono emerse le migliori qualità che l'essere umano possa mostrare.

Negli istruttori, oltre alla competenza, disponibilità e pazienza (quanta!), in tutti i partecipanti invece solidarietà e genuinità. Per non parlare della simpatia e delle "doti" enogastronomiche che ci siamo concessi di sfoderare nei momenti di convivialità che hanno seguito le attività più impegnative.

Su queste ultime ci si potrebbe dilungare perché le lezioni teoriche e pratiche sono sempre state intense e svolte in maniera impeccabile.

Il programma è stato denso, molto da imparare ma anche tanto divertimento e grande soddisfazione. Insomma, ci sono stati tutti gli elementi per creare una combinazione vincente e, adesso che il corso sta per finire, mi sembra siamo riusciti a farli fruttare al meglio, dando ognuno il proprio contributo personale.

Per me è stata una bellissima esperienza, ciò è merito di tutti.

Martina Dizorz

Alla Ricerca della Peonia

La giornata inizia sotto il migliore degli auspici meteo. L'allegra comitiva si mette in moto e parte alla volta della Slovenia. Superati i soliti disguidi dell'andar con autovetture, al punto di partenza dell'escursione, troviamo una delle rarissime gostilne aperte prima delle ore 10. Chiedo al gestore caffè e brioche. Mi risponde che le brioche ci sono, ma solo quelle nel cellophane oppure può darmi una fetta di strudel. Naturalmente la scelta cade sulla seconda opzione. Dopo la breve sosta si parte in colonna alla volta della Croazia. La città di Buzet ci sorveglia dall'alto mentre facciamo il giro delle nuove rotonde per prendere la direzione dell'altopiano. In vista del valico confinario di Rakitovec, si presenta all'improvviso l'orribile visione dei reticolati posti ai lati della strada, frutto dei flussi migratori moderni, che però richiamano alla memoria ricordi di terribili momenti della Seconda Guerra Mondiale.

Giunti al paesino di Slum, lasciamo due vetture che ci serviranno alla fine dell'escursione per recuperare le altre sei facendoci così risparmiare un'ora abbondante di cammino. Ancora qualche chilometro e arriviamo a Brest, luogo di partenza della gita. Lungo il cammino troviamo alcune prese per l'acquedotto, poco più avanti il rifugio. Grande è la delusione perché si credeva fosse già in funzione, mentre mancavano completamente arredi ed attrezzature. Si prosegue ed in breve si giunge ad una cengia che annuncia l'altopiano. Qui iniziano ad apparire i primi fiori e man mano che si sale, aumentano rapidamente di numero e di specie per la felicità di tutto il gruppo. Fatte le foto d'obbligo della cima, s'inizia la discesa mentre nubi minacciose scaricano masse d'acqua e saette sul lontano monte Vojak. Il temporale continua a girare sopra il perimetro istriano per giungere a metà mattinata anche da noi. Finalmente si arriva a Trstenik, dove più numerose sono le case diroccate rispetto a quelle non abitate. Vado in cerca di qualche riparo, ma neppure il campanile, che una volta accoglieva i fedeli durante i pellegrinaggi, ha il portico. Avvilto e rassegnato, mi siedo sulla soglia di un'abitazione al riparo di una tettoia larga poco più di



un metro, mangiando finalmente il panino.

Avevo appena dato l'ultimo morso, quando si apre una porta, sull'uscio una signora mi invita ad entrare per bere qualcosa. Non me lo faccio ripetere due volte anche perché inizia a fare un po' fresco. La povera stanza della casa ha pochi arredi, ma la stufa accesa scalda l'ambiente sicuramente oltre i 20 gradi di temperatura. La signora che parla benissimo l'italiano, contenta di poter scambiare poche parole, mi racconta che nel passato, il paese contava circa duecento abitanti.

Mi domando: -È questa l'ospitalità tradizionalmente usata verso il viandante, chiunque egli sia in queste località dove la miseria impera sovrana?

Dopo un po', ripreso il cammino, gli escursionisti iniziano a chiedersi dove siano le tanto decantate peonie! Nel frattempo la pioggia cessa e le nubi lasciano filtrare un timido raggio di sole. L'avanguardia della comitiva trova finalmente la prima peonia, dopo un po' un'altra, e così via tre, quattro sino ad incontrarne una decina, che sembrano piantate lì da un giardiniere. Gli scatti, impossibile contarli!

Gianfranco Beltrame

4° CORSO MONOTEMATICO SU VIE FERRATE

Grinta, coraggio, voglia di mettersi in gioco e "sfidare" le altezze in sicurezza.

Quante emozioni per i partecipanti al 4° corso monotematico su vie ferrate MF1 (modulo ferrate1), organizzato dalla Scuola Isontina di Alpinismo dal 21 marzo al 18 aprile 2016.

Più di qualcuno, anche se non più in verde età, si è rivelato un ottimo "neo-ferratista" nell'apprendimento dell'utilizzo di imbrago, set da ferrata, manovre di cordata, tecniche di pro-

gressione di salita, discese in corda doppia, corde fisse e soprattutto sempre disponibile alla birra di fine giornata.

Gli otto allievi, impegnati in sette lezioni teoriche e cinque uscite pratiche in ambiente, si sono dimostrati fortemente motivati nelle salite effettuate e hanno sottolineato di voler continuare ad andar per ferrate anche partecipando alle escursioni in programma nell'anno in corso.

Un augurio a loro di buone salite e di grandi soddisfazioni.

Fabio Fabi

Attenti alle zecche!

Il periodo primaverile è la stagione ideale per escursioni in ambiente carsico o basso montano, dove il paesaggio è di solito caratterizzato da una copertura vegetale ricca di specie arbustive ed arboree. Ma è proprio in questo ambiente che si nasconde un subdolo pericolo.

È la stagione in cui piccoli parassiti, simili ai ragni, le zecche appunto, sono pienamente vitali, essendo nella fase di crescita e di trasformazione verso l'animale adulto.

Col passare del tempo, la zecca s'ingrossa e può essere vista o percepita al tatto come un corpo estraneo sulla pelle. Il passaggio di ulteriore secreto o peggio ancora una maldestra operazione di distacco, tramite schiacciamento, può far sì che se la zecca risulta parassitata a sua volta, essa può iniettare nell'ospite tali agenti infettivi, batteri o virus, che aveva precedentemente raccolto pungendo piccoli roditori selvatici, che a differenza dell'uomo sono immunizzati naturalmente. Due sono dunque le patologie pericolose per l'uomo che la zecca può trasmettere, qualora ne sia portatrice. Per nostra fortuna sono una minima parte le zecche che risultano vettrici.

Se l'agente infettivo è un batterio, in questo caso la Borrelia, c'è il rischio che si sviluppi un quadro patologico ad evoluzione molto lenta, anche di mesi, sia per la sintomatologia clinica che per quella di laboratorio, che prende il nome di malattia di Lyme o borreliosi. I primi segni possono esser solo cutanei, il cosiddetto eritema migrante che tende a ingrandirsi progressivamente, e non solo in sede di puntura. Possono comparire uno stato di inusuale stanchezza, dolori muscolari ed articolari, cefalea, fino anche alla paralisi del nervo facciale. Se non curata in questa fase, la malattia può progredire e cronicizzare causando seri danni alle articolazioni, al sistema nervoso, al cuore e ad altri organi. Per fortuna l'infezione può essere efficacemente trattata, dopo opportuna valutazione diagnostica con una terapia antibiotica, nelle dosi, modalità e tempi prescritti dal medico. La malattia non crea immunizzazione, inoltre non esistono vaccini.

Se l'agente infettivo è invece un virus, si può sviluppare un quadro patologico della meningoencefalite da zecche (TBE), che presenta un esordio similinfluenzale: febbre, mal di testa, dolori muscolari a distanza di 7-14 giorni dal morso della zecca. Nel 20% dei casi, dopo alcune settimane di miglioramen-

to, può ricomparire febbre elevata, cefalea dolori alla schiena, perdita di sensibilità e paralisi agli arti, confusione mentale. Manifestazioni più gravi rendono necessario il ricovero in ospedale e richiedono una lunga convalescenza, talvolta con conseguenze invalidanti permanenti. Non esiste una terapia specifica; essa va adattata di caso in caso in base alle evidenze sintomatologiche.

La virosi può essere però efficacemente contenuta tramite una vaccinazione specifica; tre dosi nel primo anno, seguite da un richiamo dopo tre anni. Il vaccino è disponibile presso gli Ambulatori Vaccinazioni delle aziende sanitarie e sono consigliate a quelle persone che frequentano assiduamente i territori a rischio.

Ai fini della prevenzione è importante assumere dei comportamenti adeguati per ridurre la possibilità di essere aggrediti dalla zecca. Sono utili indumenti di colore possibilmente chiaro, la zecca è di colore quasi nero, in grado di coprire quanto possibile il corpo (pantaloni infilati in calzettoni lunghi, così come una camicia a maniche lunghe ben infilata nei pantaloni). Camminare al centro dei sentieri, non sedersi nell'erba alta o presso cespugli. Applicare repellenti sopra gli indumenti, non sulla pelle, secondo le indicazioni fornite dalla confezione. Osservare ed osservarsi, e rimuovere le eventuali zecche non ancora attaccate. Al rientro spazzolare i vestiti e provvedere ad una buona doccia calda che può allontanare le zecche, non ancora fortemente attaccate alla cute, al cuoio capelluto e alla schiena. Nel caso si trovi una zecca sulla pelle, bisogna rimuoverla subito evitando di cospargere la cute circostante con creme, olii o altre sostanze irritanti sperando che la zecca stessa possa staccarsi autonomamente.

Per asportarla correttamente è necessario prendere una pinzetta, possibilmente a punta, e con questa afferrare la zecca il più vicino possibile al punto di inserzione sulla cute, senza schiacciarla, tirando delicatamente verso l'alto, senza strappi fino al distacco, disinfettando poi la zona. Ancora è utile annotare data e luogo in cui si è stati morsi, controllando nei giorni successivi lo stato della cute. In caso insorgano segni clinici, come quelli sopra descritti, è il caso di consultare un medico, segnalando il morso della zecca.

Paolo Nicoli

(continua da pag. 1)

cio, a quel punto mi stacco dalla linea di Paolo, risalendo dei salti più verticali fino a raggiungere una trentina di metri più in alto, una bella placconata di ghiaccio gonfio e solido su cui attrezzare con tre viti una sosta a prova di bomba. Lungo la via ho lasciato una scia di sangue, la saliva è impastata, i guanti inzuppati, che, se strizzati, rilasciano parte dei miei fluidi ma fortunatamente Gianni, recuperato, dopo avermi fatto notare che ho una stalattite ghiacciata che scende dal sopracciglio, sale per l'ultimo tiro, un po' nevoso e monotono, fino a sostare su un alberello. Raggiunta l'ultima sosta, recuperiamo le corde e in tre doppie (le due soste successive sono a spit) raggiungiamo la base della parete. Dopo esserci cambiati ritorniamo al parcheggio. Anche questa è fatta!

Patrick Tomasin



SOCI SEZIONALI

ALLA PROTEZIONE CIVILE

Nel corso delle celebrazioni per il quarantennale del terremoto del Friuli, si è svolta a Venzone la consegna a 70 ingegneri della Regione dei diplomi di abilitazione per far parte del Nucleo Tecnico Nazionale del Dipartimento della Protezione Civile. L'iniziativa è stata quella di creare su base nazionale un gruppo qualificato per dare nell'immediato un giudizio di agibilità o meno sugli edifici colpiti dal terremoto, per i quali viene richiesta un'immediata valutazione. Ciò ha portato ad un accordo nazionale tra il Dipartimento della Protezione Civile ed il Consiglio Nazionale degli Ingegneri. In ogni regione d'Italia si stanno concludendo tali corsi: quello per il FVG si è svolto a Palmanova presso la sede regionale della Protezione Civile ed è stato tenuto da professori universitari e tecnici della Protezione Civile.

In estrema sintesi, il corso è proseguito con una valutazione del tipo di edificio (muratura o cemento armato, tipo di solai, tetto, pericoli da e per edifici vicini o vie d'accesso, analisi geotecnica) e dei danni attraverso l'analisi delle fessure, delle dislocazioni, del tipo ed entità di crolli (quindi senza strumenti), basandosi, quindi, pur con le metodologie del Dipartimento della Protezione Civile, su un giudizio "esperto" della squadra

di ingegneri che, esaminato l'edificio, porta ad una valutazione della sua agibilità.

Il processo, anche per uniformare la metodologia, viene realizzato utilizzando delle schede standard che riportano sia i danni sia la loro gravità. Tali schede vengono successivamente consegnate al Sindaco per una sua ordinanza di agibilità o meno e per gli interventi immediati da eseguire.

Esse vengono, inoltre, consegnate alla Protezione Civile, che raccoglie su base informatica i dati ed è quindi in grado di valutare il numero di persone da trasferire in alberghi o altre strutture di ricovero temporaneo.

Il Dipartimento della Protezione Civile, dal volume degli edifici e dalla tipologia dei danni, è pertanto in grado di formulare una prima analisi delle risorse economiche necessarie alla ricostruzione.

Va detto che questi ingegneri lavoreranno su base volontaria e gratuita, con squadre già costituite a livello regionale e seguiranno periodicamente esercitazioni con la Protezione Civile. La prossima esercitazione è prevista per settembre. La valutazione "speditiva" di questi ingegneri sull'agibilità degli edifici avrà ovviamente una validità limitata nel tempo.

ing. Rosario Lo Cascio e ing. Angelo Santangelo

dalla Redazione ...

Il nostro notiziario è un prezioso documento che testimonia l'attività dei soci monfalconesi in montagna. L'abbiamo ereditato come redazione da chi ci ha preceduto ed in particolare da Flavio Cucinato, che ci ha passato il testimone, quale preziosa fonte di memoria storica.

Stanno rapidamente cambiando gli strumenti con l'imporsi dell'elettronica, ma non altrettanto lo spirito di testimonianza e condivisione dell'attività del CAI.

Ecco pertanto il nostro sollecito a mandare le vostre testimonianze ed esperienze in montagna ed in viaggio attraverso un diario che possa stimolare altri ad intraprendere le stesse esperienze o indicare suggerimenti analoghi.

Per fare in modo di avere un documento di testimonianza sempre migliore, riportiamo di seguito alcune regole da tener presente per facilitare la consegna degli articoli favorendo così il lavoro della redazione, che è costituita da volontari come tutti coloro che collaborano per il CAI.

Regole da tenere in considerazione per la collaborazione: - Lunghezza dei testi compresa tra due e tre pagine in formato word o similare, carattere corpo 12.

- Due/tre immagini in alta risoluzione (300 DPI), con relative didascalie.

- Non consegnare l'articolo già impaginato con foto o in PDF,

ma in file separati.

- Recapiti: bivaccosottolarocca@caimonfalcone.org

La redazione si riserva di apportare eventuali modifiche senza comunque alterare il contenuto degli articoli.

Inoltre per mancanza di spazio, alcuni articoli potrebbero essere pubblicati sul numero successivo. Si prega di indicare possibilmente un recapito telefonico nel caso ci sia la necessità di ricontattare gli autori.

Tutto ciò può aiutarci a raccontare nella maniera migliore le vostre esperienze che desiderate condividere con tutti i soci del CAI Monfalcone.

La Redazione

**Importante: 30 luglio 2016
data limite per poter
stampare in tempo utile il
prossimo numero**

ANDAR PER MONTI

Cari Soci, le stagioni passano ed eccoci nuovamente a pubblicizzare le escursioni del calendario estivo.

Diamo subito il dovuto risalto alle due gite cicloescursionistiche in programma, la prima il 19 giugno con meta il panoramico Monte Dimon, sopra Ligosullo, e l'altra nel fine settimana del 10-11 settembre sulle pittoresche sponde slovene del lago di Bled.

Dalle "due ruote" transitiamo così alle "due gambe".

Come da prassi consolidata, l'attività escursionistica è stata pianificata tenendo conto delle preferenze espresse dai soci nello scorso sondaggio autunnale. Saremo impegnati sulle Alpi Carniche e sulle Dolomiti, spesso su cime blasonate riproposte dopo alcuni anni. Inoltre sono previste delle mete classiche, confidando anche nella partecipazione di quei soci che solamente da poco tempo seguono le nostre iniziative.

Partiremo il 26 giugno con il Cimone del Montasio e il 2-3 luglio seguirà la salita alla più alta vetta delle Carniche, il Coglians, con transito al Rifugio Lambertenghi e pernottamento al Rifugio Marinelli.

A seguire, il 10 luglio, si terrà una bella escursione alla Terza Grande, splendido e solare pulpito che domina la conca di Sappada.

A metà luglio ecco la prima delle gite proposte sulle Dolomiti con il Monte Piana, il sabato e il meraviglioso Lago di Sorapiss la domenica, con pernottamento a Misurina.

Il 24 luglio, classica uscita sul Sentiero "Tiziana Weiss" al Passo Pura, per ammirare le spettacolari e ricchissime fioriture presenti in quella zona.

A cavallo tra luglio ed agosto si svolgeranno contemporaneamente due trekking di cinque giorni sulle Dolomiti di Brenta: uno più impegnativo sul celeberrimo sentiero attrezzato delle Bocchette, l'altro su sentieri meno impegnativi che si snodano tutt'intorno alla catena. La prima, parte della seconda e parte dell'ultima tappa saranno svolte dai due gruppi uniti.

Il fine settimana successivo ancora Dolomiti, questa volta sopra Cortina. La nostra meta sarà la meravigliosa cattedrale rocciosa della Tofana di Rozes nella quale, grazie ad una breve variante, vi entreremo durante l'avvicinamento al Rifugio Giussani. Alla base della parete sud, esiste infatti una grotta a cui si accede lungo una facile ma esposta cengia attrezzata. Il giorno dopo, salita ai 3225 m della cima, percorrendo la parte alta della Ferrata Lipella.

Sarà poi la volta di un altro colosso dolomitico, il Sassopiatto, che saliremo lungo la nuova e migliorata "Ferrata Schuster", dopo il pernottamento al Rifugio Vicenza.

Ultima domenica di agosto ed ultima gita sulle Dolomiti, ancora in zona Cortina. Dopo alcuni anni viene infatti riproposta la Ferrata Dibona al Cristallino d'Ampezzo: bellissima traversata con il caratteristico e fotografatissimo ponte sospeso, con



pernottamento al Rifugio Lorenzi.

Con l'arrivo di settembre ci sposteremo nuovamente sulle Alpi Carniche, nella zona molto conosciuta delle sorgenti del Piave, dove saliremo sabato 3 sul M. Avanza e domenica 4, dopo aver trascorso la notte al Rifugio Calvi, sul M. Peralba lungo l'agevole "Ferrata Sartor".

L'ultima gita estiva in calendario si svolgerà il 18 settembre sul Monte Chiampon, panoramica sentinella che sovrasta Gemona, che verrà salito lungo la traccia del versante sud, conosciuta per il "Passo della Signorina", un tratto ripido dove per alcuni metri si dovranno riporre i bastoncini.

Buona estate e buone escursioni a tutti, vi aspettiamo numerosi alle presentazioni delle gite!

F.B.

BIVACCO SOTTO LA ROCCA

editore: CAI - sezione di Monfalcone, via Marco Polo, 7
Casella Postale 204 - tel. e fax 0481 480292

e-mail: bivaccosottolarocca@caimonfalcone.org

internet: www.caimonfalcone.org

direttore responsabile: Matteo Contessa

redazione: Marco Bianco e Paola Pontini

stampa: Tipografia Budin - Gorizia - tel. 0481 522907

autorizzazione tribunale Gorizia n° 248 del 01/12/1993

hanno collaborato a questo numero: Gianfranco Beltrame, Fabio Bonaldo, Martina Dizorz, Fabio Fabi, Rosario Lo Cascio, Paolo Nicoli, Angelo Santangelo, Giulio Tagliapietra e Patrick Tomasin.

foto in prima pagina: Ponte sulla Ferrata Dibona (F. Bonaldo)

le foto, salvo diversa indicazione, appartengono all'autore dell'articolo.

numero chiuso in redazione: 31 maggio 2016