

Notiziario della Biblioteca di Gressan

Gargantua



Poste Italiane S.p.a. - Spedizione in A.P. - 70% - DCB (Aosta) - N. 1 - 2024



n°1
2024



Notiziario della Biblioteca di Gressan

N. 1 • 2024

Pubblicazione quadrimestrale

Direzione e redazione

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

Direttore responsabile

Piero Minuzzo

**Registrazione
al Tribunale**

di Aosta n. 14/97
del 21.11.1997

Impaginazione e stampa

Tipografia DUC
SAINT-CHRISTOPHE (AO)

Materiale fotografico

a cura di Roger Berthod

In copertina

"Guerriero danzante
ai piedi del monte"

Quarta di copertina

"12 Asana per la pace
e la forza interiore"

Contributi fotografici

Evi Garbolino (I light Pila)

In questo numero

Editoriale	1
Le novità	2
Quelli della torre. Suggerimenti di lettura	5
Libri	6
Libri&Dvd - Amore, a 360°	7
BD/GN: ultimi arrivi	8
Ora e sempre 2024/25: sguardi sulla resistenza	11
Rinnovare la tradizione: è possibile? Suggerimenti e riflessioni da Digourdi	12
Siamo esseri umani	14
Qui vole, chante et arbore un plumage coloré?	16
Davide Brusaferrero	18
La fitoterapia nel controllo della glicemia	20
In forma all'estate, tra alimentazione e stile di vita	22
Il volo di Mulu'	24
Ultime dalla Conca di Pila	26
Moureun	28
Gressan. Museo a cielo aperto	30
Pomeriggi insieme	32
L'Académie de Saint-Anselme fra tradizione e progresso	34
Les carnivals de montagne	38
Riscoprendo la tradizione alpina attraverso l'attrezzatura invernale d'antan: mostra "Neve e ghiaccio"	40
Inaugurazione C.E.A. di Gressan	43
Gressan aderisce all'associazione Citta' del Vino	44
Investimenti culturali	45
Notizie da Jovençon	48
I nostri appuntamenti / Contatti	

EDITORIALE

di **Valentina Salzone**

A come Amore

"Amarsi. Però c'è una cosa da dire: che il tempo passa e il problema fondamentale dell'umanità da duemila anni è rimasto lo stesso: amarsi.

Solo che ora è diventato più urgente, molto più urgente e quando oggi sentiamo ancora ripetere che dobbiamo amarci l'un l'altro sappiamo che ormai non ci rimane molto tempo.

Ci dobbiamo affrettare. Affrettiamoci ad amare. Noi amiamo sempre troppo poco e troppo tardi. Affrettiamoci ad amare perché al tramonto della vita saremo giudicati sull'amore.

Perché non esiste amore sprecato e perché non esiste un'emozione più grande di sentire quando siamo innamorati, che la nostra vita dipende totalmente da un'altra persona, che non bastiamo a noi stessi e perché tutte le cose, ma anche quelle inanimate come le montagne, i mari, le strade, ma di più, di più, il cielo, il vento, di più le stelle, di più le città, i fiumi, le pietre, i palazzi, tutte queste cose che di per se sono vuote, indifferenti, improvvisamente quando le guardiamo si caricano di significato umano e ci affasciano, ci commuovono, perché? Perché contengono un presentimento d'amore anche le cose inanimate, perché il fasciamo di tutta la creazione è amore e perché l'amore combacia con il significato di tutte le cose, la felicità.

Sì, la felicità. A proposito di felicità: cercatela, tutti i giorni e continuamente; anzi chiunque mi ascolti ora si metta in cerca della felicità, ora, in questo momento stesso perché è lì. Ce l'avete, ce l'abbiamo perché l'hanno data a tutti noi, ce l'hanno data in dono quando eravamo piccoli, ce l'hanno data in regalo, in dote ed era un regalo così bello che l'abbiamo nascosto come fanno i cani con l'osso quando lo nascondono e molti di noi l'hanno nascosto così bene che non si ricordano dove l'hanno messa ma ce l'abbiamo, ce l'avete.

Guardate in tutti i ripostigli, gli scaffali, gli scomparti della vostra anima, buttate tutto all'aria, i cassette, i comodini che c'avete dentro, vedrete che esce fuori. C'è la felicità. Provate a voltarvi di scatto magari la pigliate di sorpresa ma è lì. Dobbiamo pensarci sempre alla felicità e anche se lei qualche volta si dimentica di noi, noi non ci dobbiamo mai dimenticare di lei fino all'ultimo giorno della nostra vita [...]"

Per iniziare questo primo numero del nuovo anno ho pensato di proporvi una parte del monologo di Roberto Benigni sull'amore e la felicità (potrete trovare il video completo del monologo nel QR Code).



L'amore è il tema che abbiamo scelto per creare la nostra nuova vetrina.

Avete capito bene... Da quest'anno la nostra vetrina si rinnova!

Prima di tutto cambia la sua collocazione: la nuova vetrina si trova al terzo piano vicino al bancone del bibliotecario.

Non avrete problemi a riconoscerla perché è colorata (abbiamo scelto uno sfondo giallo per renderla più bella e luminosa) e ogni mese la arricchiremo con disegni, adesivi, scritte, gadget,... Non passerà inosservata!

Allo stesso tempo i libri e i dvd che la comporranno avranno tutti una fascetta gialla con la scritta "La nostra vetrina !!!".

Ogni mese vi proporremo una vetrina sempre diversa, attinente ad un tema specifico: per il mese di febbraio il tema scelto era "l'amore" (l'amore per una persona, l'amore per gli animali, l'amore per la famiglia, l'amore per un ideale, l'amore per se stessi, l'amore passionale, l'amore romantico...).

Inoltre le proposte della vetrina inerenti al tema scelto si aggiorneranno anche nel corso del mese stesso. Troverete sempre "libri e dvd con la fascetta gialla" adatti a tutti, dai più piccoli ai più grandi: potrete tranquillamente consultarli in biblioteca oppure prenderli in prestito.

La vetrina si trasforma e diventa un'occasione per trovare nuove proposte, nuovi stimoli, nuovi spunti di riflessione o anche semplicemente per riscoprire vecchi libri e film che vi hanno fatto emozionare.

Siete quindi tutti invitati a venire a scoprire le vetrine dei prossimi mesi.

Vi aspettiamo!

LE NOVITÀ

Rubrica di Nicoletta Dabaz,
con la collaborazione di Paolo Risi (ragazzi) e di Simone Mombelli (manga)

DACIA MARAINI

Bagheria - 2012

Rizzoli

Bagheria è un comune siciliano in provincia di Palermo, noto per il suo splendido mare, i suoi palazzi aristocratici, il cibo delizioso, le torri saracene e i castelli medievali, le tonnare e l'odore di sale. Un luogo di villeggiatura come solo in Italia se ne possono trovare.

Ma Bagheria è anche un libro: un breve racconto in cui l'autrice, Dacia Maraini, intreccia abilmente memoria, ricerca delle origini, sentimento, ricordo nostalgico di un passato e di una realtà ormai tramontati, e lo fa con pudore e riservatezza.

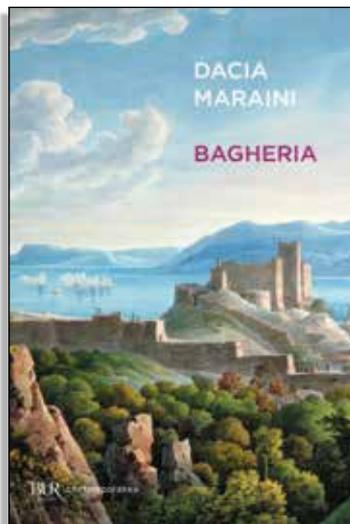
Il linguaggio è raffinato e discreto, ogni parola sembra scelta con cura, tutt'altro che casuale.

La storia è autobiografica e ci riporta alla fine della seconda guerra mondiale, quando la Maraini torna dal Giappone, dove viveva con la sua famiglia per via del lavoro del padre e dove trascorse un periodo in un campo di concentramento a Tokyo. Avendo rifiutato di aderire alla Repubblica di Salò, imposta dal governo giapponese, i suoi genitori assieme alle tre figlie, tra cui appunto Dacia, furono internati.

Rientrata in Italia, torna alle sue origini, in Sicilia. E lì trova una Bagheria povera, abbandonata e decadente.

Con aneddoti, esperienze, situazioni, personaggi stravaganti e numerose divagazioni sul passato, nel libro si affrontano argomenti importanti e forti come la storia della Sicilia, il ruolo delle donne in una società ancora piuttosto sessista e maschilista, la complessità dei rapporti.

Ampio spazio è dedicato al tema della famiglia materna, che è centrale. L'autrice parla molto dei



parenti che l'hanno ospitata nonostante i rapporti non buoni. La Maraini non manca di descrivere l'aristocrazia da cui discende con occhio critico e se ne dissocia, finendo quasi per rifiutare quel mondo retrogrado e percepito come ostile.

Bagheria è vista e descritta sotto aspetti diversi: quello geologico, culinario, politico, tradizionale, della gente e perfino della mafia.

Senza dubbio un racconto profondo, sullo sfondo di quello che una volta era solo un piccolo paese decadente e abbandonato e

che, oggi, invece, è diventato un rinomato luogo di villeggiatura, solare e affascinante.

Nata a Fiesole nel 1936, Dacia Maraini è una delle più importanti e influenti scrittrici italiane. Il suo primo romanzo è stato pubblicato all'età di 26 anni, seguito da una ventina di romanzi, numerose raccolte di poesie, saggi e cortometraggi. Ha fondato compagnie teatrali, scritto sceneggiature di film e opere teatrali che vengono rappresentate in tutto il mondo. La sua scrittura, celebrata con numerosi premi, è stata tradotta in decine di lingue.

Tra le opere più famose sono annoverate oltre a Bagheria, La lunga vita di Marianna Ucrìa, Buoio, La grande festa.



JACK LONDON

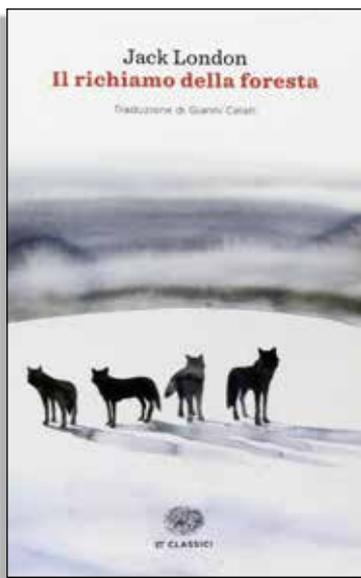
Il richiamo della foresta

2016

Einaudi

Riscoprire i grandi classici della letteratura per ragazzi riserva molte piacevoli sorprese. Le storie narrate sono avvincenti, emozionanti e, soprattutto, hanno una ricchezza che le rende adatte anche a un adulto. È forse questa la loro qualità principale: seguendo i protagonisti nelle loro avventure, infatti, ci si immerge in vicende originali, che descrivono una realtà complessa, in cui le azioni e i sentimenti sono articolati e analizzati in profondità, mai schematici e banali; le situazioni descritte possono talvolta essere crude, ma permettono al giovane lettore di riflettere e maturare. In effetti, la letteratura di formazione dovrebbe contribuire a far conoscere il mondo e a sviluppare gli strumenti per affrontarlo, oltre naturalmente a catturare la fantasia di chi legge. Queste caratteristiche si trovano ne "Il richiamo della foresta" di Jack London, sicuramente uno dei più celebri romanzi per ragazzi, come dimostrano i numerosi adattamenti cinematografici di cui è stato oggetto.

Il protagonista non è un uomo, ma il maestoso cane Buck, che da una comoda vita californiana, nella tenuta del giudice Miller, viene brutalmente catapultato nella primordiale e feroce realtà della corsa all'oro del Klondike. Siamo alla fine del diciannovesimo secolo e migliaia di persone tentano la fortuna, spesso improvvisandosi cercatori, nelle fredde regioni tra Canada e Alaska. L'avidità umana stravolge anche la vita di molti cani, usati come traino per le slitte, unico mezzo di trasporto sulla neve e il ghiaccio. Inizialmente rapito da un giardiniere della tenuta, Buck viene venduto a chi si occupa di fornire i cani ai cercatori e conosce per la prima volta la violenza. Viene poi comprato da François e Perrault, due funzionari del governo canadese, e inserito nella muta che traina la slitta



del servizio postale. Qui si consuma anche la sua rivalità con Spitz, il capo muta. Dopo aver percorso migliaia di chilometri e terminato il lavoro, viene venduto a Hal, Charles e Mercedes, tre inesperti cercatori d'oro che lo sottopongono a fatiche ancora più grandi e con cui rischia la vita. Viene infine salvato da John Thornton, con cui stabilisce un rapporto di autentico reciproco amore.

Il libro racconta questa nuova vita di Buck, tra brutalità, duro lavoro, incontro con animali e uomini spesso ostili quanto la natura estrema in cui la vicenda si svolge e che rende l'esistenza

una lotta per la sopravvivenza. Buck imparerà rapidamente le leggi dell'ambiente in cui si trova e saprà anzi imporre la sua supremazia, sentirà sempre più forte il richiamo degli antenati lupi, la voce dell'istinto selvaggio e raggiungerà così la consapevolezza della sua vera natura.

Un romanzo da leggere, quindi, che regala forti emozioni, in cui non mancano gli episodi cruenti ma neppure quelli commoventi.

Jack London non ha lavorato solo di fantasia per la stesura del suo capolavoro. Ha infatti tratto spunto dalla sua reale partecipazione alla corsa all'oro, una delle tante attività che hanno caratterizzato la sua avventurosa vita. Lo scrittore statunitense, infatti, prima di raggiungere la fama letteraria, ha svolto i più svariati lavori.

Oltre a "Il richiamo della foresta", altri suoi testi sono diventati classici, come "Zanna bianca" e "Martin Eden".



NAOE**Tokyo aliens. Vol. 1 - 2023***Star Comics*

Tokyo Aliens è un manga scritto e disegnato dall'autrice Naoe, serializzato in Giappone sulla rivista Monthly GFantasy dal 2020 e pubblicato in Italia da Star Comics.

Partendo in medias res (ossia nel mezzo dell'azione), l'opera narra la storia del sedicenne Akira Gunji, uno studente del liceo che suo malgrado scopre l'esistenza degli alieni e che essi si trovano sulla Terra, facendo conoscenza con uno di loro. Inoltre, scopre che il suo compagno di scuola Sho Tenkubashi lavora per l'organizzazione Alien Management Organization, abbreviata in A.M.O., la quale si occupa di gestire gli alieni giunti sulla Terra per turismo, ma anche quelli che possono causare problemi, fatto che accade di rado ma sempre possibile.

Facente parte del filone shōnen, già presentato precedentemente sulle pagine di questo giornale, il fumetto è il secondo lavoro dell'autrice, dopo il primo di genere sportivo Aoharu x Machinegun del 2012. Nonostante venga presentato come un ragazzo piuttosto comune, a tratti anche mediocre, il protagonista Akira ha in realtà un grande coraggio e pur di aiutare il prossimo è disposto a mettere la sua vita prima degli altri. Vuole diventare un giorno un poliziotto, proprio come suo pa-



dre, morto in un incidente stradale anni prima... o forse no?

È solito per questo genere di manga avere come personaggio principale qualcuno che a prima vista non sembra molto speciale o particolarmente dotato, sottovalutato da chiunque, che invece dimostra di possedere una gran quantità d'animo, o di essere una persona generosa e pronta al sacrificio. Ad esempio, il protagonista di My Hero Academia, uno dei titoli shōnen più recenti e celebri, viene proprio introdotto come un "povero" ragazzino senza poteri in un

mondo di persone quasi tutte dotate di superpoteri dalla nascita, che per via della sua immensa determinazione e risolutezza viene comunque aiutato nel suo sogno di diventare un supereroe, ricevendo in dono un superpotere.

L'opera è un fantasy fantascientifico d'azione che potrà piacere soprattutto ai ragazzi delle superiori e agli appassionati del filone, con una trama incalzante e un'impostazione tipica del genere.



QUELLI DELLA TORRE SUGGERIMENTI DI LETTURA

a cura di Luigi Sorcelli

“Dove non mi hai mai portata”, Einaudi, 2022 di Maria Grazia Calandrone (Milano, 15/10/1964).

Non è sempre facile ricostruire il nostro passato, le nostre più intime radici familiari: figuriamoci se sei una bambina di otto mesi e i tuoi i genitori dopo averti abbandonato in un prato, poco dopo si suicidano annegandosi nel Tevere: ma perché? Questa, forse, è la domanda che l'autrice si pone: Maria Grazia Calandrone si impegna in un percorso di ricostruzione meticoloso e doloroso, che però le permetterà di restituire piena dignità a Lucia Galante, sua madre: ne comprenderà le ragioni al di là di stereotipi e ingiustizie sociali e giuridiche. Quando l'autrice inizia la sua ricerca ha ben pochi “documenti”; si tratta di due foto: nella prima, la madre è in seconda elementare; nella seconda, è una ventitreenne in abito da sposa, vittima di un matrimonio infelice.

A questi documenti se ne aggiungeranno altri: fotografia della carta di identità, certificati di nascita, vaccinazione, referti di autopsie, articoli di giornale: riferimenti asettici, crudeli, di difficile interpretazione.

Ne citiamo uno: si tratta della lettera che Lucia Galante, prima di abbandonare la figlia e suicidarsi con il suo compagno ha indirizzato al quotidiano “L'Unità”:

“La bambina trovata a Villa Borghese si chiama Greco Maria Grazia. L'ho abbandonata in Roma. Perché il mio amico non aveva possibilità finanziarie da sostenerla e mio marito diceva che non era sua. Trovandomi in condizioni disperate, Non ho scelto altro che lasciare mia figlia alla compassione di tutti, ed io con il mio amico pagheremo con la vita ciò che abbiamo fatto. o, indovinato o, sbagliato”
Galante Lucia Greco.”

Calandrone inizia un percorso di ricostruzione storica e emotiva che la impegnerà dal 2021 al 2022: accompagnata da Anna, la sua figlia adolescente. Quali i riferimenti spaziali? Innanzitutto Palata, comune rurale del Molise (provincia di Campobasso), in cui Lucia Galante, di umile famiglia contadina, na-



sce e cresce. A Palata avrà un matrimonio imposto dalla famiglia, ma avrà un'intensa relazione adulterina con Giuseppe Di Pietro, dalla quale nascerà l'autrice. C'è poi Milano, meta, sogno di tanti immigrati meridionali e luogo di nascita di Maria Grazia Calandrone.

Roma: dove si consumeranno gli eventi più tragici della vicenda.

Calandrone alterna diversi registri linguistici: a tratti, sembra di leggere un legal thriller con tanto di ipotesi, deduzioni, conclusioni; spesso c'è un intento do-

documentaristico: viene ricostruito il contesto storico - culturale delle vicende: seconda guerra mondiale in Molise, migrazioni interne, “miracolo economico”, ma c'è anche un occhio ai fenomeni di costume: il giorno in cui la protagonista viene abbandonata, i Beatles si esibiscono in uno spettacolare concerto a Milano!

Ci sono poi inserti poetici, perché, non scordiamolo, Maria Grazia Calandrone è anche una poetessa. Il mix fra i diversi registri non è sempre felice e richiede attenzione da parte del lettore.

Vi fornisco alcune suggestioni che potrebbero arricchire la vostra lettura.

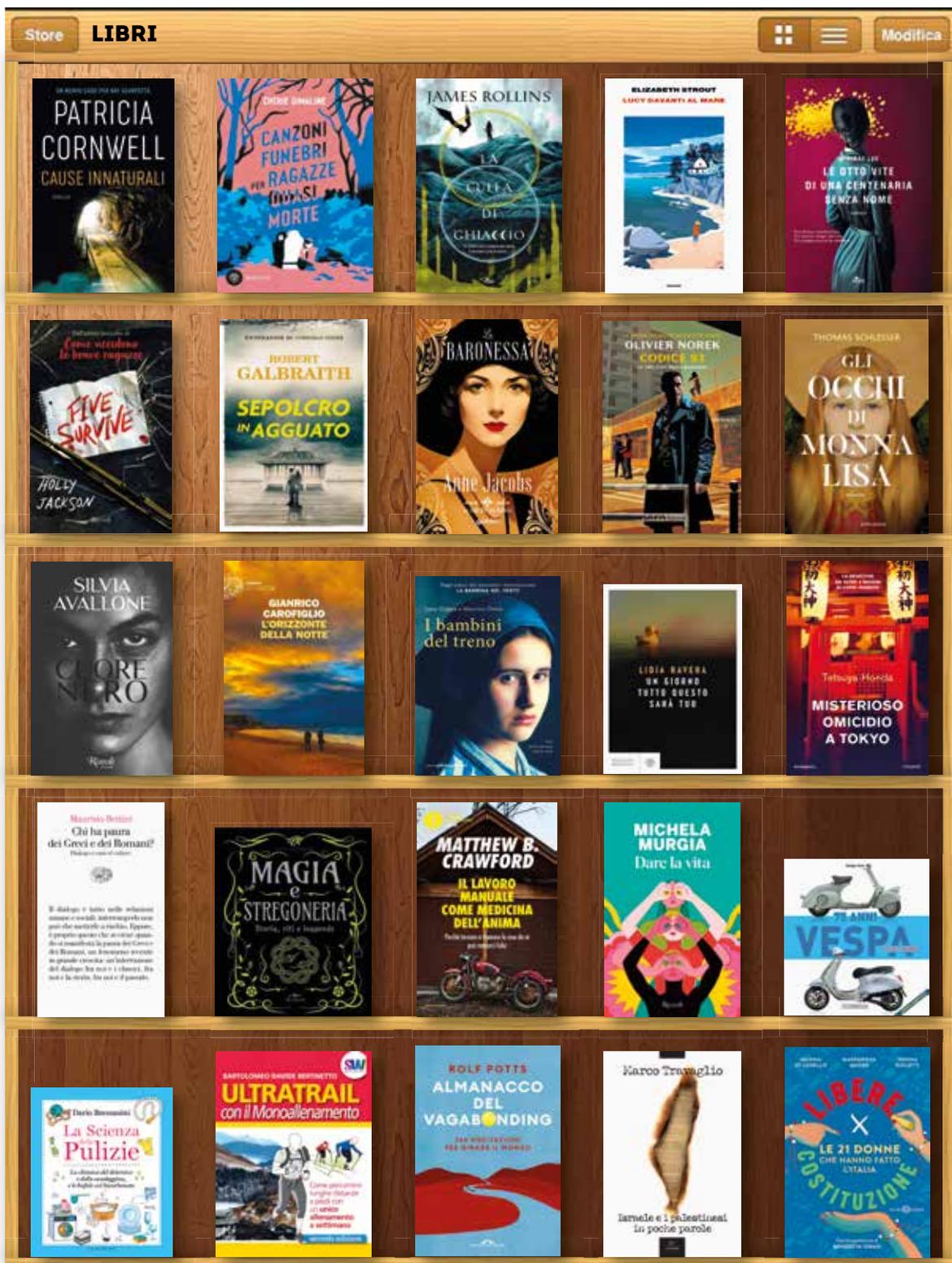
Cesare Pavese, “La luna e i falò”. Anche qua, seppur, in modalità diverse e con esiti diversi c'è una riflessione sulle proprie radici.

Carmen Consoli: la “cantantessa”, con “In bianco e nero”, ci propone una struggente interpretazione dei rapporti fra madre e figlia.
[https://www.youtube.com/watch?v=1WCEV6wwd7c&ab_channel=MegaPoomba]

Maria Grazia Calandrone, “Splendi come vita”, dedicato alla madre adottiva.

Buone letture.

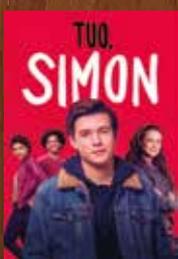
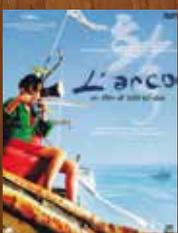
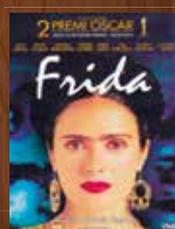
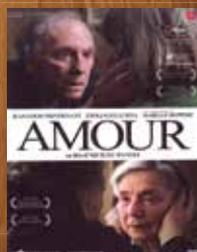
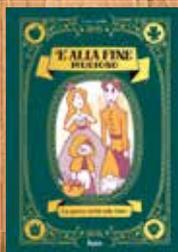




Store

SCAFFALE LIBRI & DVD SUL TEMA "AMORE A 360°"

Modifica



BD/GN: ULTIMI ARRIVI

Rubrica di Massimo Cappelli (www.magazine.ubcfumetti.com)

AMAURY BÜNDGEN

Il rito - 2023

Gallucci Balloon

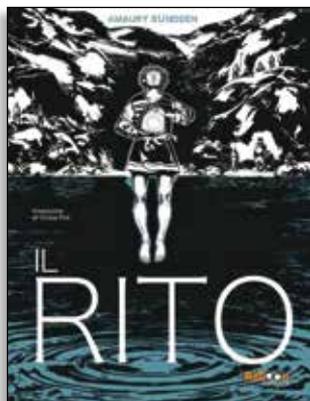
Il Rito è la prima opera pubblicata in Italia dal fumettista di Lione Amaury Bundgen, un dark fantasy caratterizzato da uno spettacolare disegno bianco e nero.

In un altrove fantastico un giovane sacerdote decide di vendicare il suo popolo, i Kevar, sterminato senza alcuna ragione dai sanguinari Haimar, celebrando un misterioso rito sulle rive di un lago di montagna, di fronte all'esercito nemico, minando alla base il loro potere e le loro alleanze.

Bundgen che si è scoperto fumettista a 40 anni, realizza un'opera dura, creando un mondo fantastico, dove si riverberano in maniera evidente le inquietudini contemporanee, il desiderio di conquista e di annichilire altri popoli che caratterizzano i regimi militari, e che porta a spazzare via una cultura pacifica in nome di un desiderio di potere senza precedenti.

Bundgen inserisce nella trama diversi elementi fantasy, con personaggi fantasiosi e inquietanti disegnati mirabilmente da Bundgen, come le scene di guerra che vengono mostrate in tutta la loro inutile efferatezza.

Bundgen inserisce nella trama diversi elementi fantasy, con personaggi fantasiosi e inquietanti disegnati mirabilmente da Bundgen, come le scene di guerra che vengono mostrate in tutta la loro inutile efferatezza.



ILARIA PALLESCHI

Conforme - 2023

Bao Publishing

L'illustratrice romana Ilaria Palleschi torna al fumetto con una storia che tratta un tema importante: i sacrifici che occorre fare, soprattutto

con sé stessi, per essere adeguati alle richieste estetiche che la società contemporanea ci richiede e il rischio che ne consegue di cadere in un disturbo alimentare.

Le sorelle Nico e Marisol sono molto diverse, soprattutto fisicamente, e queste differenze le stanno allontanando, pur essendo entrambe prigioniere della propria immagine, specularmente. Dopo un piccolo incidente Nico si risveglia misteriosamente in una realtà parallela dove le richieste estetiche sono ribaltate, e dove è lei magra ed in forma ad essere fuori posto, esperienza che le consentirà di iniziare un percorso di consapevolezza che la riavvicinerà alla sorella.

Palleschi riesce a trattare, in maniera gradevole, argomenti sensibili che rispecchiano la nostra società basata sulla necessità di apparire adeguati, con una storia divertente che lascia tanti punti di riflessione, sulla famigerata diet culture e sulla necessità di accettare prima se stessi per essere accettati dagli altri, al di là di qualsiasi imposizione di presunta normalità.



KATE BEATON

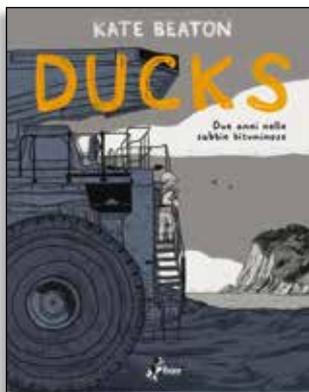
Ducks. Due anni nelle sabbie bituminose

- 2023

Bao Publishing

Kate Beaton è un'autrice canadese di fumetti a striscia sul web e Ducks è la sua prima opera di lungo respiro, che contiene con il racconto autobiografico di quando nel 2005, a 21 anni, decise di andare a lavorare nei campi petroliferi delle sabbie bituminose nel Canada occidentale per poter ripa-

gare il proprio debito scolastico contratto al momento di iniziare il percorso universitario. Qui trascorse due anni tra condizioni climatiche ai limiti della sopravvivenza in un ambiente lavorativo reso difficile dall'isolamento e dalla presenza



quasi totale di operai uomini. La giovanissima Kate, dopo aver salutato famiglia e amici, seguendo un destino comune a tanti suoi conterranei di Capo Bretone, nell'isola di Nuova Scozia, costretti a spostarsi per poter lavorare, oltre a intrecciare conoscenze con svariati personaggi, provenienti da tutto il mondo per lavorare nei campi petroliferi, subirà anche dei maltrattamenti e degli abusi, esperienze che la segneranno a lungo. Tra tematiche ambientali e la scoperta di come condizioni lavorative estreme rendano ardue le esistenze di tutti, Kate riuscirà a ripagare il suo debito e iniziare la sua carriera come fumettista, con un racconto allo stesso tempo malinconico e tenero, buffo e drammatico, romanzo di formazione e reportage sociale.

ITALO CALVINO - LORENZA NATARELLA

Il visconte dimezzato.

Il romanzo a fumetti - 2023

Mondadori

il 2023 è stato l'anno del centenario della nascita di Italo Calvino, e tra le molte iniziative Mondadori ha proposto l'adattamento a fumetti di una delle sue opere più riuscite, il Visconte Dimezzato, prima parte della sua trilogia sugli Antenati. L'adattamento del romanzo è dell'autrice milanese Lorenza Natarella, che ha utilizzato in maniera creativa e nello stesso tempo molto rispettosa il testo originale, pubblicato per la prima volta nel 1952. La storia del conte Medardo, ferito gravemente in Boemia, nella guerra Austro-Turca di fine 1600, che torna a casa a Terralba letteralmente dimezzato,

per scoprirsi cattivo, fino a quando si ricongiunge con la sua parte buona, la sinistra, altrettanto miracolosamente scampata alle ferite del campo di battaglia, è una bella allegoria dell'incompletezza dell'essere umano. La storia è raccontata come nel romanzo dal nipote del Conte, testimone di fronte alle nefandezze compiute dal proprio "mezzo-zio" e ancor più stupefatto nel conoscere l'altra metà, la parte buona che cerca di riparare le ingiustizie commesse dalla sua parte mancante. La disegnatrice Natarella è molto brava ad accompagnare la narrazione con il suo stile non realistico, capace di rendere al meglio i toni drammatici, ma anche quelli più buffi, suggellando il perfetto connubio tra opera letteraria e fumetto.



La storia è raccontata come nel romanzo dal nipote del Conte, testimone di fronte alle nefandezze compiute dal proprio "mezzo-zio" e ancor più stupefatto nel conoscere l'altra metà, la parte buona che cerca di riparare le ingiustizie commesse dalla sua parte mancante. La disegnatrice Natarella è molto brava ad accompagnare la narrazione con il suo stile non realistico, capace di rendere al meglio i toni drammatici, ma anche quelli più buffi, suggellando il perfetto connubio tra opera letteraria e fumetto.

WANG NING - NI, XU, QIN

Figlio Unico - 2021

Oblomov

Tre racconti a fumetti scritti da Wang Ning che raccontano gli effetti in Cina della politica del figlio unico, introdotta nel 1979 per contrastare la sovrappopolazione, obbligando le coppie ad avere soltanto un bambino nella loro vita. La scelta radicale del governo cinese, durata fino al 2016, ha avuto conseguenze negative nella vita di centinaia di milioni di giovani, come raccontato nei tre racconti dell'albo, per esempio nel caso in cui si debba affrontare il lutto



o la malattia di bambini in cui si è riposto tutte le proprie speranze. Wang Ning affida le sue storie a tre differenti disegnatori, dallo stile diversissimo che riescono a raccontare la Cina contemporanea di fronte alle scelte dettate dalla modernità.

GIOVANNI DI GREGORIO -
ALESSANDRO BARBUCCI

Il Tesoro di Lucille. Le Sorelle Gremillet - 2023

Tunué

Terzo volume della deliziosa serie di graphic novel per ragazzi creata dalla strana coppia Di Gregorio e Barbucci, con le avventure di 3 giovani e indomabili sorelle, arrivate in Francia già al quinto volume per la casa editrice Dupuis. La protagonista questa volta è



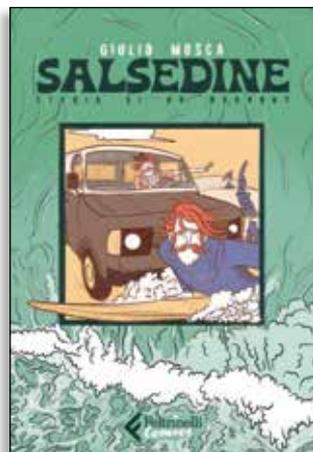
la piccola Lucille alle prese con un segreto familiare durante le vacanze di Ognissanti. Gli straordinari disegni di Alessandro Barbucci illustrano una storia dal taglio ecologista, tra presente e passato, ambientato in riva all'Oceano, dove le tre sorelle scopriranno un altro tassello nascosto della loro storia familiare.

GIULIO MOSCA

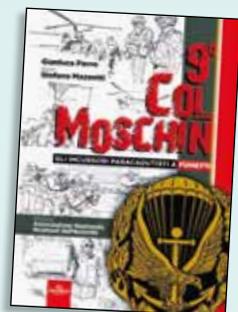
Salsedine - 2023

Feltrinelli Comics

Il Baffo è un personaggio di grande successo creato da Giulio Mosca su Instagram, già protagonista di alcune graphic novel, si è accasato nel 2021 da Feltrinelli Comics. Lo scorso autunno è apparso nelle librerie



“Salsedine. Storia di un Burnout”, con le vicende di Alfonso, scrittore in crisi che troverà la serenità su di un'isola deserta a contatto con una comunità di surfisti. Proprio la pratica del surf, disciplina assai complicata, insegnatagli dal campione Mario, dal passato tormentato, diventa per lui l'occasione di distaccarsi dalle ansie della sua vita di artista. Giulio Mosca non è un bravo disegnatore, ma sa raccontare a fumetti le sue storie, per quanto semplici e dirette, arricchendole con frasi ad effetto.



ORA E SEMPRE 2024/25: SGUARDI SULLA RESISTENZA

È un nuovo progetto organizzato dall'Associazione Culturale Monte Cervino, in collaborazione con A.P.A. e patrocinato dal Comune di Gressan. Il 25 aprile a Gressan Luciano Barisone e Paolo Momigliano Levi presenteranno il progetto e il bando per i cortometraggi; seguirà la proiezione del film *ROMA CITTÀ APERTA* di Roberto Rossellini (1945, 100').

“Guardare alla Resistenza oggi pensiamo che difficilmente possa prescindere dal guardare agli sguardi che l'Italia postfascista ha rivolto a quel periodo fino ad oggi. Ed è ancor più inevitabile se a farlo sono giovani donne giovani uomini che da quel periodo sono ancora più distanti: sia temporalmente, sia sul piano del ricordo e della testimonianza. Il cinema, con la sua potente forza espressiva e comunicativa, tra le forme d'arte, è quella che, assieme alla letteratura, ha raccontato a più riprese dal 1945 (che coincide con l'anno di produzione del primo film grande sulla guerra mondiale e civile *ROMA CITTÀ APERTA* di Roberto Rossellini, pietra miliare del Neorealismo) ai giorni nostri quel drammatico e fondamentale capitolo della nostra storia democratica. Per questo il cinema. Per questo motivo un percorso



di 6 film tra Italia e Francia che racconta questi sguardi diversi che hanno percorso 80 anni della nostra storia. E per questo anche 5 nuovi sguardi da abbinare a questi classici: quelli di 5 registi e registe valdostani, tra i quali daremo priorità agli under 35, per rinnovare questo sguardo, in Valle d'Aosta. 5 cortometraggi che raccontano, sul territorio valdostano, lo sguardo contemporaneo sulla Resistenza.

Dal nostro punto di vista non avrebbe senso riproporre solo gli sguardi della cinematografia passata. La Resistenza è anche resilienza

della memoria, ricordare per rinnovare l'azione del liberarsi. Perciò è importante che questo sguardo si rigeneri e si rinnovi. Da qui l'idea di sovrapporre quello di registi che hanno fatto la storia del cinema italiano e francese con quelli dei giovani autori valdostani che con i loro cortometraggi ci propongono il loro sguardo nuovo e rinnovante. Indiremo un bando al quale potranno partecipare tutti filmmakers valdostani di tutte le età e dei 5 che verranno selezionati 3 dovranno essere under 35. I 5 vincitori dovranno girare il loro film entro l'anno e presentare il loro progetto e un teaser del loro film entro fine 2024, nell'apposita serata prevista a Gressan.”



RINNOVARE LA TRADIZIONE: È POSSIBILE?

SUGGERIMENTI E RIFLESSIONI DA DIGOURDI

di **Fabien Lucianaz**

Le Digourdi è una compagnia teatrale amatoriale di Charvensod nata nel 2008 da un gruppo di giovani compaesani con la voglia di divertirsi e di creare qualcosa di nuovo. I membri effettivi si succedono e si rinnovano col passare del tempo ma lo spirito iniziale resta sempre invariato. In particolare negli ultimi anni, Le Digourdi si caratterizzano per un intrattenimento valdostano a 360 gradi: teatro e contenuti audiovisivi quali canzoni, videoclip musicali o sketch comici. Tutto ciò viene fatto prevalentemente in patois. Il motto della compagnia è "voya de riye é de fée riye" ("voglia di ridere e di far ridere"): infatti, ciascun prodotto artistico di Le Digourdi si caratterizza per essere ironico ed espressione originale del contesto locale. La compagnia è proiettata nella modernità con l'intento di innovare la tradizione, mantenendola vivente. Veniamo qui, dunque, alla domanda che guida la

stesura di questo articolo: si possono innovare la tradizione ed il patois, avvicinandoli quanto possibile anche ai più giovani? Si tratta, senza dubbio, di un tema complesso, e chi scrive non ha certo la pretesa di avere una risposta. Si possono, però, portare alcuni esempi per rendere più chiaro il concetto di "rinnovamento" della tradizione.

Le Digourdi cerca da sempre di situare i propri contenuti dialettali nel presente, nel qui ed ora, proiettandosi così verso il futuro e non relegandoli dunque ad una narrazione nostalgica e puramente di "revival" folkloristico, idea che - troppo spesso - risulta associata al concetto di tradizione. Che possa essere questa la chiave da seguire nel proporre nuovi contenuti dialettali in grado di sollevare un genuino interesse da parte del pubblico odierno?

A livello teatrale si pensi a Dedeun Defoua, l'a-





dattamento del cartone Disney Pixar "Inside Out", portato in scena al Teatro Splendor di Aosta nell'ambito della rassegna del Printemps Théâtral 2023. Interpretata dai Pégno Digourdi, la costola della compagnia composta da soli bambini, questa pièce può rappresentare un esempio di come un contenuto moderno ed al passo coi tempi sia stato trasposto in patois e riproposto in "salsa valdostana": una trama moderna e frizzante viene veicolata in dialetto, dando una scossa allo schema canonico su cui, negli anni, si è sedimentato il teatro popolare.

Le stesse considerazioni potrebbero essere fatte su "The Digourdi", il video che riproduce nella realtà la sigla di apertura del cartone animato "The Simpsons". Girato nel comune di Charvensod, il filmato (disponibile, come tutti gli altri contenuti multimediali, sul canale YouTube della compagnia) è stato usato come "trailer" per annunciare la pièce "Eun Dzano Eumparfé", poi recitata sempre allo Splendor di Aosta nel marzo 2022.

È anche e soprattutto nei progetti musicali che il processo di "rinnovamento" diventa concreto e tangibile, complice anche le potenzialità offerte



dai social network che permettono ai contenuti di arrivare ad un pubblico vasto. Si può citare la canzone Tsarvensou Lidò, che rielabora localmente il successo di una hit estiva national-popolare, oppure ci si può soffermare sul progetto Paolle Sarvadze ("parole selvagge"). Quest'ultimo consiste in una serie di canzoni inedite di genere rap/urban - il genere ormai più ascoltato a livello globale - in cui ricerca lessicale e giochi di parole nuovi incontrano citazioni ad elementi della tradizione ed a fatti che caratterizzano (o hanno caratterizzato) la vita valdostana. Per esempio, citazioni al canonico Jean Domaine o ad altri grandi del passato nostrano. Il tutto è, inoltre, accompagnato da videoclip musicali in cui si può ritrovare una commistione di elementi moderni e tradizionali.

Il dialetto in Valle d'Aosta è una realtà ancora viva, è del tutto normale ascoltare una conversazione in patois mentre si passeggia nelle vie di un villaggio della regione. Abbiamo la fortuna di poter ancora, ad oggi, toccare concretamente con mano questo patrimonio immateriale. Ed è per questo che è possibile credere di ricostituire un pubblico, anche fra i giovani, che possa interessarsi alla lingua dialettale e alla tradizione ed identità da essa veicolate e viceversa. Certo, per far sì che tutto ciò si realizzi, è - forse - necessario tornare ancora una volta da dove siamo partiti: innovare la tradizione, creando il presente, proponendo contenuti in grado di coniugare tradizione e progresso, passato, presente e futuro.

Dzenta friye!



SIAMO ESSERI UMANI

di Alice Ravello

Per secoli e secoli diversi filosofi si sono interrogati su cosa significasse essere umani. Su quale sia l'effettiva differenza tra un animale e un uomo. Cartesio nel 1644 affermò "Cogito Ergo Sum", penso dunque sono, aprendo un'era filosofica all'interno della quale l'uomo ha creduto di differenziarsi dall'animale solo grazie alla propria mente pensante. Eppure, il pensiero non è una prerogativa esclusiva degli esseri umani, anche molti animali possiedono una mente, anche se funziona in modo diverso dalla nostra.



La moderna psicologia, infatti, afferma che la mente sia un incredibile strumento a nostra disposizione, ma così articolato che spesso capita di perderne il controllo e di arrivare a soffrire perché non sappiamo utilizzarlo nel modo corretto. Ma se i pensieri non sono una prerogativa della nostra esistenza, cosa significa davvero essere umani?

Se osserviamo attentamente ciò che davvero ci differenzia dagli animali, che sono istinto puro, notiamo che noi umani abbiamo una capacità cerebrale che tutti gli altri esseri viventi non possiedono: un'intima e profonda necessità di capire cosa ci sia di più. Dentro ogni umano prima o poi nasce la domanda, io da dove vengo? Dove andrò quando morirò? Qual è lo scopo della mia esistenza? Cosa c'è al di là dell'universo?

Domande che ci fanno sentire piccoli come delle particelle subatomiche. Forse per alcuni di voi, cari lettori di questo articolo, questa domanda non è ancora arrivata, ma per la maggior parte di voi si è già presentata. Nessun animale si è mai domandato perché esiste, noi ce lo siamo domandati spesso e ognuno si è dato delle risposte diverse.

La cosa interessante è che rispondere a questa domanda è qualcosa di estremamente intimo e personale e la risposta che scegliamo di darci è perfettamente in linea con la nostra storia, con il nostro percorso. Continueremo a porci tale domanda finché la nostra risposta interiore non ci renderà pienamente soddisfatti.

Per ciò che riguarda la mia esperienza personale, quando mi sono avvicinata alla filosofia dello yoga ho trovato delle risposte che mi hanno davvero soddisfatta. Delle risposte che non mi hanno suggerito nessuna informazione nuova, ma



semplicemente mi hanno trasmesso una sensazione particolare, come quando qualcuno ti parla di un tuo ricordo lontano a cui non pensavi da anni e che quando ti torna alla mente crea in te un grande senso di stupore.

Nella filosofia yogica si ritiene che la vita che stiamo attualmente vivendo, altro non sia se non un segmento circoscritto tra la nascita e la morte, facente parte di un'esistenza circolare, all'interno della quale si susseguono tante vite diverse. In pratica stiamo parlando di reincarnazione, di una piccola anima che è rimasta bloccata all'interno di un eterno ciclo di morte e rinascita. Quando questa povera anima rimane bloccata in questa situazione, essa vive nell'illusoria credenza di essere sola, separata da tutte le altre anime sole. Quindi vive le sue piccole esistenze con un costante e profondo senso di mancanza. L'anima passa la sua intera vita desiderando e ricercando qualcosa, spesso tante cose e tutto ciò che lei desidera è fonte di una grande sofferenza. Ogni singola volta che i suoi desideri non vengono realizzati, e questo accade spesso, lei soffre infinitamente. Così continua a vagare per il mondo, a perdersi in questa illusione di solitudine. Ma un giorno accade qualcosa di imprevisto che rompe l'inerzia del suo errare senza meta: di fronte a sé cade uno strumento, come un attrezzo da lavoro. Questo strumento si chiama Yoga e si tratta di una antichissima disciplina millenaria che aiuta le anime a liberarsi da questo circolo vizioso di desiderio e sofferenza. Grazie alle pratiche che vengono insegnate, gli esseri umani imparano a guardarsi dentro, invece di continuare ad osservare l'illusione in cui sono persi. Guardandosi

dentro scoprono il vero mondo. Trovano il perché della loro stessa esistenza. Iniziano a prendere delle scelte diverse. Iniziano una vera e propria trasformazione, percorrendo un cammino che li conduce dall'essere animali ad essere degli Dèi.

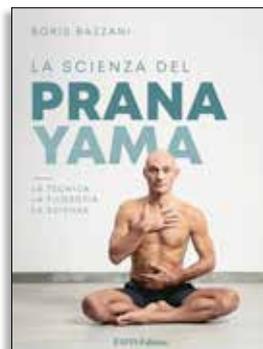
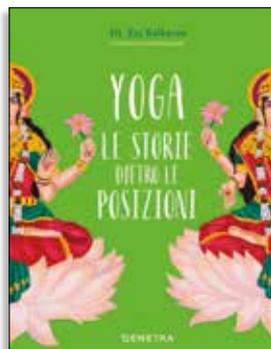
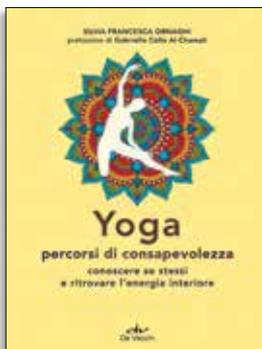
Guardando veramente a fondo possiamo scoprire cosa sia il divino. Abbiamo cercato disperatamente questo Dio all'infuori di noi, ma nel momento in cui abbiamo guardato silenziosamente nel nostro mondo interiore abbiamo riconosciuto un concetto importantissimo: la singola anima è solo una molecola di un'anima più grande. Dunque non c'è separazione tra me e il divino, io sono il divino. Ed ecco che non c'è più solitudine. Non c'è più bisogno di arrivare a niente, perché scoprendo che non siamo una povera anima persa dentro al mondo, ma che in realtà siamo il divino stesso, ecco che possiamo lasciar andare il dolore, la mente, le preoccupazioni, il passato e l'identificazione con tutto ciò che abbiamo creduto di essere. Possiamo finalmente lasciar cadere le armi e scioglierci nella felicità eterna.

Questo è lo yoga. Uno strumento. Un paio di scarpe che servono per percorrere un cammino, anzi il cammino più bello. Quello verso la gioia, l'armonia, la felicità duratura. Quello in cui scopriamo il perché del nostro essere umani, quello in cui smettiamo di sentirci soli, in cui scopriamo di non dover pregare Dio, ma che siamo noi stessi quel divino.

Un cammino così prezioso, che auguro a tutte le anime di questo mondo.

Lokah Samastah Sukhino Bhavantu

(Che ogni essere vivente possa essere felice)



QUI VOLE, CHANTE ET ARBORE UN PLUMAGE COLORÉ?

delle insegnanti della Scuola dell'Infanzia di Gressan Capoluogo

Ogni anno, dal 1963, l'Assessorato regionale Istruzione e Cultura propone e organizza il "Concours scolaire de Patois "Abbé Jean-Baptiste Cerlogne", con lo scopo di "creare nelle nuove generazioni l'interesse per il dialetto" e favorire un primo approccio alla lingua francoprovenzale in maniera ludica e divertente. Esso promuove la conoscenza del territorio, dell'ambiente in cui i bambini vivono e delle sue tradizioni, avvalendosi anche della collaborazione di genitori, nonni e altre persone anziane del paese.

Giunto alla 62^a edizione, l'argomento scelto per l'anno scolastico 2023/2024, è «Qui vole, chante et arbore un plumage coloré? Les oiseaux, l'homme et le territoire» e noi abbiamo deciso di aderire, ben volentieri.

Nello specifico il tema prevede:

- un percorso di animazione linguistica proposto da un insegnante esperto di patois;
- attività di approfondimento in classe sulla tematica data;
- realizzazione di un prodotto finale che sarà valutato da una giuria istituita dall'Assessorato;
- la partecipazione da parte dei bambini del secondo e del terzo anno alla festa finale che quest'anno si svolgerà a Courmayeur nel mese di maggio 2024.

Nell'ottica dell'"éveil aux langues" che mira a valorizzare in ambito scolastico tutte le lingue con cui i bambini vengono a contatto sia in ambito familiare che in un contesto extrascolastico, l'approccio alla lingua francoprovenzale è sempre a carattere



ludico mediante la proposta di giochi, canti, racconti facilitanti la comprensione e l'interazione verbale.

Il percorso prevede anche - oltre alla trasmissione del patrimonio linguistico locale - lo studio e la scoperta del patrimonio culturale valdostano intorno ad una tematica specifica che quest'anno è appunto quella degli "uccelli" offrendo un'apertura alle scienze naturali e portando ad una riflessione etnografica.

Interessante e importante a questo proposito è stato per gli alunni visitare presso Maison Gargantua l'esposizione itinerante "Qui l'est que vole tsante è l'at eun plumadzo colorà?", organizzata dal Centre d'études francoprovençales (Cefp) [vedi box].

Al fine di permettere una giusta preparazione degli alunni alla visita e al concorso durante l'anno sono state svolte tutta una serie di attività e nella fattispecie:

- Uscite esplorative sul territorio alla ricerca di uccelli, all'ascolto e registrazione dei loro canti;
- Incontri in biblioteca con Daniele, il bibliotecario, che ha affrontato il tema con il materiale bibliografico presente in Biblioteca, contribuendo ad aumentare le conoscenze dei bambini sugli uccelli in generale;



- Visione di libri a carattere scientifico per imparare a riconoscere e distinguere tra loro i principali uccelli che si possono osservare in paese e nei boschi della zona;
- Presentazione di schede illustrate sulle caratteristiche degli uccelli che si possono osservare a Gressan nelle diverse stagioni;
- Racconti, storie e leggende della tradizione popolare sul tema;
- Intervento diretto a scuola da parte di alcune nonne esperte conoscitrici sia della lingua francoprovenzale che della tematica;
- Rappresentazione grafica degli uccelli e delle loro caratteristiche;
- Registrazione delle diverse fasi del lavoro svolto attraverso foto, video, disegni, drammatizzazioni, memorizzazione di canzoni e dialoghi;
- Documentazione del percorso effettuato mediante un prodotto finale, attualmente in fase di realizzazione, che verrà consegnato entro fine aprile 2024 al Brel e che sarà valutato da un'apposita giuria.



Depuis 2019, le Centre d'études francoprovençales a entrepris une vaste collecte de noms d'oiseaux en francoprovençal, en collaboration avec de nombreux ornithologues. Plus de 100 espèces sont ainsi répertoriées avec leur dénomination francoprovençale dans une base de données qui contient aussi le nom scientifique et une photo. Avoir aménagé une exposition sur ce thème nous permis de partager avec le public une partie de ces trouvailles, qui associent des aspects culturels et des sciences naturelles à la recherche linguistique. Cette exposition est née d'une collaboration du Cefp avec le Musée régional de sciences naturelles Efisio Noussan de Saint-Pierre et la Région autonome Vallée d'Aoste (Structure Flore et Faune de l'Assessorat de l'Agriculture et Ressources naturelles et Bureau régional pour l'Ethnologie et la Linguistique de l'Assessorat des Bien et Activités culturelles)».

Christiane Dunoyer, président du Centre d'Études franco-provençales René Willien de Saint-Nicolas

DAVIDE BRUSAFERRO

di Roger Berthod

Oggi in biblioteca incontro Davide Brusafarro, giovane artigiano di Gressan che ha da poco compiuto 17 anni ma che dimostra già grande interesse e predilezione per la sua interessante attività artigianale.

Davide, ci racconti quello che fai e come è nata questa passione?

Io mi occupo delle varie fasi di lavorazione delle fibre di lana grezza, al fine di dare vita ad un filato di qualità, realizzando tessuti di vario tipo con un telaio manuale. Diciamo che le primissime nozioni del lavoro a maglia le ho avute da mia mamma, ai tempi della scuola elementare, ma erano più che altro dei tentativi di prova. Poi a distanza di alcuni anni, precisamente nel 2021, ho partecipato ad un corso di tintura presso la Maison des Anciens Remèdes a Jovencan e da lì è ripartito l'interesse per il mondo delle fibre, della filatura in generale. Successivamente ho acquistato i primi "rouets" ed un piccolo telaio da tavolo con i quali ho iniziato a creare i miei primi tessuti; dall'estate scorsa mi sono fatto fare da mio nonno, artigiano anche lui, un tombolo per poter ampliare la tipologia di lavoro con le "dentelles". Mio zio è un artigiano del legno, come anche mio nonno che è specializzato soprattutto nei giocattoli. Grazie a loro spesso riesco a recuperare parte dell'attrezzatura necessaria alla mia attività, ad esempio le carde, che altrimenti dovrei cercare nei mercatini dell'antiquariato. Sono ormai 3 anni che mi dedico a questo hobby.



Quasi inevitabilmente è quindi arrivata la partecipazione alla Fiera di Sant'Orso...

Si esatto. Questa del 2024 è stata la mia seconda da partecipazione con il mio banchetto, anche se già da un po' di anni ci andavo per dare una mano a mio nonno. Abbiamo fatto il banco insieme, lui con i giocattoli, io con i tessuti. Ho portato anche il tombolo e, viste le temperature molto miti, ho potuto filare anche in Fiera senza patire troppo il freddo alle dita. In Fiera ho portato anche il mio quaderno "Autour du fil" dove ci sono i miei disegni ad acquerello dei vari attrezzi che utilizzo, con



le didascalie in italiano, francese e patois, frutto di un piccolo lavoro di ricerca da me effettuato per l'occasione. Il disegno ad acquerello in realtà è la passione che coltivo da più tempo, già da piccolino.

Quest'anno hai ottenuto anche un importante riconoscimento ufficiale al termine della Fiera. Te lo aspettavai?

Absolutamente no, è stata una bellissima sorpresa. Mi è stato assegnato il Prix Amedée Berthod, per il più giovane artigiano promettente, con meno di 25 anni. Questo premio, arrivato così inaspettato e quindi ancora più gradito, è un bel riconoscimento per l'impegno che ho sempre messo nei miei lavori e serve anche come grande stimolo per il mio futuro.



A proposito di futuro... cosa c'è in vista?

Diciamo che per adesso preferisco pensare soprattutto al presente. Al momento sono concentrato sugli studi, frequento il terzo anno all'Institut Agricole e questo mi impegna tanto. È un indirizzo scolastico che ho scelto anche perché tocca degli ambiti collegati al mio hobby, vedi la coltivazione delle piante oppure del lino. Durante il giorno sono impegnato con la scuola, alla sera sfrutto il tempo libero per i miei lavori artigianali oppure per ricerche ad essi collegati.

Ad esempio per le dentelles ho preso spunto da campioni risalenti all'ottocento che ho trovato al Mav di Fenis. Mi diletto in tanti esperimenti di filatura, che hanno riguardato un po' tutti i tessuti, dal lino al cotone, alla canapa ed anche alla lana di alpaca, quest'ultima grazie ad un amico che mi omaggia della tosa degli animali del suo allevamento. Mi piace sperimentare anche con la tintura e scoprire sempre nuovi colori e sfumature da dare alla mia produzione di tessuti. Le mie giornate sono belle "piene", a volte anche impegnative, ma la passione che ho per questa attività fa superare più facilmente ogni difficoltà.



LA FITOTERAPIA NEL CONTROLLO DELLA GLICEMIA

di Caterina Tubere

Il termine glicemia rappresenta il valore della concentrazione del glucosio nel sangue.

Nell'organismo la sua concentrazione varia nelle diverse ore della giornata, aumentando dopo i pasti e diminuendo col digiuno e deve rimanere entro limiti definiti, per evitare gravi danni alla salute che deriverebbero da una iperglicemia (da iper = sopra) o, al contrario, da una ipoglicemia (da ipo = sotto). Una glicemia costante è fondamentale per il funzionamento del cervello, un organo definito glucosio-dipendente in quanto non è capace, come i muscoli e il fegato, di immagazzinare scorte di glucosio. Il glucosio presente nel sangue rappresenta il suo unico "carburante" e in assenza di esso le cellule cerebrali muoiono entro pochi minuti. Ma questo non significa che si debbano assumere grandi quantità di zuccheri semplici, come vedremo. Il meccanismo della regolazione dei livelli di glucosio nel sangue è un processo complesso, ma alla base del suo equilibrio agiscono principalmente due ormoni antagonisti prodotti dal pancreas, che operano in sinergia: il glucagone (prodotto dalle cellule Alfa delle isole di Langerhans, situate nel pancreas) e l'insulina (prodotta dalle cellule Beta delle isole di Langerhans), che regolano l'indice glicemico mediante le loro azioni opposte, ma coordinate e sinergiche. Quando necessario, l'insulina riduce la concentrazione di glucosio nel sangue favorendo l'accumulo di glucosio nel fegato e nei muscoli sotto forma di glicogeno, mentre al contrario il



glucagone, all'occorrenza, induce la mobilitazione del glicogeno dal fegato, che lo riversa nel sangue come glucosio per ristabilirne l'equilibrio. Dall'armonia di queste azioni opposte si ottiene il valore mediamente costante del glucosio nel sangue. I valori fisiologici di riferimento della glicemia a digiuno considerati normali vanno da 60 a 100 mg/dl, mentre valori che salgono fino a 125 mg/dl, pur non indicando una condizione di diabete, sono da considerare con particolare attenzione poiché rappresentano una situazione di rischio da tenere sotto controllo.

Il diabete si può manifestare in due tipi principali, il diabete di tipo 1 e il diabete di tipo 2, che si differenziano sia per cause assai diverse, sia per le modalità di esordio. Il diabete di tipo 1, detto anche diabete insulino-dipendente o diabete giovanile in quanto si manifesta prevalentemente in giovane e rientra fra le malattie autoimmuni, poiché causato dalla produzione di anticorpi che determinano un grave danno, irreversibile, alle cellule Beta del pancreas, che non sono più in grado di produrre insulina. Le cause del diabete di tipo 1 non sono ancora state individuate con certezza, ma ci sono dei fattori che sicuramente sono implicati nella sua comparsa, come fattori genetici, ereditarietà, fattori immunitari, fattori ambientali. Nel diabete di tipo 1 l'integrazione con fitoterapici è sconsigliata, per evitare fluttuazioni glicemiche incontrollate. Il secondo tipo di diabete, definito diabete di tipo 2, o diabete mellito, è il tipo più diffuso.



E' contraddistinto da un deficit progressivo di secrezione di insulina e dalla cosiddetta insulino-resistenza, cioè l'anomala resistenza delle

cellule all'azione dell'insulina, che non è capace di agire in modo soddisfacente. Il diabete di tipo 2 si manifesta solitamente in soggetti adulti, spesso sopra i 50 anni, anche se la tendenza va verso una diminuzione dell'età di esordio, a causa di errati stili di vita, specie se associata ad obesità in particolare addominale e alla Sindrome Metabolica. Le complicanze e i danni che il diabete di tipo 2 può arrecare all'organismo sono di natura neurologica, renale, oculare e cardio-cerebrovascolare.

E' indispensabile perciò cercare di condurre un sano stile di vita per evitare, specie in caso di predisposizione familiare, di incorrere in questa patologia. Sembra infatti che la perdita del 10% del peso corporeo, associato ad una adeguata terapia dietetica e ad una regolare attività fisica riducano il rischio di incorrere in questo tipo di diabete del 60%. L'alimentazione deve escludere o ridurre al minimo il consumo di zuccheri semplici o con elevato indice glicemico (= la velocità con cui aumenta la glicemia dopo l'assunzione di un alimento contenente 50 g di carboidrati) e di acidi grassi saturi (grassi animali), mentre è consigliabile aumentare il consumo di acidi grassi insaturi, i famosi Omega 3. Si può intervenire con la fitoterapia per cercare di mantenere costante la glicemia, anche per coadiuvare eventuali terapie farmacologiche specie se, da sole, non siano sufficienti a normalizzare i livelli glicemici, oppure quando si è in presenza di una condizione "borderline" definita di pre-diabete. Questo obiettivo si può realizzare mediante l'assunzione di integratori erboristici specifici nella cui formulazione siano presenti piante e funghi medicinali dall'azione ipoglicemizzante, come Garcinia cambogia, Agaricus, Maitake, Shiitake, Pleurotus, Coprinus, quest'ultimo in particolare ricco di vanadio, un minerale specificamente indicato per favorire il controllo della glicemia. Questi integratori erboristici migliorano la sensibilità all'insulina e



contribuiscono a rivitalizzare le cellule pancreatiche, oltre ad agire anche sulla eventuale sindrome metabolica intervenendo sui valori di

colesterolo e trigliceridi.

Altre piante come la Gymnema, la Banaba, la Momordica charantia o Melone amaro, il Nopal o Opuntia ficus indica o Fico d'India, il Baccello di Fagiolo, il Glucomannano riducono l'assorbimento dei carboidrati a livello intestinale, stimolano il rilascio di insulina, migliorando l'utilizzo del glucosio da parte delle cellule, favorendo la riduzione della glicemia e l'accumulo di grasso nel fegato, così come l'estratto della corteccia di Poterium spinosum, il cui fitocomplesso contiene sostanze definite "similinsuliniche" per la loro capacità di stimolare le funzioni di tipo ormonale del pancreas, con un'azione positiva sulla secrezione endogena di insulina.

Ancora, si utilizzano gli estratti di Caffè verde, che inibisce il processo di trasformazione di glicogeno in glucosio e il Gelso bianco o Morus alba, che inibisce gli enzimi alfa-glucosidasi, che servono per assorbire il glucosio, anche associati al Cromo in forma organica (cromo picolinato), oligoelemento che stimola l'attività del GTF (Fattore di Tolleranza al Glucosio) e la sensibilità all'insulina, o all'acido alfa-lipoico (ALA) coinvolto nella trasformazione del glucosio e dei grassi in energia e inoltre all'estratto di Cannella. Queste sostanze contribuiscono a mantenere bassi livelli di glucosio, attivano il metabolismo, controllano il senso di fame precoce e il desiderio di dolci evitando il picco glicemico che ne è una delle cause, incrementano la termogenesi contribuendo a trasformare i grassi corporei in energia per il consumo muscolare, e concorrono con queste azioni anche a ridurre la formazione dei depositi adiposi, in particolare a livello del giro-vita, glutei, cosce e fianchi. Mantenere corretti valori glicemici, evitando i picchi post-prandiali, può essere utile oltre che per scongiurare l'insorgenza del diabete di tipo 2, anche per mantenere un corretto peso corporeo ed evitare sovrappeso e obesità.

IN FORMA ALL'ESTATE, TRA ALIMENTAZIONE E STILE DI VITA

di Elena Redolfi e Jean Paul Perret - Dietisti e Biologi nutrizionisti

Le giornate iniziano ad allungarsi, il caldo si fa piano piano sentire, il pensiero rivolto alle vacanze estive che ci aspettano aumenta ogni giorno di più.

Impossibile negarlo, con l'arrivo dell'estate si cerca sempre di raggiungere la miglior forma fisica possibile, spesso con il minimo dello sforzo e la massima pretesa.

È questo un periodo molto delicato, in cui ancora troppe persone cadono nella trappola delle diete restrittive dell'ultimo minuto, o dell'inserimento di allenamenti esageratamente pesanti e mai svolti prima. Tutto con un solo obiettivo: perdere peso, delineare le proprie forme e arrivare pronti alla "prova costume".

Purtroppo, però, il risultato è nella stragrande maggioranza delle volte deludente: non riuscendo a raggiungere i propri obiettivi si instaura un circolo vizioso tra sensi di colpa, di inadeguatezza e mancata soddisfazione verso i propri sforzi e, di conseguenza, forte autocritica nei confronti del proprio corpo.

Questo succede perché ancora si crede che l'unica via percorribile sia quella della corsa ai ripari da mesi di sedentarietà, alimentazione sbilanciata e mancanza di costanza. Ecco, sono proprio questi tre gli elementi su cui bisogna lavorare, non solo nei mesi precedenti l'estate, ma durante tutto l'anno, per creare uno stile di vita sano, duraturo nel tempo e realmente efficace nel raggiungere i propri traguardi.

Vediamo insieme come agire su questi tre fronti per instaurare una volta per tutte delle corrette abitudini e un equilibrato stile di vita.

STOP ALLE DIETE LAMPO

Come abbiamo anticipato, mesi e mesi di alimentazione non bilanciata, scorretta e non equilibrata creano delle abitudini che si consolidano nel tempo e che è difficile sradicare nel breve periodo. Anzi, cercare di rivoluzionare completamente la propria routine alimentare in qualche settimana



na si rivela del tutto controproducente. Questo cambiamento, infatti, provoca un esagerato stravolgimento del proprio stile di vita, andando a danneggiare non solo il senso di fame e sazietà, ma in generale l'assetto della propria quotidianità.

Nella stragrande maggioranza dei casi si decide di adottare un regime alimentare troppo rigido e povero di nutrienti, orientandosi su alimenti "light" in tutti i pasti della giornata. Un esempio? Semplice: un frutto o uno yogurt a colazione, insalatone sconдите a pranzo e a cena, pasti in cui solitamente viene bandita qualsiasi fonte di carboidrati (pane, pasta, riso e così via) e ancora una quasi totale assenza di spuntini durante la giornata.

Sempre più diffuso è anche il mondo dell'integrazione e dei prodotti sostituitivi dei pasti, venduti come salva-linea e come astuta scorciatoia verso la perfetta forma fisica, ma che dimostrano essere strategie fallimentari, se non anzi assolutamente controproducenti.

Una così drastica riduzione di energia e nutrienti assunta viene interpretata dal nostro corpo come uno stato di emergenza, per cui si attivano i processi che aumentano lo stress dell'organismo, ostacolando la buona riuscita del percorso. Inoltre, molto spesso non si riesce a seguire una dieta lampo così restrittiva per più di qualche

settimana, se non soltanto di qualche giorno, finendo per abbandonare le speranze e concedendosi tutto ciò di cui ci si sarebbe voluti privare, in quantità analoghe se non maggiori rispetto a quelle consumate durante tutto il resto dell'anno. È evidente, quindi, che ricercare la perfetta forma fisica tramite un regime alimentare esageratamente rigido e privativo non è la soluzione.

La soluzione, quella vera, si ritrova in un regime nutrizionale bilanciato, completo e salutare, in cui tutti gli alimenti possono e devono essere inseriti, con la giusta frequenza e consapevolezza. Soltanto in questo modo si riuscirà ad arrivare ai mesi estivi soddisfatti del lavoro svolto durante tutti e dodici i mesi dell'anno.

MOVIMENTO COME STILE DI VITA

Un altro grande problema riguarda l'attività fisica. Purtroppo, fare abitualmente sport viene ancora visto come un elemento extra rispetto a uno stile di vita da mantenere nella quotidianità per essere in salute. Troppe sono le persone che non praticano nessun tipo di attività fisica, passando tutto il proprio tempo libero sul divano o impegnati in commissioni.



Queste, spesso, decidono di punto in bianco di iscriversi in palestra, o iniziare a seguire svariati tipi di corsi, cercando di creare un fisico tonico in poche settimane.

L'attività fisica, invece, dev'essere vista come un pezzo fondamentale del puzzle che compone un sano stile di vita. E ad ogni età! Il segreto è uno soltanto: trovare il tipo di movimento che più ci piace e inserirlo nella nostra routine come elemento non rimandabile. L'attività fisica, infatti, dev'essere svolta con piacere e soddisfazione per

diventare parte della nostra vita.

Facendo attività fisica tutto l'anno, e non solo per qualche mese, il corpo ne trarrà dei reali benefici, sia a livello estetico sia come benessere psicofisico. Inoltre, nel momento in cui si ricerca un calo ponderale o una definizione muscolare, lo sport, se abbinato a un corretto stile alimentare, permetterà di raggiungere risultati più rapidi e duraturi.

SOSTENIBILITÀ E COSTANZA

Abbiamo finora approfondito i due elementi fondamentali per un sano stile di vita: alimentazione e allenamento. Dopo aver deciso di intraprendere un percorso in questi termini, spesso ci si pongono degli obiettivi difficilmente raggiungibili e poco realistici. Ecco che l'impostazione dei propri obiettivi si configura come un momento fondamentale: obiettivi sostenibili e realizzabili, oltre ad una grande motivazione sono i segreti per arrivare alla fine del percorso.

L'elemento chiave, però, è la costanza.

Come già ribadito, infatti, seguire uno schema alimentare o un piano di allenamento per qualche settimana, o per qualche mese, senza avere la giusta costanza, non porterà a grandi traguardi, ma anzi al rischio di aumentare il proprio senso di frustrazione e autocritica.

Ecco il segreto per il raggiungimento e il mantenimento del proprio benessere psicofisico: la costanza. La nutrizione e l'attività fisica devono essere visti come nostri quotidiani compagni di vita, non in maniera rigida o con estrema fissazione, ma come un modo di approcciarsi al cibo e al movimento con serenità e consapevolezza. Essere costanti, ma sempre con la giusta flessibilità, ci permetterà di essere la migliore versione di noi stessi



IL VOLO DI MULÙ

di Livia Taruffi

La storia di Mulù racconta di un giovane ragazzo che abita in una casa troppo stretta per lui. Dopo una notte di temporale, grazie ad un volo immaginale, Mulù riesce magicamente a rendere trasparente il soffitto per poter guardare le stelle.

Sentivamo la necessità di sperimentare una rappresentazione teatrale che ci portasse al confine della comunicazione scenica e ci siamo chieste come avremmo potuto narrare la nostra storia ad un pubblico diversamente abile e gravemente compromesso nelle facoltà cognitive. Così la collaborazione con il CEA di Gressan, fortemente voluta dall'assessore alla cultura Elisabetta Dugros, è stata l'occasione perfetta per mettere in campo tutte quelle possibilità di "comunicazione altra" di cui l'arte si fa ambasciatrice d'eccellenza.

L'attività è stata condotta da Marta Chiaro, naturopata diplomata presso l'Accademia Tesla, musicista e cantante, operatrice olistica del suono formata presso l'Accademia Rinascere nel Suono



di Milano, e da Livia Taruffi naturopata, attrice, autrice, formatrice teatrale diplomata presso la Scuola Nazionale di Cinema di Cinecittà e la Scuola internazionale dell'Attore del Teatro Agorà di Roma. Musicista formata nel canto presso il Conservatorio di Musica di Santa Cecilia di Roma e l'Accademia Filarmonica Romana.

Entrambe fondatrici della Nuova Compagnia di Teatro di Performance d'Arte Elementa Teatro. Il focus della nostra narrazione si è svolto intorno





all'aspetto della multisensorialità e del coinvolgimento del pubblico in una vera e propria esperienza interattiva.

Ci sono stati affidati gli 11 utenti della struttura con più grave compromissione di abilità fisiche e cognitive, accompagnati dai loro operatori ed educatori.

Abbiamo scelto di utilizzare il linguaggio poetico, che parla attraverso gli archetipi e l'immagine, capace di far vivere direttamente l'emozione senza passare per il mentale.

Sono state messe in gioco varie tecnologie che appartengono al nostro bagaglio professionale e che stimolano i sensi: l'aromaterapia, il tatto, i colori. Tutte queste suggestioni hanno aiutato gli ospiti della struttura a seguire e immedesimarsi nella narrazione teatrale; a vivere direttamente gli odori, le essenze, i colori e le sensazioni della storia nella quale volevamo incontrarli. Una via di comunicazione sperimentale per abbattere le barriere e sconfinare artisticamente in un nuovo punto di incontro nella relazione oltre il codificato.

Anche la voce e il canto sono stati canali di comunicazione fondamentali con la loro plurima valenza artistica e terapeutica, supportati dagli strumenti musicali e di Armonizzazione Sonora. L'Harmonic Healing, ovvero la Suonoterapia, è un'arte terapeutica che, collocandosi nell'ambito dei trattamenti olistici, utilizza le potenzialità delle vibrazioni sonore per ricondurre la persona verso uno stato di benessere fisico, mentale

e spirituale.

Nelle Armonizzazioni Sonore di gruppo vengono utilizzati strumenti armonici e ancestrali quali Campane Tibetane, Tamburi Sciamanici, Hang Drum, Ocean Drum, Koshi, Diapason... e la voce.

Anche il Suono infatti è un linguaggio universale che crea relazione al di là della comunicazione razionale. Esso predispone il corpo, la mente, le emozioni all'apertura, in un modo delicato, nel rispetto dei tempi e della natura di ognuno.

È un linguaggio che non ha bisogno di essere "capito"; la frequenza entra nel corpo e lo armonizza. Inserire questo tipo di attività in strutture socio-sanitarie, può davvero contribuire al benessere sia degli ospiti che degli operatori sanitari, la cui mole di stress lavorativo ed emozionale va considerata e supportata.

Come spesso accade quando portiamo la nostra arte in queste situazioni "al limite", non è mai ben chiara la distinzione tra chi dà e chi riceve.

Siamo uscite dal CEA sicuramente cresciute professionalmente ma soprattutto umanamente, ancora più consapevoli degli strumenti che attraverso di noi lasciamo agire.

Grate di esperienziare una comunicazione profonda e sottile che attraverso la bellezza, la curiosità e l'amore per i mezzi che la nostra professione ci mette a disposizione, consapevoli di piantare un piccolo seme che sicuramente sarà poi integrato e portato avanti da tutti coloro che insieme a noi si interfacceranno con queste realtà attraverso i propri talenti e mestieri.

ULTIME DALLA CONCA DI PILA

di Daniela Contini (Consorzio L'Espace de Pila)

La stagione invernale 2023/24 ha preso il via il 7 dicembre: dalla valutazione delle condizioni di innevamento e delle previsioni metereologiche è derivata la scelta di posticipare l'apertura del comprensorio per garantire piste perfettamente curate e pronte ad affrontare l'intera stagione invernale, con l'obiettivo di offrire un'esperienza di qualità superiore. Durante l'estate, inoltre, è stata dedicata un'attenzione speciale all'allargamento e al miglioramento di alcune piste per offrire un'esperienza sciistica di livello ancora più alto. Tutti interventi pensati anche in funzione della nuova telecabina Pila-Couis che porterà le persone da Pila ai 2730 metri di altezza della Platta de Grevon e i cui lavori sono già iniziati. Alcune novità per l'inverno 2023/2024: è stato abbassato il piano della pista di fronte alla telecabina Aosta/Pila per portare il piano pista al livello dello sbarco, migliorandone così l'accessibilità. L'intervento è parte del progetto Lo Sci per Tutte le Abilità, che nasce dalla volontà della Regione autonoma Valle d'Aosta di rendere il proprio territorio più inclusivo, accessibile e fruibile da parte delle persone con disabilità motorie, sensoriali e/o intellettive garantendo, in particolare d'inverno, ai turisti e ai residenti più opportunità di sport e di svago. Una delle principali novità riguarda la pista numero 15, dove sono stati fatti importanti lavori di risistemazione e allargamento del tratto finale; inoltre la zona alta del Couis 1 è stata interessata da interventi sulle piste esistenti per renderle fruibili da un numero più elevato di sciatori e che garantiranno un'esperienza più piacevole per tutti. Come da tradizione dall'8 dicembre al 7 gennaio, in collaborazione con la biblioteca di Gressan, anche Pila ha partecipato per la terza edizione



all'itinerario dei presepi che ogni anno anima i Comuni di Gressan e Jovençon. Quest'anno Pila e le sue piste sono state protagoniste del presepe più grande, che partiva dal punto più basso del paese, lungo Dora, al punto più alto, la baracca Arno di Pila. L'8 dicembre siamo entrati nel vivo delle festività natalizie con l'accensione dell'albero di Natale allestito dal Comune di Gressan nei

pressi dell'arrivo dell'impianto del baby Gorraz. Era presente alla manifestazione anche la Proloco di Gressan che ha deliziato tutti con vin brulé e succo di mela caldo. Dopo la baby dance a cui hanno partecipato grandi e piccini, abbiamo acceso l'albero tutti insieme.

Le esperienze da vivere a Pila vanno anche oltre lo sci. Per conoscere ed esplorare la natura in montagna da un punto di vista slow, a Pila c'è la possibilità di essere accompagnati attraverso cinque itinerari segnalati e tracciati in collaborazione con le guide escursionistiche del territorio. Tantissime le ciaspolate organizzate tutti i martedì, mercoledì, giovedì, sabato e domenica. Per gli amanti della disciplina anche due piste di scialpinismo con accesso gratuito, percorsi tracciati e messi in sicurezza a disposizione per tutti coloro che vogliono allenarsi oppure provare il lato più wild dello sci. Il carnet degli eventi natalizi si infittisce, per vivere la montagna nell'atmosfera suggestiva del Natale. Dal 23 dicembre al 7 gennaio 2024 la mostra itinerante sulla montagna, "Neve e ghiaccio", allestita nei locali di Pila in collaborazione con l'Associazione l'Abro de Feu, ha visto protagonisti gli oggetti d'antan utilizzati per affrontare la neve e il ghiaccio, accompagnati dalle fotografie del tempo. Il materiale è stato raccolto negli anni dall'artigiano di Gressan Rinaldo Linty.

Grazie alla telecabina i clienti delle nostre strutture hanno potuto anche visitare i mercatini di Natale del capoluogo. Come sempre il 24 dicembre Babbo Natale ha salutato grandi e piccini tra letterine, caramelle e musica, nella magica atmosfera della Vigilia di Natale. Il 28 dicembre il tradizionale Concerto di Natale a cura della Corale Louis Cunéaz et Frustapot de Gressan e il coro Chantenvers e Petit Chantenvers di Fénis ha accolto local e turisti nella chiesa di San Lorenzo. Pila ha salutato il 2023 insieme ai maestri di sci con una scenografica fiaccolata sulle piste, come vuole la tradizione, con la novità di un emozionante diretta streaming della fiaccolata su maxi schermo posizionato sul palco. All'arrivo spettacolo pirotecnico, musica, vin brulé e specialità valdostane in collaborazione con la Proloco di Gressan. Per salutare le feste in allegria, il 6 gennaio la Befana ha offerto caramelle e dolci a tutti i bimbi presenti. Come ogni anno, oltre alla comodissima telecabina, durante le vacanze di Natale una navetta Ski Bus gratuita ha collegato tutte le strutture della collina e del comprensorio con le piste da sci. Durante i mesi di febbraio e marzo è tornata invece la Pila Night, una navetta notturna gratuita che nelle serate di mercoledì, sabato e domenica ha portato in quota o ad Aosta turisti e valdostani. Dal 5 al 18 febbraio 2024, l'Atelier degli artigiani ha dato il via al Carnevale: la saletta Comunale ha ospitato la creatività degli artigia-



ni locali, con manufatti in legno intagliato, sculture, vannerie e tanto altro. Il 17 febbraio l'appuntamento più atteso dai bambini, che ogni anno ci stupisce con numeri sempre in crescita: la fiaccolata di Carnevale. Con indosso le maschere più disparate, l'appuntamento era per tutti alla baita Hermitage dove, dopo aver ballato, cantato e mangiato le bugie con la panna offerte dai proprietari, tutte le maschere sono partite insieme

per l'ultima discesa con le fiaccole colorate.

Il 9 marzo si è conclusa invece la decima edizione dell'evento più rosa dell'anno, *I Light Pila*, tra divertimento e solidarietà a sostegno di Komen Italia. La fiaccolata rosa che, come ogni anno, devolve tutto il ricavato delle iscrizioni a Komen Italia, associazione in prima linea nella lotta ai tumori del seno e che opera per sostenere associazioni attive su tutto il territorio italiano. Nonostante la neve che ha continuato a scendere durante il pomeriggio e la sera, l'edizione è stata un successo. Le persone hanno partecipato con entusiasmo alla fiaccolata, hanno ballato nelle baite sulle piste in attesa di scendere con le fiaccole e hanno continuato a festeggiare ballando e cantando fino all'ultimo davanti al palco del village alla fine della fiaccolata. Dal pomeriggio fino alla sera, infatti, il Village alla partenza della funivia è stato animato dalla musica e dall'intrattenimento di Radio DEEJAY, presente con Valentina Ricci e Francesco Ciocca. Una grande festa solidale organizzata dal Consorzio turistico L'Espace de Pila e dalla Pila Spa, un evento che ogni anno cresce un po' di più e che è diventato un appuntamento imprescindibile dell'inverno valdostano. Hanno partecipato più di mille persone per un totale di circa 15mila euro raccolti per Komen Italia, consegnati con un assegno simbolico a Silvia Giammarresi, rappresentante dell'Associazione.

Un ringraziamento va anche all'Associazione VIOLA che l'8 e il 9 marzo hanno dato la possibilità a tutti di iscriversi alla fiaccolata, presso il loro banchetto in piazza Chanoux ad Aosta.



MOUREUN

di Elodie Brunet

La finalità del testo è quella di raccontare, mediante la piccola Moureun, il corso di vita delle bovine che nascono in Valle d'Aosta. Quello che caratterizza questi allevamenti è la cultura, la tradizione e l'amore che ogni allevatore prova nei confronti dei suoi animali: non si tratta semplicemente di produzione e conseguentemente guadagno, ma significa cura, amore e ammirazione, derivanti da una tradizione centenaria.

In una fredda domenica d'autunno, la famiglia di allevatori si reca in stalla per la prima mungitura di giornata, tutti si emozionano nel vedere una delle tante mucche della stalla che si dimena e si contorce. Come accade quasi tutti i giorni in questa stagione, gli animali sono pronti per il parto. Nonostante l'emozione nel veder nascere una nuova anima, gli allevatori non abbandonano il loro lavoro di mungitura e distribuzione del fieno, ma hanno sempre un occhio di riguardo per colei che sta per dare alla luce una piccola creatura.

Dopo alcune ore di attesa viene alla luce un piccolo vitello, in dialetto Gressaen "vi". Tutta la famiglia si riunisce attorno al piccolo animale e nella stalla, oltre al muggito della mamma, si sente "le eun bou u en vila?". Un aspetto che per ogni allevatore è importante chiarire sin da subito, soprattutto per decidere quale sarà il suo nome. Ecco uno degli aspetti più caratterizzanti l'allevamento in Valle d'Aosta: ogni animale è diverso dall'altro, ogni allevatore sa distinguerli nettamente, e ognuno di loro ha un nome, un particolare che viene attribuito in base a diversi aspetti. Ad alcuni vitelli viene dato il nome della nonna materna, per ricordarsi di lei, ad altri invece viene dato il nome di una mucca a cui il nuovo nato assomiglia, ad altri invece viene dato il nome che molto semplicemente viene in mente all'allevatore in quel preciso istante. È emozionante vedere l'amore della mamma, che cerca di asciugare il suo piccolo in qualche modo, ma è anche emozionante vedere come l'allevatore se ne prende cura. Con una manciata di paglia, già



preparata accuratamente per l'evento, lo asciuga in ogni angolo del corpo: dalla testa sino alle punte degli zoccoli. Ad un tratto annuncia: "se chierie Moureun". Moureun, che ha visto il mondo da poco viene riposta, con gran cautela e delicatezza, insieme a tutti gli altri vitelli nati nei giorni precedenti. L'emozione più grande sta nel vedere la loro curiosità per il nuovo arrivo: lo guardano, lo annusano e saltano intorno a lui. Moureun non capisce cosa sta accadendo e soprattutto non si alza dal letto di paglia, ci andranno ancora diverse ore prima di muovere i primi passi. Un momento particolare però, sta per arrivare: la prima pop-pata. L'allevatore riempie un biberon con il latte della madre e con accortezza solleva il piccolo muso di Moureun "bei", dice. Sembra apprezzare; in poco tempo il litro di latte è terminato e fino al mattino successivo Moureun può riposare.

L'indomani all'alba, l'allevatore arriva in stalla e si dirige subito al box, per vedere la piccola Moureun. La gioia più grande però, arriva dopo qualche giorno. Come quasi tutti i vitellini pezzati neri e castani, anche Moureun ha un istinto combattivo accentuato, una caratteristica innata

che porta questi animali a combattere. Certo, quando gli animali sono ancora piccoli, non si tratta di un vero e proprio combattimento ma di un gioco burlesco. L'allevatore però è felice, perché in Moureun ci crede molto e spera che, un giorno, sarà la Reina del "Noureun".

I giorni passano e la primavera è alle porte. Una stagione che per gli allevatori rappresenta qualcosa di emozionante. È la stagione del duro lavoro: iniziano le "corvée" e tutto viene preparato per l'uscita degli animali dopo il lungo inverno. Moureun e gli altri vitelli vedono per la prima volta il mondo esterno: la luce, l'erba fresca, i fiori e tutto ciò che li circonda. Sono infatti salti, corse e muggiti che dipingono queste giornate.

Il processo naturale di crescita si percepisce a vista d'occhio. Dopo un anno, Moureun, non è più un vitellino, ma è un "Modzon". È a partire da qui che gli animali mostrano dei cambiamenti radicali: sono più grossi, le corna crescono e gli animali hanno una combattività molto più accentuata. Generalmente i Modzon vengono mandati all'"enverna", e cioè presso allevatori che durante la

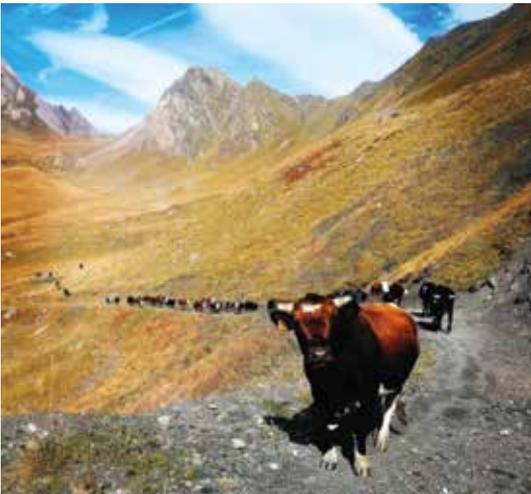


stagione invernale, durante la quale gli animali non possono stare all'esterno per via della temperatura, si occupano di loro.

Quando arriva la primavera tutti ritornano presso la stalla in cui sono nati, e per i Modzon castani e pezzati neri è alle porte un evento importante: la Bataille de Modzon. Anche Moureun è pronta per questa giornata di tradizione, ed è un giorno particolare perché per la prima volta Moureun e tutti i Modzon nati nella sua annata vedono animali di altre stalle, oltretutto per

affrontarli. I combattimenti sono molto lunghi e coinvolgenti: è da qui che tutti gli spettatori, e i proprietari degli animali, fanno un primo bilancio su quanto questi siano combattivi e sulla probabilità che hanno di diventare grandi Reines.

Dall'anno successivo i Modzon diventano Modze, e cioè saranno primipare nell'inverno che verrà. È un momento particolare perché per la prima volta le Modze vengono a contatto, a partire dalla Decorda, con le bovine ormai adulte. I combattimenti sono sempre molto accesi, soprattutto perché le Modze "fanno gruppo" e cercano di avere la meglio sulle bovine più anziane. Questi combattimenti continuano incessantemente durante l'estate negli alpeggi e Moureun, già dal giorno della Decorda, regala molte soddisfazioni ai proprietari. È infatti la seconda nella gerarchia che si è creata, che per una Modze non è così scontato. Dopo il primo parto le bovine diventano Vatese, quindi adulte, e partoriscono ogni autunno/inverno e sono pronte per la Bataille de Reines, un evento incruento e caratterizzato dall'istintività degli animali. Moureun, la piccola vitella che ci ha accompagnato in questa storia diventando, tra le righe, una bovina adulta, inizierà dal prossimo anno a farsi valere nei campi appositamente scelti, cercando di dare il massimo per essere incoronata Reina, per la gioia dei suoi proprietari.



GRESSAN. MUSEO A CIELO APERTO

di Elisabetta Dugros e Daniele Mombelli

“Gressan non è solo il paese dei frutteti, delle vigne, della collina morenica e della conca di Pila, Gressan è un paese ricco di storia e di cultura: monumenti, chiese e cappelle, ponti e torri punteggiano il territorio e uno dopo l'altro si snodano in un itinerario interessante e unico: dalla torre di Sant'Anselmo, sede della nostra biblioteca e della prestigiosa Académie, fino ad arrivare al Gran Four di Molline costeggiando il castello Tour de Villa e la straordinaria chiesa di Sainte-Marie-Magdelaine. E' da questa consapevolezza che è nata l'idea di creare un museo diffuso che abbiamo chiamato “a cielo aperto”, un intervento in punta di piedi che, attraverso l'utilizzo delle moderne tecnologie, consente al visitatore di saperne qualcosa in più dei luoghi che si offrono ai suoi occhi.

Fino ad oggi sono 8 i punti di interesse che si possono svelare leggendo con una semplice app il QRCode che è riportato su dei discreti



supporti che il turista trova nei pressi dei monumenti. L'atout del progetto è la sua implementabilità, l'intenzione è quella di rendere “leggibili” altri luoghi del Paese e di ampliare i contenuti del museo diffuso.”

“L'idea alla base di tutto è quella di mettere a disposizione di tutti, in maniera facile, veloce e a bassissimo costo la grande quantità di informazioni che abbiamo a disposizione sul territorio di Gressan, in modo da creare un deposito di informazioni digitali facilmente accessibile, viste ormai sia la grande diffusione degli smartphone che l'abilità nell'usarli.

Quello che è stato fatto con questa iniziativa è sicuramente un primo passo, per ora dedicato

solo a coloro che “vogliono” leggere le informazioni, ma il sistema scelto è talmente duttile che ben si presta ad essere implementabile con podcast, video e quant'altro di documentale possa essere realizzato. Per ora abbiamo cominciato a riempire di contenuti oltre a quelli indicati poc'anzi anche la Casa forte dei Du Ru, la Cappella dei Santi Pietro e Paolo, Maison Gargantua e la Chiesa di Saint Jean de Chevrot ma a me piacerebbe tanto inserire anche il ponte di Molline, la torre de La Plantà, la Casa forte di La Cort, la Chiesa di santo Stefano, il bivacco Arno, la casa dove ha dimorato la regina d'Italia, il Cristo di Stuffer, il leggio delle fate, il cratere della bomba della II GM, il ru dimenticato, il villaggio ristrutturato di Perriail, l'alpeggio dimezzato dalla valanga di Plan de L'Eyve, l'alpeggio delle suore di Fernier, l'antica miniera di...

Per ora mi fermo ma c'è così tanto da dire...
LOL”



POMERIGGI INSIEME

di "Ti dico un libro"

7 febbraio 2024

Scrivo la presente, anche dietro richiesta di un gruppo di persone, per rivolgere le nostre congratulazioni all'Amministrazione del comune di Gressan per l'iniziativa "Ti dico un libro - Commedia - dall'Inferno al Paradiso, viaggio poetico nei tre regni".

La forma scelta per l'occasione dagli autori ci è sembrata particolarmente felice, in quanto riteniamo che l'introduzione agli episodi e ai canti della Commedia, svolta dalla professoressa Laura Costa, offrono allo spettatore un duplice vantaggio. La professoressa Costa infatti illustra ogni volta tutti gli elementi di contesto utili a comprendere e ad approfondire ogni singolo episodio. All'interno di una ricca cornice, costituita dagli elementi storici, filosofici e sociali, forniti con competenza e chiarezza dalla relatrice, si collocano quindi perfettamente le letture sceniche di Andrea Damarco che comunicano al pubblico le emozioni, i sentimenti e gli stati d'animo ispirati dal testo scelto.

L'ascolto, la conoscenza e la maggiore comprensione di alcune parti del capolavoro dantesco hanno evidenziato ancora una volta la grande attualità di molti dei suoi contenuti: la fragilità e la grandezza dell'uomo, la sua continua ricerca del senso della vita, i suoi limiti ed i suoi desideri sono immutati nel tempo e per questo sempre fonte di continua ispirazione...

Un plauso ancora ed un invito a diffondere e a replicare queste belle iniziative.

Una spettatrice soddisfatta

"Come è andato l'incontro con Dante, oggi? Raccontami..."

Oggi Andrea ha detto una cosa interessante, che mi ha fatto pensare "il senso di colpa non serve a nulla, perché ti immobilizza, non implica un cammino; il rimorso è diverso, ti fa ragionare e dunque progredire...". Lo trovo interessante... Come quan-

do diceva, che il male non esiste, il bene sì. Credo che le menti più anziane, cresciute con un'altra educazione, non l'abbiano capito. A me convince: è come se dal formaggio chiedessi un etto di buco, che sta per il male, non può dartelo, non esiste. Ma ti può dare un etto di formaggio, che sta per il bene. Dunque nel bene esiste l'assenza di bene, non il male...

Andrea è convincente e quando legge è bravissimo, fa le voci, sa interpretare, vedi che gli scorre dentro...

Secondo te, perché sentire e parlare di Dante e Divina Commedia oggi, nel 2024?

Da una parte più utilitaristica, scolastica, penso che poi mi servirà, dall'altra parte mi viene da dire che è interessante per come è scritta l'opera: nell'Inferno ci sono tante parole con la R, con lettere ruvide, invece nel Paradiso ci sono molte parole con la F, la I, la L, parole dolci che scivolano in bocca... Il contenuto è stimolante: sentire parlare Laura di quel personaggio che credeva di essere superiore agli dei, mi fa fare mille collegamenti, mi viene in mente hubris e znetaphronein greci: l'uomo deve fare pensieri umani e non osare avvicinarsi agli dei...

Qual è il canto che più ti è piaciuto?

Tanti me ne sono piaciuti. Mi è piaciuto l'Inferno, anche se ho capito la finezza del Paradiso. In realtà, se proprio ti devo dire, mi è piaciuto molto il Purgatorio, mi è piaciuto quando Laura ha parlato della rabbia, dell'indifferenza e poi del bene di una donna nei confronti di chi l'ha uccisa, ha parlato degli stati d'animo che trasformano le persone: forse allora è una necessità quella di passare attraverso l'Inferno, poi affrontare il Purgatorio, e approdare in Paradiso. Tutti possono uscire dall'Inferno, bisogna solo avere la forza e il coraggio di farlo.

Che cosa ti porti dietro o dentro, di questo percorso?

Certamente qualcosa si è depositato dentro di me, e certi ragionamenti e certi pensieri torneranno a galla, in certi momenti.

La prossima volta, mi piacerebbe sentire parlare Laura e Andrea dell'Antologia di Spoon River, magari il prossimo autunno..."

Conversazione serale

"La Commedia è sempre attuale perché in essa ritrovi i vizi, i difetti, le virtù, i desideri, le aspirazioni dell'uomo che sono quelle dell'uomo di oggi"

Sull'attualità della Commedia dantesca

"COMMEDIA dall'Inferno al Paradiso".

16 Nov. 2023 - 1° Febb. 2024. Espace Heptagone, Maison Gargantua - Gressan

Se vogliamo cogliere l'aspetto universale e l'eterna attualità dei concetti che sono contenuti nella straordinaria e più conosciuta opera di Dante A., risulta necessario liberare l'Autore dai legami del tempo storico e quindi dalla concezione della vita nel Medio Evo.

Nella Divina Commedia, infatti, non sono rari i momenti in cui Dante propone coraggiosamente - anche a rischio di eresia - le sue distanze dalla mentalità medievale.

Se poi si approfondisce il messaggio sotteso alla struttura stessa dell'opera, si può intravedere anche la proposta di un percorso, che parte dall'immobilità (staticità, assenza di iniziativa creativa/liberatoria...) - Inferno - che prosegue con il movimento (tensione verso l'espiazione, desiderio di migliorarsi...) - Purgatorio - e che infine giunge all'azione più creativa (ricerca della bellezza, della purezza, dell'essenzialità...) - Paradiso -. Quest'ultimo, infatti, non ha nulla a che vedere con lo stato di "beatitudine oziosa" di chi si ritiene "arrivato", ma è una fucina di prove utili ad avanzare nella ricerca della "quadratura del cerchio", che solo all'apice del percorso si potrà raggiungere, elevandosi al di sopra dei cieli ed immergendosi (=entrando a far parte) nella bellezza assoluta che è Amore.

Uno spunto che emerge costantemente tra le

Ti dico un libro - open 2023/24

COMMEDIA

dall'Inferno al Paradiso

viaggio poetico nei tre regni

Il mondo di Dante, in pieno
la valle del suo amore,
e allora scoprirete qual è la sua verità

**Introduzione agli episodi e ai canti della "Commedia"
e pubbliche riflessioni** a cura di Laura Bianca Costa
Letture sceniche di Andrea Damarco

Il ciclo di incontri è dedicato a Dante
in collaborazione con il Comune di Gressan
www.gressan.comune.it

COMMEDIA (1 anno di vita)	19 novembre: INFERNO Canto I - la valle infera Pubblicazione di Dante in "La valle infera" PARADISO Canto I - La gioia di essere del inferno
INFERNO (1 anno dell'Inferno)	23 novembre: Canto III - gli ignei e Cavalcanti Canto V - Paolo e Francesca 29 novembre: Canto XIV - Cavalcanti Canto XIX - Maddalena 7 dicembre: Canto XXIII - Dante Spagnolo
PURGATORIO (1 anno del Purgatorio)	14 dicembre: Canto V - Riccardo di Montivento e Po del Poeta 21 dicembre: Canto XI - Spagnolo 4 gennaio: Canto XXII - Dante
PARADISO (1 anno di Paradiso)	18 gennaio: Canto III - Paolo 24 gennaio: Canto XXIV - Amore/Paradiso XIX - Jorda 1 febbraio: Canto XXXI - Spagnolo

Givedì ORE 18.00 - Espace Heptagone - Maison Gargantua
Piazza Milano, 2 - Gressan

Info e prenotazioni:
011-11-11-11

Maison Gargantua

regali casalinghi

pagine dell'opera è poi quello relativo alla concezione dell'idea del perdono che, essendo presentato come caratteristica dominante di Dio (quindi dell'Amore assoluto), spinge ognuno alla riflessione personale anche nei nostri giorni, in cui molte scelte scellerate potrebbero essere evitate, anche in seguito ad un semplice ravvedimento. Di qui, lo stimolo verso scelte coraggiose, abbandonando il senso di impotenza e di indifferenza. Tra i partecipanti agli incontri sulla Commedia, è stato espresso un generale apprezzamento per la profondità degli argomenti che hanno acceso la discussione, soprattutto riguardo al tema - sempre attuale - delle variazioni possibili nel tempo dei concetti di "bene" e di "male". Lo stimolo principale, ovviamente, lo ha fornito proprio Dante, con le sue prese di posizione decisamente anti-conformiste.

Un uomo in ascolto

L'ACADÉMIE DE SAINT-ANSELME FRA TRADIZIONE E PROGRESSO

di **Sandra Barberi**

Era il 29 marzo 1855 quando una ventina di eminenti intellettuali valdostani, guidati dal priore di Sant'Orso, Jean-Antoine Gal, fondò in una sala del vescovado di Aosta la "Société académique religieuse et scientifique" sotto il patronato di sant'Anselmo, arcivescovo di Canterbury. La ricerca di Dio alla base dell'attività speculativa di sant'Anselmo ispirava lo spirito di ricerca in tutti i campi del sapere della neonata associazione, nella convinzione che la scienza sia valida alleata della religione nel perseguimento della verità.

Con la nascita dell'Académie, la più antica associazione culturale valdostana e tra le prime sorte negli Stati sabaudi, il Duché d'Aoste si dotava di un'istituzione destinata sia a difendere le proprie tradizioni civili e religiose, sia a promuovere il progresso materiale, intellettuale e morale della comunità aprendosi agli stimoli provenienti dal contatto con ambienti internazionali di primo piano. La portata innovativa dell'Académie è attestata anche dal coinvolgimento dei laici nel processo di elaborazione della cultura, fino ad allora in Valle d'Aosta monopolio quasi esclusivo del clero. La maggioranza dei fondatori erano in effetti uomini di Chiesa - tra gli altri, il canonico della cattedrale Jacques-Joseph Jans, futuro vescovo di Aosta e il canonico di Sant'Orso Georges Carrel, fondatore nel 1858 della Société de la Flore Valdôtaine e nel 1866 della sezione valdostana del CAI - ma è significativo che ad essi si affiancassero il barone Emmanuel Bich, protomedico del Ducato e membro dell'Accademia delle Scienze di Torino, il conte Edoardo Crotti di Costigliole, ministro del Re, l'avvocato Léonard Gerbore, il rentier Paul-Antoine Farinet e il letterato lussemburghese Louis Lichtenberger.

In un'epoca in cui ancora non esistevano istituzioni pubbliche locali preposte alla ricerca e alla tutela delle memorie storiche e monumentali del territorio, l'apporto della Société è stato fondamentale per la conoscenza e la pubblicazione delle fonti e per contrastare la dispersione del pa-



trimonio storico-artistico locale, fenomeno che nella seconda metà del XIX secolo aveva assunto una rilevanza drammatica. Oltre alla costante attività di studio dei monumenti vanno ricordati, a questo proposito, gli interventi dell'Académie nel 1869-70 per scongiurare la vendita all'asta del Priorato di Sant'Orso, minacciato di soppressione, e per salvare (ahimè invano) il campanile romanico del priorato di Sainte-Hélène a Sarre, abbattuto nel 1873. Ma la Société scendeva in campo anche sul terreno di importanti questioni di attualità, ad esempio promuovendo fin dal 1862 la necessità di prolungare la ferrovia da Ivrea ad Aosta e di realizzare il traforo del Monte Bianco. A parte la principessa Maria José di Savoia, presidente d'onore perché aveva consentito che l'associazione continuasse a utilizzare la lingua francese nel periodo in cui il regime fascista ne



proibiva l'uso, la prima donna accolta tra le file dell'Académie fu nel 1939 Célie Galeazzo, un'insegnante di Aosta, che si offrì di ospitare la sede della Société in due sale del palazzo Bochet in via Croix-de-Ville ad Aosta, di sua proprietà.



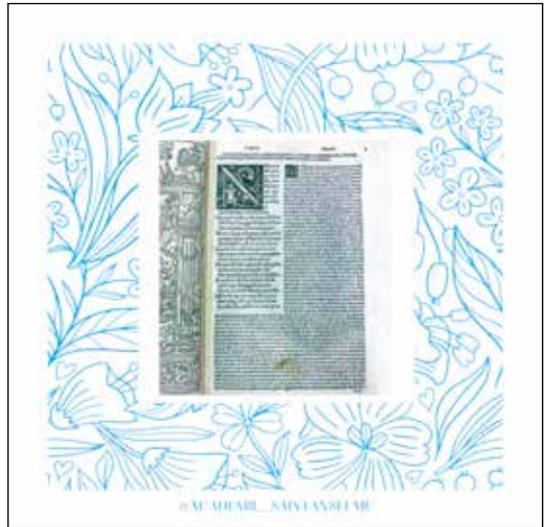
Oggi l'Académie, sotto la guida del presidente don Paolo Papone, conta circa 80 membri effettivi e una trentina di corrispondenti, scelti tra le personalità eminenti della cultura, tutti in maggioranza laici. Secondo le norme statutarie delle origini, gli académiciens sono selezionati per cooptazione; la 'quota rosa' ammonta a più di un terzo delle presenze e figurano diversi giovani ricercatori, che assicurano vitalità e ricambio generazionale all'istituzione.

A distanza di quasi 170 anni dalla fondazione della Société molte cose sono cambiate: con la nascita dell'Archivio Storico Regionale, della Soprintendenza per i beni e le attività culturali, del Bureau régional pour l'Ethnologie et la Linguistique (BREL) e, in tempi più recenti, dell'Università della Valle d'Aosta, l'Académie ha perso il ruolo di punta delle origini, ma continua il suo impegno per la cultura valdostana sia proseguendo gli studi e le ricerche, regolarmente resi noti attraverso le due sedute pubbliche annuali e il bollettino societario, sia mettendo a disposizione del pubblico il patrimonio di beni formatosi a partire dal 1855. La collezione di opere d'arte, reperti archeologici, monete e oggetti vari è stata ceduta nel 2021 in comodato d'uso per trent'anni alla Regione ed è attualmente esposta al castello di Aymavilles. L'archivio comprende una cospicua quantità di documenti e di testi inediti, di recente

riordinati; la biblioteca, ricca di circa 10.000 pubblicazioni tra libri antichi e moderni e serie di rari periodici, è in corso di catalogazione informatizzata nel Sistema Bibliotecario Nazionale, mediante software CeiBib dedicato.

Archivio e biblioteca sono aperti alla consultazione su appuntamento nella bella sede dell'Académie, la Tour de Saint-Anselme in fraz. La Bagne di Gressan.

L'origine dell'attuale sede dell'Académie si deve all'iniziativa dell'Amministrazione comunale di Gressan nel periodo 2000-2005, sindaco Ivo Guerraz. Il caso volle far incontrare Lin Colliard e Albino Impérial, allora assessore comunale, dall'editore Musumeci per correggere le bozze del volume *Les cent du millénaire*. Avendo saputo dal professore che l'Académie era senza una sede, Impérial propose di recuperare la casaforte del X secolo che fu dei nobili De Balnea, all'epoca in stato di abbandono. Una sorta di 'ritorno a casa' per l'Académie, poiché secondo una tradizione, attestata dall'affresco frammentario sulla facciata della torre, Anselmo sarebbe nato nel 1033 in questo edificio, in seguito utilizzato come residenza estiva della famiglia del santo. Passato dalla proprietà regionale a quella comunale con LR 7.12 1998 n. 54, il complesso è stato restaurato con il controllo della Soprintendenza regionale per i Beni culturali e dal 30 ottobre 2008 ospita l'Académie e la Biblioteca comunale.



L'esigenza di adeguarsi alle moderne modalità di comunicazione ha reso necessaria la creazione di un sito internet (www.academiestansselme.eu) e di pagine social (Instagram: @academie_saintansselme, Facebook: Académie Saint-Anselme) per raggiungere, oltre agli 'addetti ai lavori', un pubblico più ampio, diversificato e anche giovane. Sul sito sono inoltre consultabili, grazie all'accordo con il Sistema Bibliotecario Regionale, tutte le pubblicazioni dell'Académie: il "Bulletin" (BASA), uscito con 50 numeri dal 1855 al 1982 e con 20 numeri della nuova serie dal 1985 al 2022 (il XXI uscirà alla fine del 2024), e i volumi della collana



“Écrits d'histoire, de littérature et d'art”, giunti finora a 16 titoli.

Domenica 21 aprile, giorno della festa di Sant'Anselmo, dalle 15 alle 19 la sede dell'Académie sarà aperta ai visitatori: vi racconteremo la nostra storia, vi mostreremo alcuni dei



documenti più interessanti dell'archivio e degli esemplari più prestigiosi della biblioteca e vi illustreremo le opere d'arte e gli arredi che sono stati donati all'Académie dopo il trasferimento della collezione ad Aymavilles. Il recente riordino della biblioteca ha portato alla luce una serie di doppioni tra le pubblicazioni che saranno messi a disposizione del pubblico in cambio di un'offerta. L'invito è rivolto a tutti, ma aspettiamo soprattutto i Gressäen affinché conoscano una realtà che appartiene strettamente alla loro storia.

MANUELA M. LUCIANAZ (AUTORE)
F. ZUBANI (ILLUSTRATORE)
Il tesoro di Anselmo - 2009
Paoline Editoriale Libri

Alberto, un ragazzo dei nostri giorni, si mette in viaggio alla ricerca dell'isola del tesoro, esattamente come Anselmo (da giovanissimo aveva intrapreso un viaggio alla ricerca dell'essenziale). È questo il simpatico pretesto che l'autrice adotta per raccontare la storia di Anselmo, il grande santo nato ad Aosta, del quale ricorre il IX centenario della morte e che ha svolto un ruolo importante nella società del suo tempo, per la pacificazione dei popoli dell'Europa. Il viaggio di Alberto diventa un percorso sulle orme di Anselmo, uomo di grande cultura e umanità, e alla scoperta del tempo in cui è vissuto e dei grandi personaggi che hanno segnato questo importante periodo storico.

Un viaggio faticoso ma che arricchirà il giovane Alberto di esperienze preziose che nessun ladro potrà rubargli e che gli permetteranno di scoprire l'isola del tesoro. Da tutti i personaggi che Alberto incontra nel suo viaggio impara qualcosa: il male si vince con il bene, gli angeli buoni combattono i demoni malvagi, la vita è lotta tra bene e male, la preghiera è potente presso Dio, l'amicizia e l'ospitalità sono grandi valori.



LES CARNAVALS DE MONTAGNE

di Roger Berthod

La Valle d'Aosta è da sempre una terra ricca di tradizioni e di particolarità legate al suo territorio, che spazia dal fondovalle con la città di Aosta ed i paesi più popolati, fino a salire nelle vallate, sulle pendici di boschi, pascoli e piccoli villaggi sparsi. Tutti questi elementi di natura ambientale, sociale, umana hanno contribuito alla nascita ed allo sviluppo di usi e tradizioni che si sono conservati e sviluppati fino ai nostri giorni. Si pensi ad esempio all'allevamento del bestiame e al rito sentitissimo delle Batailles Des Reines, agli sport popolari come lo tsan, la rebatta, il fiolet, al lavoro artigianale, in particolare quello del legno, che ha il suo culmine nell'esposizione della Fiera di Sant'Orso. Un altro fenomeno profondamente legato al territorio è quello del Carnevale, un vero e proprio rito che genera tutt'oggi una grande attesa ed un coinvolgimento molto intenso nelle comunità valdostane. Non stupisce pertanto il notevole successo che domenica 7 gennaio 2024 ha riscontrato il ritorno, dopo 4 anni di assenza, della sfilata dei Carnavals De Montagne nelle vie del centro di Aosta, con la presenza di più di 500 protagonisti che hanno sfilato per alcune ore tra due ali di folla. I riti carnevaleschi in Valle D'Aosta sono numerosi e anche di diversa origine e natura. Uno dei Carnevali più conosciuti ed apprezzati è quello della Coumba Freida, un vero e proprio mix di festa, colori, musica, cibo, libagioni e scherzi, che ha il suo simbolo per eccellenza nel costume della Landzetta. Questa maschera carnea-



lesca, che ha la fama di essere particolarmente irrequieta e dispettosa, nasce dal passaggio di Napoleone Bonaparte nel 1800 nella vallata del Gran San Bernardo. I tratti principali del costume della Landzetta sono i suoi colori sgargianti, gli specchietti che riflettono la luce e la coda di cavallo che viene tenuta in mano. Sono costumi che richiedono un grande lavoro di sartoria e di preparazione e che vengono tramandati con cura e dedizione di generazione in generazione. Ogni comune ha la propria maschera, con le sue particolarità, ad esempio quella di Allein e Doues è interamente colorata di rosso. Nonostante queste tipicità, il Carnevale della Coumba segue delle regole generali ben precise che si ripetono in ogni paese. L'intero gruppo mascherato (la benda) esce nei villaggi con il suo portabandiera (guedda) che precede i musicisti e apre la sfilata delle maschere che farà visita nelle case, trovando da mangiare e da bere, fino al tramonto ed anche oltre. Ci sono poi altri Carnevali che hanno una lunga storia e che tutt'oggi sono molto attesi e partecipati come ad esempio quello di Sorreley, nel comune di Saint-Christophe, che ricalca nello stile quello già citato della Coumba Freida. Altre sfilate che hanno un numeroso riscontro di pubblico sono





quelle del Carnevale di Saint Martin, ad Aosta, il Quart-Naval dell'omonimo paese, il Carnevale di Courmayeur con i suoi Beuffons e quello dedicato ai più piccini a Saint-Vincent. Il Carnevale di Gressan si identifica invece con il personaggio dell'Arlecchino, maschera tradizionale del paese con casacca e calzoni di colore rosso e verde, con un copricapo decorato con frange colorate ed il corpo fasciato da rumorosi sonagli.

Un'altra tipologia di Carnevale, totalmente diffe-

rente da quelle citate finora, è quella di tipo storico che trae le sue origini dalla narrazione storica locale ed ha le sue rievocazioni più conosciute nel Carnaval Historique di Nus, di Cervinia, Verrès e di Pont-Saint-Martin. Con il passare degli anni il Carnevale di Verrès è diventato sicuramente uno dei più attesi, non soltanto dai residenti ma un po' da tutti i valdostani. Il programma è molto ricco e prevede le sfilate in costume dei personaggi principali, Caterina di Challant e Pierre d'Introd, i cavalieri che li proteggono, gli araldi e i tamburi, il ciambellano. In totale sono 4 giorni di grande festa, abbuffate, balli e musica che hanno come epicentro il Castello del paese.



Anche il Carnevale Storico di Pont-Saint-Martin, nato più di cento anni fa, è caratterizzato dai suoi innumerevoli personaggi che rappresentano i vari aspetti della festa ed è sicuramente il più leggendario della Valle. Il Vescovo Martino, il Diavolo, il Console Romano ed i Tribuni della Plebe, la Ninfa del Lys con le sue ancelle sono solo alcuni dei soggetti protagonisti. Anche qui la festa è destinata a durare più giorni e prevede diversi momenti clou, come ad esempio la corsa delle bighe, la sfilata dei carri allegorici del martedì grasso, il rogo del diavolo e l'attesissimo spettacolo di fuochi piromusicali. Nonostante l'inevitabile passare degli anni, con tutti i cambiamenti ed esso connessi, il carnevale continua pertanto ad essere un elemento notevolmente caratterizzante, avendo saputo mantenere nel tempo i suoi riti, le sue tradizioni profondamente connesse con la gente, dimostrandosi ancora oggi un grande momento di unione e aggregazione.

RISCOPRENDO LA TRADIZIONE ALPINA ATTRAVERSO L'ATTREZZATURA INVERNALE D'ANTAN MOSTRA "NEVE E GHIACCIO"

di **Marco Ranfone**

Per la stagione invernale 2023-2024 l'Associazione culturale Abro de Feur ha realizzato un evento affascinante che trasforma Pila e Maison Gargantua in una cornice suggestiva e coinvolgente. La mostra "Neve e Ghiaccio" è un inno agli antichi materiali per lo sci, lo slittino e l'alpinismo, il tutto arricchito da materiale fotografico inedito, fornito dai gressaen, i quali hanno reso possibile il recupero e la valorizzazione di foto storiche scattate nella conca di Pila, e non solo, rappresentanti lo sci alpino, la presciistica ed i faticosi anni di leva obbligatoria nel severo ambiente montano.

I cimeli d'antan, fulcro della mostra "Neve e Ghiaccio", sono stati forniti quasi totalmente dalla collezione privata di Rinaldo Linty, nostro compaesano e simpatizzante dell'associazione Abro de Feur, fin da subito disponibile per realizzare un progetto di questo tipo e dalla rara gentilezza e cortesia.

In particolare, la prima fase della mostra "Neve e Ghiaccio", dal formato prevalentemente itinerante, si è svolta a partire dal 23 dicembre 2023 al 7 gennaio 2024, periodo di elevato afflusso turisti-

co presso il comprensorio sciistico di Pila, grazie alla collaborazione tra Abro de Feur, Comune di Gressan ed Espace Pila, coinvolgendo alcune attività locali che hanno fornito la loro disponibilità nel prestare uno spazio per l'esposizione delle attrezzature e delle fotografie d'antan.

L'associazione Abro de Feur coglie quindi l'occasione di ringraziare per l'estrema disponibilità ed accoglienza il Bar Ristorante Yeti, la scuola di Sci Evolution Pila, l'Hotel Chacaril, l'Hotel la Chance, l'Hotel ed il bar Nouva, l'Hotel Plan Bois, l'albergo Chalet des Alpes ed il noleggio la Soletta.

Successivamente, per la seconda fase della mostra, dal 20 gennaio al 15 febbraio 2024, i cimeli d'antan sono stati esposti (grazie alla preziosa collaborazione con Andrea Damarco) presso Maison Gargantua, museo etnografico sito in frazione Moline ai piedi della Côte de Gargantua, con le sue suggestive stanze riveste il ruolo di rifugio accogliente per gli amanti dell'arte e della cultura di altri tempi. Le opere ed il materiale fotografico esposto, selezionati con attenzione, raccontano storie immergendo i visitatori in un viaggio emo-





zionale attraverso il freddo abbraccio della neve e la solidità imponente del ghiaccio attraverso il ricordo di un passato che rimane impresso negli scatti inediti che arricchiscono il valore e legano la mostra al territorio di Gressan.

L'arte, la neve soffice ed il ghiaccio scintillante si fondono in una celebrazione senza tempo della stagione invernale. La mostra "Neve e Ghiaccio" non si limita a esplorare il lato estetico e visivo di questo magico periodo dell'anno, ma si spinge oltre, immergendosi nelle radici della cultura alpina attraverso un'esposizione unica di attrezzatura storica.

Entrando a Maison Gargantua, ci si trova catapultati in un'epoca in cui lo sci era più di un semplice sport; era uno stile di vita intriso di tradizione e raffinatezza. Le antiche attrezzature esposte narrano storie di avventura, spensieratezza ed infanzia, mentre gli occhi dei visitatori si riempiono di nostalgia per un'epoca oramai lontana.

La mostra "Neve e Ghiaccio" diventa, così, un ponte tra passato e presente, tra l'arte contemporanea che abbraccia la bellezza della natura e

la ricchezza storica di uno sport che ha plasmato l'identità delle comunità di montagna. Pila, con le sue vette imponenti, e Maison Gargantua, con la sua aura di eleganza d'antan, si uniscono per celebrare la bellezza intramontabile della stagione invernale che affascina tutti da generazioni.

Fanno parte della collezione di Rinaldo Linty sci con svariate tipologie di attacchi, bastoncini, scarponi in cuoio, ciaspole, slittini, ramponi e piccozze, mentre Tranquillo Susanna ha prestato all'associazione un antico zaino con annessa attrezzatura da alpinismo.

Lo sci, in primis, risulta essere con ogni probabilità il più antico strumento di locomozione, inventato ancora prima della ruota, da parte delle popolazioni scandinave fin dalla preistoria per scopi pratici, prevalentemente per il trasporto di materiali su neve profonda. In Italia si inizia a sciare con una concezione moderna a fine '800 e nei primi del '900 dove si iniziarono a disputare gare di questa nuova disciplina sportiva.

Agli esordi, lo sci era interamente costruito in legno, con scarponi di cuoio legati tramite rudimentali attacchi realizzati con stringhe e lacci di cuoio. Tuttavia, verso la metà degli anni '20, si assistette ad un cambiamento significativo con l'introduzione di laminati in legno stratificato, una tecnologia che migliorò la resistenza e la flessibilità degli sci.

Parallelamente, le associazioni sciistiche iniziarono a formarsi, portando a standard e regolamentazioni più consistenti nell'attrezzatura. Le prime competizioni sciistiche richiesero attrezzature specifiche, spingendo alla progettazione di attacchi più sicuri e stivali più adatti, fino ad arrivare agli anni '30 con l'introduzione delle prime lamine in metallo migliorando la tenuta degli sci sulla neve e sul ghiaccio, consentendo agli sciatori di



affrontare terreni più ripidi e impegnativi.

Durante la Seconda Guerra Mondiale, l'attenzione sull'attrezzatura da sci diminuì temporaneamente a causa delle priorità belliche, di conseguenza nel dopoguerra si assistette ad una rapida crescita dell'interesse per lo sci, alimentato anche dall'apertura di nuove stazioni sciistiche. Nel 1945, l'introduzione dei primi attacchi rilasciabili aumentò la sicurezza degli sciatori, riducendo il rischio di infortuni e negli anni '50, la crescente popolarità dello sci come attività ricreativa, fece sì che le aziende iniziassero ad investire nella ricerca e sviluppo di materiali sempre più avanzati, aprendo la strada a sci più leggeri e maneggevoli, prediligendo materiali come l'alluminio per la loro costruzione, di pari passo gli scarponi da sci subirono miglioramenti significativi, con l'introduzione di modelli più aderenti e solidi rendendo la pratica dello sci accessibile ad un pubblico più ampio. Attraverso questa esposizione, l'Associazione Abro de Feu non solo ci invita a riflettere sulla nostra relazione con la montagna e la neve, ma ci



spinge anche a riscoprire il fascino senza tempo degli inverni passati. La mostra "Neve e Ghiaccio" è un invito a scivolare leggeri sulla storia, avvolti dal calore di un inverno che, anche nelle sue forme più antiche, continua a scaldare i nostri cuori.



INAUGURAZIONE C.E.A. DI GRESSAN

Una grande commozione e un profondo senso di gratitudine hanno caratterizzato giovedì scorso, 29 febbraio, la cerimonia di intitolazione alla memoria di Graziella Curtaz del Cea di Gressan, il Centro educativo assistenziale per disabili.

All'evento - oltre al presidente della Regione Renzo Testolin, all'assessore regionale alla Sanità Carlo Marzi, al sindaco di Gressan Michel Martinet e a numerosi altri rappresentanti dell'Amministrazione regionale e comunale - era presente Alina Curtaz, classe 1935, sorella di Graziella. L'inaugurazione nel mese di luglio del 2019 del Centro è merito in gran parte della generosità e della caparbità sua e della sua famiglia. Proprio lei, infatti - insieme al marito Graziano Vallet (mancato nel 2004) e alle figlie Alessandra e Tiziana - decise di donare un enorme terreno edificabile - ben 2.800 metri quadrati - alla Regione perché vi costruisse una struttura per persone diversamente abili.

La convenzione fu firmata nel 2006 con l'allora presidente della Regione Luciano Caveri. Da allora prima dell'apertura della struttura sono passati 12 anni: alla fine però, la buona volontà di tutti ha avuto la meglio sulle lungaggini della burocrazia e oggi il Cea è una bellissima realtà.

Graziella Curtaz - più giovane di Alina di 7 anni - da bambina, verso i 3 anni e mezzo, aveva iniziato a soffrire di crisi epilettiche. Nel tempo si era pro-

gressivamente aggravata, era diventata inferma ed è mancata quando aveva 37 anni.

Alla cerimonia di giovedì, durante i discorsi ufficiali e i ringraziamenti, Alina si asciugava discretamente le lacrime di commozione. «Graziella Curtaz ha vissuto in prima persona i problemi della disabilità, quando ancora non esistevano i servizi di oggi» ha ricordato Gabriella Furfaro, dirigente della struttura Invalidità civile della Regione. «Alina Curtaz un giorno mi disse che tutti quelli che possono dovrebbero fare qualcosa per gli altri. - ha detto il sindaco di Gressan Michel Martinet - Lei e la sua famiglia hanno fatto tanto e noi vogliamo ringraziarli. Il Cea è diventato un punto di riferimento importante grazie alla loro generosità, all'Amministrazione regionale che ha trovato le risorse per edificare la struttura e anche all'Amministrazione comunale di Gressan che collabora con tutti i servizi che vengono dati questo significa che, se c'è la volontà di fare qualcosa di positivo per chi ha bisogno e tutti quanti ci diamo una mano, i risultati arrivano».

Anche l'assessore regionale alla Sanità Carlo Marzi ha ringraziato la famiglia Curtaz - «che ci ha permesso di avere un'esperienza diretta di ciò che è il dono» - e il Cea di Gressan insieme alle loro famiglie. «Dedico un abbraccio fisico e morale ad Alina per questo percorso lungo quasi 20 anni che

non è ancora giunto alla sua conclusione. - ha aggiunto il presidente della Regione Renzo Testolin - Il desiderio di Alina è quello di vedere completati anche tutti i servizi del Cea e questo è un impegno che ci prendiamo. Questa struttura è un sogno che si realizza, un sogno della famiglia Curtaz ma anche di tutta la comunità di Gressan e dell'intera Valle d'Aosta».



GRESSAN ADERISCE ALL'ASSOCIAZIONE CITTÀ DEL VINO

L'Associazione Città del Vino, istituita a Siena il 21 marzo 1987, è una rete di Comuni a vocazione vitivinicola e di enti territoriali, depositari di almeno una DOP e IGP; opera per la loro valorizzazione e rappresenta un ideale itinerario tra paesi e città che custodiscono tradizioni, storia e cultura del vino. Collabora a progetti di sviluppo sostenibile, con particolare attenzione alla tutela del paesaggio e dell'assetto del territorio, e alla valorizzazione delle produzioni enologiche e dei vitigni autoctoni. Interloquisce con le istituzioni regionali e nazionali per favorire atti e norme a sostegno del vino italiano e dell'enoturismo. Gressan, ha aderito a questa associazione a partire da quest'anno; ne fanno già parte altri sette comuni valdostani: Arvier, Aymavilles, Chambave, Donnas, Morgex, Verrayes e Villeneuve.



“La scelta di entrare a far parte dei comuni “Città del vino” è stata valutata quale strumento strategico per la promozione e valorizzazione del nostro territorio e dei nostri prodotti – sottolinea il Sindaco – perché sentendo i miei colleghi che già ne fanno parte, questa associazione riesce a trasmettere una capillare visibilità su tutto il territorio nazionale.

Pensiamo, con questa iniziativa, di valorizzare il lavoro e dare una visibilità importante ai nostri viticoltori che sempre di più meritano di essere conosciuti in tutto il territorio nazionale. Verranno inoltre organizzate dall'associazione – conclude il Sindaco – parecchi momenti di incontro e promozione sul territorio, come già succede per gli altri comuni valdostani che aderiscono all'associazione”.



INVESTIMENTI CULTURALI

di Elisabetta Dugros

Ho intitolato questo breve articolo "Investimenti culturali" per sottolineare che quanto segue non è un elenco di progetti, manifestazioni, eventi che nel corso di questi anni si sono succeduti, alcuni anche radicati, sul nostro territorio; ripercorrere quanto accaduto nella nostra comunità da un punto di vista, diciamo, culturale è un modo per fare il punto rispetto a quel progetto che ha via via preso forma, un progetto nato dalla robusta convinzione che stimolare il pensiero, nelle sue più svariate forme, serva a elaborare nuovi modelli, nuove sintesi, nuove visioni per rispondere alla incessante trasformazione della nostra realtà. Nuove visioni e nuove sintesi al servizio dell'individuo ma anche, e forse soprattutto, della comunità. Attraverso la manifestazione della propria cultura, un paese, inteso come un territorio abitato da un gruppo di per-

sone, definisce una propria identità che gli viene via via riconosciuta dai propri componenti e da chi dall'esterno guarda a quel paese.

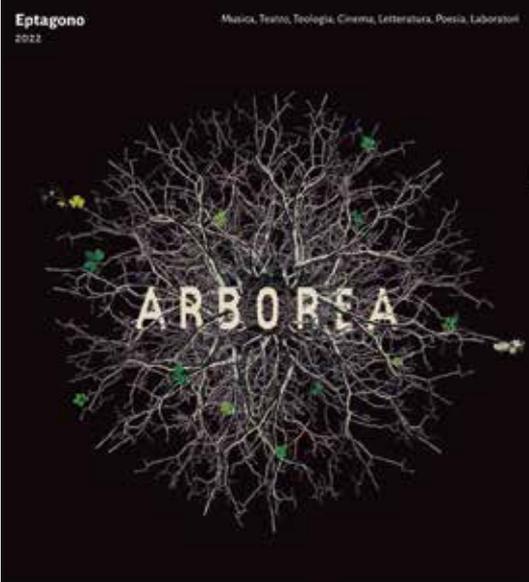
E da qui si diffonde un senso di appartenenza che alimenta da una parte la coesione sociale mentre dall'altra invita al confronto e al dialogo con l'esterno, in un circolo virtuoso di fertili scambi, di arricchimento reciproco.

#ipresepidigressan è un progetto nato dall'esigenza di trovare una risposta concreta al bisogno di aggregazione sociale, che negli anni bui della pandemia, si è manifestato con forza anche nella nostra piccola comunità.

In primavera, dal 12 al 19 maggio, anche quest'anno si svolgerà la rassegna *Eptagono*, arrivata alla sua quarta edizione, che ruoterà intorno al tema del sogno, nella sua duplice valenza freudiana da una parte e visionaria dall'altra - Onirica è

Eptagono
2022

Musica, Teatro, Teologia, Cinema, Letteratura, Poesia, Laboratori



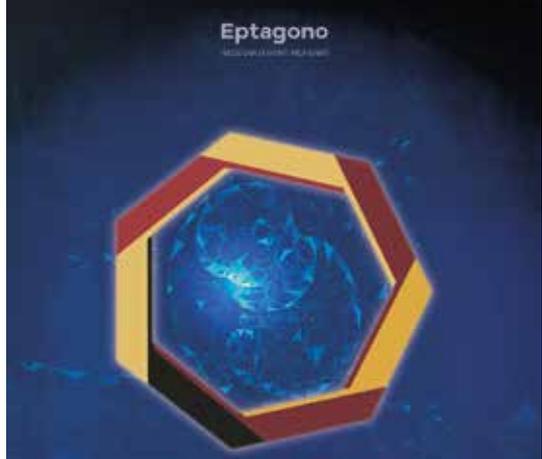
ARBORSEA

13/16/18/20
MAGGIO
2022

Maison Gargantua
Gressan - Valle d'Aosta

Rinaldo Poleno Paola Zaramella Luca Morici Barbara Cavaglia Andrea Demarzo	Andrea DeLuca Alessandro Stenetta Michelangelo Frassinetto Luciano Bertone Mathieu Chouillon Enrica Sulici	Esao Bianchi Selena Ramundo Manuela Filippa Enrico Montemasser Gabriele Radici Rachelle Weller Navidil	Domenico Castaldo Giuseppa Cochetti Marta Lorenzi Marco Micheli Rita Alberti Pirella Natalia Sorangelina El Ung Ying
--	---	--	--

Eptagono
MAGGIO 2022



AQUA
sette sguardi intorno a un tema
MAGGIO 2022

12/13/14/15/16/17/18/19
MAGGIO
2022

Maison Gargantua - Valle d'Aosta

ARTE
Maison Gargantua - Valle d'Aosta

MUSICA
Maison Gargantua - Valle d'Aosta

TEATRO
Maison Gargantua - Valle d'Aosta

LABORATORI
Maison Gargantua - Valle d'Aosta

POESIA
Maison Gargantua - Valle d'Aosta

CINEMA
Maison Gargantua - Valle d'Aosta

TEOLOGIA
Maison Gargantua - Valle d'Aosta

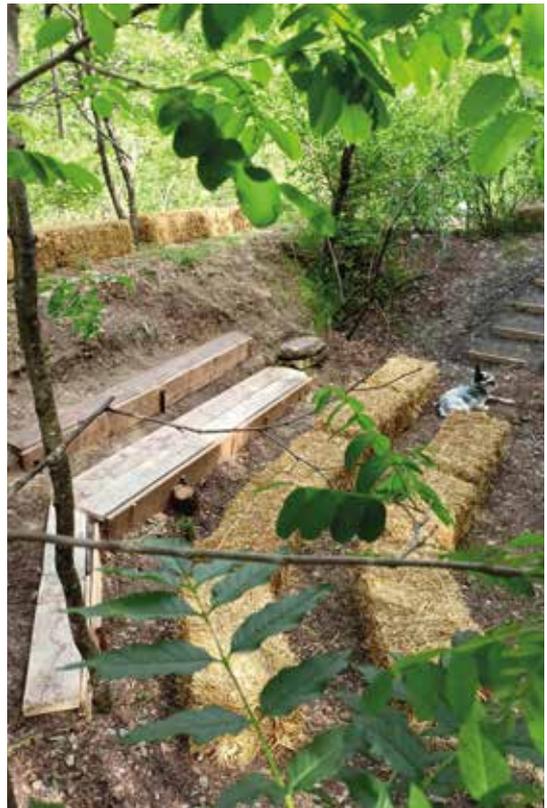
il sottotitolo dell'edizione, dopo Aqua, Arborea e Sidera. Ospiti importanti approfondiranno il tema proposto da un punto di vista psicologico, teologico, biologico, storico, antropologico e anche politico. Il format della rassegna è stato ideato per contrastare l'imperante superficialità con cui oggi spesso si affrontano le questioni della vita, proponendo al pubblico una riflessione tanto più sfaccettata quanto più profonda. Concerti e rassegne, come *Consonanze*, organizzato in sinergia con il comune di Aosta e con il comune di Cogne, durante l'estate, nello splendido scenario della nostra Pila, o *Settembrinmusica*, che ha visto autentici musicisti esibirsi nei luoghi storici di Gressan, offrono esperienze sensoriali e momenti di condivisione e divertimento a gressanen e turisti sempre più interessati a coniugare, nel loro tempo libero, svago e cultura.

Anche ai più giovani sono stati dedicati progetti importanti, dagli arredi delle scuole del territorio, al *Cinescuola*, alle giornate dedicate. Un importante progetto arricchirà quest'anno gli spazi interni ed esterni della scuola primaria del capoluogo grazie a preziose collaborazioni: la scala interna della scuola di Gressan capoluogo sarà decorata con i disegni dei bambini, rivisitati dai ragazzi del Liceo artistico di Aosta; il muro esterno del cortile sarà impreziosito dalla mano dell'artista di fama mondiale, nostra compaesana, Giuliana Cuneaz, che lavorerà con gli alunni della scuola e rivisiterà in chiave artistica i loro disegni.

Agli anziani, pensionati e non del Paese, è stato dedicato il progetto *Ti dico un libro*, proget-



<p>GODEE - CONINOLI QUARTET</p> <p>22.07.2023 18.30 Prato antistante Ristorante Società Pilo, Gressan</p> <p><small>Il progetto musicale di Prato Godée e Lavinia Quintana si fonda sul linguaggio comune dell'improvvisazione come della cultura del jazz italiano e nel tentativo di unire i generi della musica jazz e popolare. Il sodalizio è formato da un quartetto di Godée composto da Prato al violino e gli altri strumenti. In un'occasione particolare, si è formato un quintetto con l'aggiunta di un violoncello. L'attività è stata arricchita con un concerto al punto di incontro con il compositore e il musicista di fama mondiale, nostro compaesano Giuliana Cuneaz, che lavorerà con gli alunni della scuola e rivisiterà in chiave artistica i loro disegni.</small></p>	<p>SILVANA BRUNO</p> <p>08.08.2023 21.00 Collegata S. Orso Aosta</p> <p><small>Con la sua esecutiva sciolta, una Cantata di Synaesthesia (partitura musicale) e un quartetto di Silvana Bruno, il sodalizio Godée e Lavinia Quintana si fonda sul linguaggio comune dell'improvvisazione come della cultura del jazz italiano e nel tentativo di unire i generi della musica jazz e popolare. Il sodalizio è formato da un quartetto di Godée composto da Prato al violino e gli altri strumenti. In un'occasione particolare, si è formato un quintetto con l'aggiunta di un violoncello. L'attività è stata arricchita con un concerto al punto di incontro con il compositore e il musicista di fama mondiale, nostro compaesano Giuliana Cuneaz, che lavorerà con gli alunni della scuola e rivisiterà in chiave artistica i loro disegni.</small></p>	<p>TINTA- MA-ROCK</p> <p>18.08.2023 21.00 Piazza Chanoux Cogne</p> <p><small>Un ampio edonismo pieno di giovinezza e armonia, un'atmosfera musicale e umana, della musica e di tutti i suoi stili e i strumenti della band gressana: Carlo, Lavinia, Prato, il gruppo Godée e Lavinia Quintana. Con il sodalizio Godée e Lavinia Quintana si fonda sul linguaggio comune dell'improvvisazione come della cultura del jazz italiano e nel tentativo di unire i generi della musica jazz e popolare. Il sodalizio è formato da un quartetto di Godée composto da Prato al violino e gli altri strumenti. In un'occasione particolare, si è formato un quintetto con l'aggiunta di un violoncello. L'attività è stata arricchita con un concerto al punto di incontro con il compositore e il musicista di fama mondiale, nostro compaesano Giuliana Cuneaz, che lavorerà con gli alunni della scuola e rivisiterà in chiave artistica i loro disegni.</small></p>
---	---	--



Eptagono
2023

Musica, Teatro, Profezie elettroniche, Cinema, Laboratori, Astronomia, Filosofia

SIDERA



21 / 23 / 25 / 27 / 28
MAGGIO 2023
MAISON GARGANTUA
GRESSAN - VALLE D'AOSTA

Roberto Manfredini
Cenare Margueneraz
Riccardo Manelli
Andrea Bernaguzzi
Alexine Dayné

Enrica Salice
Luca Taccardi
Eva Carazzolo
Enrico Montrosset
Paolo Salomone

Isabella Bodinizzo
Domenico Castaldo
Genevra Giachetti
Marzia Laneri
Marzia Maitese
Raf Albert Padal
Zi Leng Yang

to nato dalla collaborazione con la compagnia Replicante teatro, che da anni, ormai, offre alla nostra comunità spettacoli e laboratori originali e decisamente apprezzati. Laura Costa e Andrea Damarco regalano al pubblico sempre più affezionato di Maison Gargantua letture sceniche e riflessioni pubbliche intorno ad autori e ad opere del calibro di Boccaccio, con le novelle scelte del Decameron, i cameo tratti da I Promessi Sposi di Manzoni, i canti della Comedia di Dante.

Grande valore per il nostro Paese riveste la rinascita e il rinnovato spirito di iniziativa dell'associazione Abro de feu, associazione che si propone di custodire e riattualizzare manufatti dell'artigianato locale, di implementare l'allestimento del museo ecodemoantropologico di Maison Gargantua, di pubblicare le opere inedite del grande poeta e storico Marco Gal,

di organizzare eventi culturali di rilievo regionale intorno a temi e ricorrenze storiche.

Trattasi sempre di investimento culturale di grande valore il prossimo intervento che coprirà le falde del tetto della scuola primaria del capoluogo di pannelli fotovoltaici, progetto che mette in pratica e insegna ai più piccoli che parole come ecologia e sostenibilità, di cui tanto oggi si

parla e di cui tanto il nostro Pianeta necessita, possono davvero diventare azioni concrete ed efficaci per il bene di tutti.

E ancora, il corso di yoga che si prende cura dell'anima, *Doe Paolle* che ci ha ricordato la nostalgia delle veillà di una volta, le presentazioni di libri e le proiezione di pellicole nella nuova sala adibita a cinema della BCC continuano viaggio senza meta di conoscenza e riconoscenza del nostro Comune e della nostra Comunità.

Cine Club di Gressan

Venerdì 1 dicembre 2023
Saline BCC, ore 14.30

ERNEST & CELESTINE
di Stéphane Aubier, Vincent Puzos e Benjamin Renner (2012)
[animazione, 85 min]

Martedì 5 dicembre 2023
Saline BCC, ore 14.30

ALICE IN WONDERLAND
di Tim Burton (2010)

LA VOSSINE DELLE PELLICOLE È APERTA ALLA COMUNITÀ DI GRESSAN



Il Centre d'Études Les Anciens Remèdes presenta

LES LUNDIS DES ANCIENS REMÈDES

12 FEB PREPARO I MIEI RIMEDI PER L'INVERNO
ANNIE ELLI VOUT

04 MAR LA DONNA E LE SUE FASI SERATA PER LA FESTA DELLA DONNA
FRANCESCA MILANI THOMAIN

08 APR ERBE IN FERMENTO! KOMBUCHA: USI E PROPRIETÀ
FRANCESCA BAGNOD

06 MAG PIANTE CURATIVE DA COLTIVARE IN GIARDINO
CRISTINA FAORO

ORARIO: 18.00 BIGLIETTO: 6 € (4 € soci)

PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA333 3589863 o info@anciensremedesjovencaan.itMaison des Anciens Remèdes - 29, Hameau Les Adam
11020 JOVENÇAN (AO)  
www.anciensremedesjovencaan.it


LABORATORI PER ADULTI

24 MAR PROFUMI, RACCONTI ED ERBE
FRANCESCA BAGNOD

13 APR L'ARTE DELLA VANNERIE: UN POMERIGGIO DI INTRECCI
ALDO BOLLON

19 MAG TEMPO DI SMUDGE PROFUMARE CON LE ERBE
FRANCESCA BAGNOD

ORARIO
15 - 17

COSTO
20€ (18 € soci)

LABORATORI PER BAMBINI

DAI 6 AI 12 ANNI

17 MAR UN PENSIERO FIORITO PER IL PAPÀ
JOSETTE CLOS

20 APR BOUQUET DI FIORI CON LE PIGNE
NATHALIE COLLIN

12 MAG UN PENSIERO FIORITO PER LA MAMMA
JOSETTE CLOS

ORARIO
15 - 16.30

COSTO
9 € (7 € soci)

I NOSTRI APPUNTAMENTI

4-7 APRILE	PILA: MEMORIAL FOSSON - CAMPIONATO ITALIANO A SQUADRE RAGAZZI E ALLIEVI
5 APRILE	GRESSAN: PRESENTAZIONE DEL LIBRO «LOUIS E FIDELE» DI RONNY BORBEY MAISON GARGANTUA
6 APRILE	GRESSAN: PROIEZIONE DEL DOCU-FILM "CONTREBANDJI" - SALONE BCC
25 APRILE	GRESSAN: PRESENTAZIONE DEL PROGETTO ORA E SEMPRE 2024-25 E PROIEZIONE DEL FILM ROMA CITTA' APERTA DI ROBERTO ROSSELLINI (1945, 100')
10 MAGGIO	GRESSAN: EPTAGONO 2024 / ONIRICA OUVERTURE DELLA RASSEGNA CON GIULIANA CUNEAZ
11 MAGGIO	GRESSAN: EPTAGONO 2024 / ONIRICA OSPITA PETRINI C. E NAPPINI B.
12 MAGGIO	GRESSAN: EPTAGONO 2024 / ONIRICA OSPITA MAURIZIO STUIGGIA
16 MAGGIO	GRESSAN: EPTAGONO 2024 / ONIRICA OSPITA MANFREDINI R. E DESANDRE' A. CON GILLI M. AL VIOLINO
18 MAGGIO	GRESSAN: EPTAGONO 2024 / ONIRICA OSPITA A. MAGGI E P. CURTAZ
19 MAGGIO	GRESSAN: EPTAGONO 2024 / ONIRICA OSPITA E. SALICE
19 MAGGIO	GRESSAN: EPTAGONO 2024 / ONIRICA - CHIUSURA - "(S)CONCERTO PER SAN KARA"
19 MAGGIO	GRESSAN: AOSTA 21 K (MEZZA MARATONA DI AOSTA) - AREA VERDE DI LES ILES
24 MAGGIO	GRESSAN: FESTA DEL VOLONTARIATO - GRAND CHALET PRESSO AREA VERDE DI LES ILES
25 MAGGIO	GRESSAN: POMERIGGIO DI GIOCHI CON "AOSTA IACTA EST" - MAISON GARGANTUA
26 MAGGIO	GRESSAN: TOR DE GARGANTUA
31 MAGGIO 2 GIUGNO	GRESSAN BIER FEST - AREA VERDE DI LES ILES
31 MAGGIO	GRESSAN: "CAMBIO MUSICA" - CONCERTO SFOM AL SALONE BCC
6 GIUGNO	GRESSAN: INAUGURAZIONE DISEGNI DELLA SCALA SCUOLA CAPOLUOGO
9 AGOSTO	GRESSAN: STAFFETTA ALL'AMERICANA - AREA VERDE DI LES ILES

CONTATTI

ISCRIVETEVI GRATUITAMENTE ALLA MAILING LIST

per ricevere rapidamente informazioni ed aggiornamenti e nuovi programmi

 Tor de Saint-Anselme
frazione La Bagne, 15
11020 GRESSAN (Valle d'Aosta)

 tel. 0165 25 09 46
fax 0165 25 09 51

 biblioteca@comune.gressan.ao.it

 Biblioteca di Gressan

 @bibliogressan

 Biblioteca di Gressan

ORARIO BIBLIOTECA

Normale

Lun: **CHIUSO**

Mar: **15.00 - 19.00**

Mer: **14.00 - 19.00**

Gio: **14.00 - 19.00**

Ven: **14.00 - 19.00**

Sab: **9.30 - 15.00**

