

PIT

PLAN INTÉGRÉ
TRANSFRONTALIER DE
L'ESPACE MONT-BLANC

AUTOUR DU MONT-BLANC

GUIDA ALLA SCOPERTA DEL VALLONE DI ARPY

PASSEGGIATA TRA BOSCO ED EMOZIONI



INDICE

Questa guida è stata realizzata grazie ai cofinanziamenti europei nell'ambito del progetto "Autour du Mont Blanc" facente parte del Piano Integrato Transfrontaliero Espace Mont-Blanc nel quadro del programma di cooperazione transfrontaliera Italia-Francia (Alcotra 2007-2013).

Lo scopo è quello di promuovere il nuovo itinerario tematico "Passeggiata tra bosco ed emozioni" che, grazie allo stesso progetto, è stato realizzato nel vallone di Arpy unitamente ai percorsi "La Miniera di Arpy tra storia e racconto" e "Alla scoperta delle tracce degli animali".



I testi sono di Ivana Grimod, biologa, che ha svolto il coordinamento scientifico del progetto "Autour du Mont Blanc" per il Comune di Morgex.

Le schede della guida relative a Morgex sono state elaborate in collaborazione con l'amministrazione comunale ed in particolare con Andrea Dallago.

Le fotografie relative alla fauna sono di Roberto Andrighetto e Davide d'Acunto, le altre immagini sono di Andrea Dallago, Diego Cesare, Marcello Dondeynaz e Ivana Grimod.

Le cartografie a pag. 6-7 e 8-9 sono state gentilmente concesse dalla Regione Autonoma Valle d'Aosta - Assessorato Territorio e Ambiente. Ortofoto ed. 2006 - aut. n. 1217 del 27.03.2008. Estratto da CTRn ed. 2C - aut n. 1217 del 27.03.2008.

La grafica è di MVComunicazione, Milano.

Si ringraziano per la collaborazione Marcello Dondeynaz e Simona Giovannini.

Il vallone di Arpy	4
Percorsi alla scoperta del Vallone di Arpy.....	7
Il percorso	8
La guida	10
Abete rosso	12
Bistorta	14
Imperatoria	16
Larice.....	18
Licheni	20
Mirtillo nero.....	22
Nocciolo	24
Ontano verde	26
Rododendro	28
Sorbo degli uccellatori	30
Aquila	32
Arvicola delle nevi	34
Camoscio	36
Capriolo.....	38
Cervo	40
Cincia dal ciuffo.....	42
Civetta capogrosso.....	44
Crociere.....	46
Cuculo	48
Fagiano di monte	50
Formica rossa	52
Fringuello.....	54
Gipeto.....	56
Lepre variabile.....	58
Marmotta	60
Merlo acquaiolo.....	62
Picchio nero	64
Picchio rosso maggiore	66
Poiana	68
Sciattolo	70
Volpe	72
Una finestra sul Monte Bianco	74
Il Comune di Morgex	78
Morgex da non perdere	82

IL VALLONE DI ARPY

Lo splendido vallone di Arpy si sviluppa lungo il torrente omonimo, ad una quota di circa 1700 metri, appena sotto il valico alpino del Colle San Carlo che collega i comuni di Morgex e La Thuile. Il vallone è circondato da estesi boschi di conifere ed è caratterizzato da un piccolo villaggio con case in pietra e con una cappella settecentesca.

Il villaggio di origine agricola, grazie ai giacimenti di minerali, agli inizi del 1900 si trasformò in un attivo "borgo" di minatori; nel vallone si possono osservare ancora oggi le tracce dell'attività mineraria.

Una serie di percorsi, da effettuare nelle diverse stagioni dell'anno, vi condurranno alla scoperta della storia e della natura di questo piccolo "angolo di Paradiso".



LA MINIERA DI ARPY TRA STORIA E RACCONTO

Il percorso è un breve itinerario dedicato alla storia del vallone. L'intento è quello di ricordare alcuni aspetti dell'attività in miniera per far emergere la centralità che l'attività estrattiva ha avuto nello sviluppo di questo territorio. I pannelli si trovano presso i luoghi significativi dell'attività mineraria, come gli edifici attualmente adibiti ad Ostello e Foyer de Fond, l'entrata della miniera e l'antica partenza della teleferica per Morgex.

Durata percorso: 90 minuti.

Stagione consigliata: primavera, estate e autunno.



PERCORSI ALLA SCOPERTA DEL VALLONE DI ARPY



BOSCO E BUCHERON

Il percorso è dedicato al bosco: come nasce, come si sviluppa e quali sono gli utilizzi delle principali essenze arboree. Il tracciato è caratterizzato dalla presenza di pannelli con testi e disegni elaborati dagli alunni della Scuola Elementare di Morgex in collaborazione con la competente Stazione Forestale durante una serie di attività didattiche effettuate nel corso dell'anno scolastico 2007.

Durata percorso: 45 minuti.

Stagione consigliata: primavera, estate e autunno.



PASSEGGIATA TRA BOSCO ED EMOZIONI

Si tratta di un itinerario che si snoda nel bosco lungo il tracciato di un antico canale irriguo "ru". Il percorso permette di immergersi nei profumi e nelle luci di un tratto di foresta dall'atmosfera magica.

Durata percorso: 2/3 ore.

Stagione consigliata: primavera, estate e autunno.



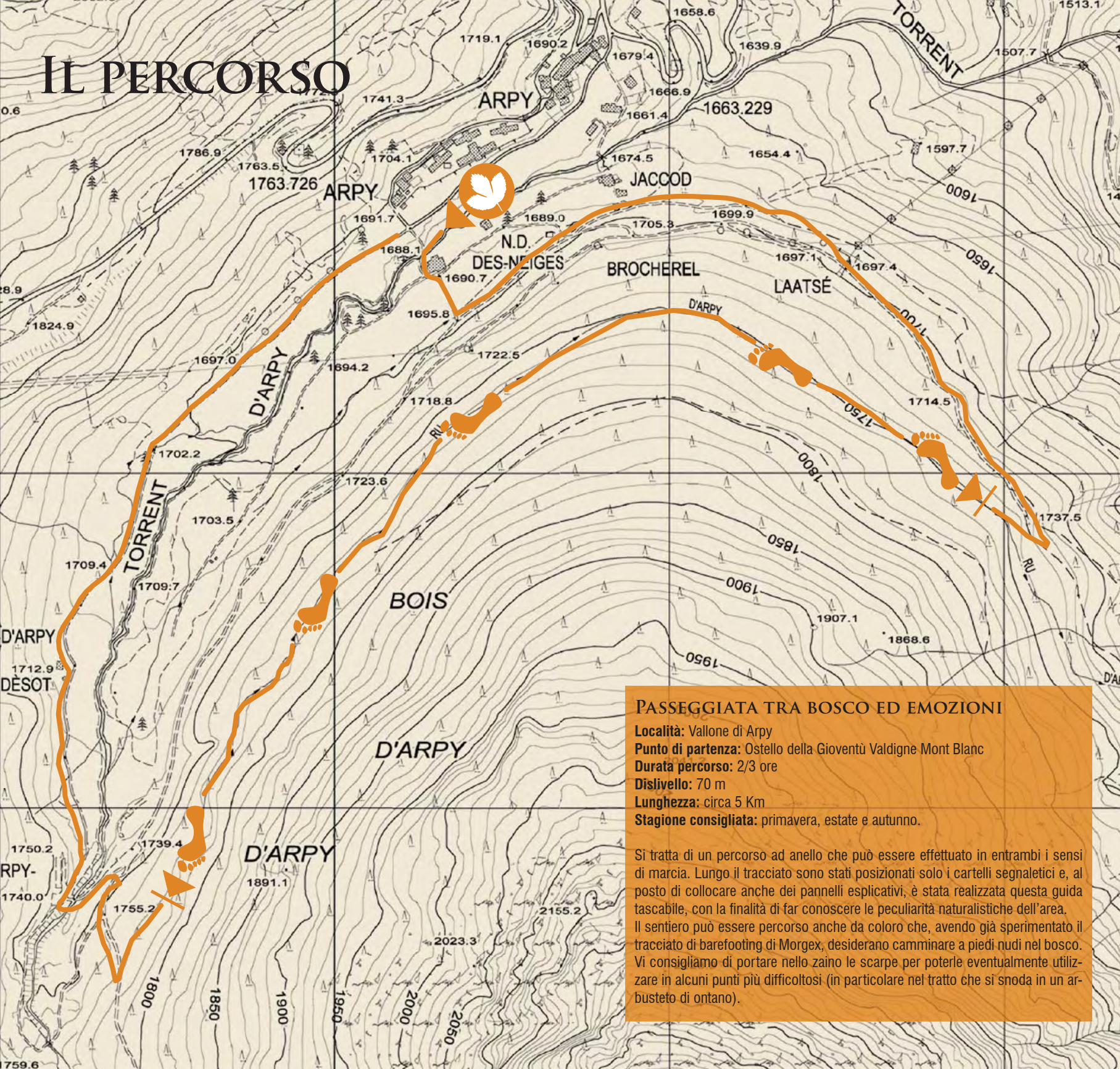
ALLA SCOPERTA DELLE TRACCE DEGLI ANIMALI

La stagione invernale ben si presta all'osservazione delle tracce degli animali in quanto queste sono facilmente rilevabili sul terreno innevato. La finalità del percorso è quella di far scoprire segreti, adattamenti e caratteristiche di alcune specie faunistiche oltre a fornire utili indicazioni al riconoscimento dei loro segni di presenza. L'itinerario si snoda lungo la pista di sci di fondo ed è caratterizzato da pannelli didattici, collocati lungo il tracciato nei soli mesi invernali.

Durata percorso: 60 minuti.

Stagione consigliata: inverno.

IL PERCORSO



PASSEGGIATA TRA BOSCO ED EMOZIONI

Località: Vallone di Arpy

Punto di partenza: Ostello della Gioventù Valdigne Mont Blanc

Durata percorso: 2/3 ore

Dislivello: 70 m

Lunghezza: circa 5 Km

Stagione consigliata: primavera, estate e autunno.

Si tratta di un percorso ad anello che può essere effettuato in entrambi i sensi di marcia. Lungo il tracciato sono stati posizionati solo i cartelli segnaletici e, al posto di collocare anche dei pannelli esplicativi, è stata realizzata questa guida tascabile, con la finalità di far conoscere le peculiarità naturalistiche dell'area. Il sentiero può essere percorso anche da coloro che, avendo già sperimentato il tracciato di barefooting di Morgex, desiderano camminare a piedi nudi nel bosco. Vi consigliamo di portare nello zaino le scarpe per poterle eventualmente utilizzare in alcuni punti più difficoltosi (in particolare nel tratto che si snoda in un arbusteto di ontano).

LA GUIDA

La guida intende favorire l'approccio alla natura attraverso l'utilizzo dei sensi accompagnando il visitatore alla scoperta dell'ambiente che lo circonda. Essa è strutturata in schede di facile utilizzo suddivise per argomenti (vegetali, animali, montagne), con lo scopo di favorire:

- l'osservazione dei segni di presenza della fauna;
- il riconoscimento dei richiami e delle voci degli animali;
- la scoperta di alcune specie vegetali attraverso il tatto e l'olfatto;
- l'identificazione delle principali vette di una parte della catena del Monte Bianco, osservabile da alcuni punti lungo il sentiero.

L'ultima parte della guida è dedicata al Comune di Morgex e alle peculiarità del suo territorio.

UN INVITO: USA I SENSI



OSSERVA



RICONOSCI I SEGNI DI PRESENZA



SENTI IL PROFUMO



DOVE LO PUOI OSSERVARE



ASCOLTA



CURIOSITÀ



ASSAGGIA



USI



TOCCA

CONSIGLI PRATICI

Vi ricordiamo che praticate questo itinerario sotto la vostra responsabilità; tenete conto delle condizioni meteorologiche e della montagna prima di iniziare. Per meglio osservare la fauna presente lungo il percorso vi consigliamo di portare con voi un binocolo e, considerata la bellezza dei luoghi, non dimenticate la macchina fotografica!

Vi invitiamo ad "avere cura" di questi luoghi affinché tutti, anche in futuro, ne possano trarre sensazioni positive.

Buona passeggiata!



ABETE ROSSO L'ALBERO DI NATALE



?

È una pianta molto longeva: può vivere anche fino a 500 anni. L'Abete rosso è utilizzato come albero di Natale. Ogni anno viene offerto un esemplare di particolare bellezza al Vaticano, per esporlo addobbato in Piazza San Pietro. Nel 2011 un abete di 5 tonnellate arrivò dall'Ucraina mentre nel 2003 un esemplare di 110 anni fu donato dalla Regione Valle d'Aosta.



Si tratta di una pianta sempreverde dall'aspetto slanciato in grado di raggiungere i 50 metri di altezza. Si intuisce l'origine del suo nome osservando il colore rossastro della corteccia.

Le pigne, di forma cilindrica, sono rivolte verso il basso; gli aghi, di colore verde scuro, sono inseriti ad uno ad uno a spirale sul ramo.



Nella zona di Arpy questa pianta è diffusa dai 1200 fino ai 2000 metri; può formare boschi di soli abeti oppure misti con il Larice.



La resina, raccolta tramite incisioni nel tronco, un tempo era utilizzata dai valligiani per disinfettare le ferite degli animali domestici, in particolare dei bovini.

Nella medicina popolare i germogli di abete rosso erano utilizzati per preparare uno sciroppo dalle proprietà balsamiche ed espettoranti, a cui ricorrere in caso di tosse e bronchiti.

Il legno, tenero ed elastico, è adoperato in carpenteria per fare assi da tavolato e da armatura.



Tocca gli aghi: li sentirai pungenti. Tocca la corteccia: dà la sensazione di essere squamosa.



BISTORTA

FIORE ROSA SUI PRATI DI FONDOVALLE



Il nome "bistorta" deriva dalla posizione della radice ripiegata a U su sé stessa.

In tempi antichi, la radice lessata veniva utilizzata durante le carestie come sostitutivo di altri cibi, poiché ricca di amido.



È una pianta erbacea alta circa 50-70 centimetri; il fiore è a forma di spiga cilindrica ed è composto da piccoli fiori di colore rosa lilla. Le foglie basali, a forma di lancia, sono caratterizzate da un lungo picciolo; quelle disposte lungo il fusto sono più piccole, di colore verde nella parte superiore e grigio verdastro nella pagina inferiore.



Nel caso della Bistorta, dopo aver riconosciuto la pianta, vi consigliamo di utilizzare il gusto. Le foglie basali possono essere infatti aggiunte all'insalata, alla minestra e alla frittata fornendo un tocco speciale a queste pietanze. La raccolta delle foglie deve essere effettuata in primavera quando queste sono ancora tenere.



La Bistorta cresce nei prati di montagna dai 1000 ai 2000 metri di quota; durante il periodo di fioritura (giugno-luglio) la potete facilmente osservare nei prati del fondovalle di Arpy.



Nella medicina popolare la Bistorta è conosciuta per le sue proprietà antiemorragiche, astringenti, cicatrizzanti, antinfiammatorie, febbrifughe e lenitive. Per fare i decotti si utilizzano soprattutto le radici, che contengono tannini, amido, acido ossalico, vitamina C e zuccheri.



IMPERATORIA

LA MEDICINA DELLA NONNA



? *Un tempo i contadini bruciavano una piccola quantità di Agrou nelle stalle per disinfettare l'ambiente. In caso di mal di denti dovuto ad una carie, per diminuire il dolore, si usava mettere un frammento di radice direttamente nella cavità malata del dente.*



Si tratta di una pianta erbacea, alta circa 60 centimetri, caratterizzata da piccoli fiori bianchi riuniti in ombrelle. Le foglie, divise in tre foglioline, sono di colore verde lucido nella parte superiore.



La parte inferiore della foglia, di colore verde chiaro, risulta vellutata al tatto.



L'Imperatoria cresce nei boschi radi, nei luoghi umidi, lungo le scarpate di ruscelli e nei prati concimati dai 1000 ai 1800 metri di quota.



Nel dialetto valdostano l'Imperatoria è conosciuta come "Agrou" ed è stata la pianta maggiormente utilizzata nella medicina popolare. Tutte le sue parti (radici, fiori, foglie e fusto) venivano adoperate per curare contusioni, ferite, ascessi, mal di denti, stati infiammatori e dolori reumatici. Ad uso interno, il decotto era utilizzato in caso di raffreddore, tosse, problemi digestivi e per stimolare l'appetito. Attualmente l'Imperatoria è utilizzata per produrre distillati, prodotti omeopatici ed erboristici.



Avvicinatevi alla pianta per coglierne il profumo: si tratta di un odore forte e aromatico che, una volta sentito, difficilmente si scorda, permettendovi così il riconoscimento in altre occasioni.



LARICE

L'ESSENZA DELLE CASE DI MONTAGNA



?

Nell'antichità questa pianta era considerata sacra, poiché amante della luce, resistente alle intemperie ed in grado di vivere su terreni impervi. Nel comune di Morgex, in località Grignes Rosses, è presente un larice monumentale che, con i suoi mille anni, risulta essere il più vecchio dell'intera regione.



Il Larice è l'unica conifera italiana che perde le foglie: in autunno i suoi aghi diventano di colore giallo per poi cadere in inverno.

Si tratta di una pianta dal tronco slanciato che può raggiungere i 40 metri di altezza. Durante la bella stagione la chioma è di colore verde chiaro.

Gli aghi, lunghi pochi centimetri, sono disposti sui rami a ciuffetti di 20-40.



È una pianta tipica delle Alpi occidentali, molto robusta e rustica. Il Larice può vivere anche a quote elevate, infatti a volte raggiunge e supera i 2300 metri di altitudine.



Accarezzate gli aghi: sono morbidissimi!

La corteccia delle piante giovani è liscia mentre quella delle piante mature si presenta al tatto spessa, ruvida e fessurata in grandi placche.



Il suo legno, di colore rosso-bruno e molto resistente agli agenti atmosferici, è da sempre utilizzato in carpenteria ed in falegnameria per la costruzione di tetti, travi, pavimenti e serramenti. Si può affermare che tutte le vecchie case di montagna sono state costruite con il Larice.

Un tempo la resina veniva raccolta dalle screpolature della corteccia per preparare rimedi contro la tosse ed il raffreddore.



LICHENI

UNA VITA DI COPPIA



Le macchie di colore sulle rocce e le strane forme appese ai rami sono i licheni! Gialli, arancioni, grigi, fogliosi, crostosi... sono tante le specie che si possono osservare durante una passeggiata. Tra i licheni che prediligono le conifere, vi segnaliamo *Letharia vulpina* e le “barbe di bosco”. Le “barbe di bosco” hanno un aspetto frondoso con filamenti grigio verdastri mentre *Letharia vulpina* presenta una colorazione giallastra.



I licheni sono in grado di sopravvivere ovunque e possono colonizzare quasi tutte le superfici esterne: la terra nuda, le rocce, i tronchi e i rami degli alberi.



Passando una mano su di un lichene potete sentirne la forma; vi consigliamo invece di non toccare *Letharia vulpina* in quanto irritante per gli occhi e le mucose.



I licheni furono utilizzati come medicinali dagli antichi Egizi; attualmente sono impiegati in profumeria e in fitoterapia soprattutto per curare i disturbi bronchiali.

Letharia vulpina contiene sostanze tossiche anche per l'uomo: proprio per questa sua caratteristica un tempo era usata nella preparazione di esche mortali per volpi e lupi. Le “barbe di bosco” sono molto sensibili all'inquinamento atmosferico, per questo sono considerate veri e propri bioindicatori.



Il lichene sembra un organismo unico, in realtà si tratta di un'alga microscopica e di un fungo che vivono in simbiosi. L'alga, attraverso la clorofilla e l'energia solare, produce le sostanze nutritive; il fungo fornisce l'acqua e le sostanze minerali e provvede alla riproduzione.



MIRTILLO NERO

UN ARBUSTO DALLE MILLE VIRTÙ



È un arbusto alto 20-30 cm con foglie ovali e frutti di colore bluastro che maturano durante l'estate.



Una volta individuato l'arbusto vi consigliamo di assaggiare le prelibate bacche. Ricordatevi però che la raccolta è regolamentata dalle normative regionali che consentono di raccogliere, giornalmente, al massimo 1 chilo di mirtilli per persona.



Questo arbusto è presente nel sottobosco di conifere e in zone di brughiera dai 1200 ai 2500 metri di quota; predilige i versanti piuttosto freschi e i terreni silicei.



Nella medicina popolare il Mirtillo è da sempre utilizzato come coadiuvante nelle terapie per la fragilità capillare, per l'insufficienza venosa, per le infezioni delle vie urinarie e per il diabete.

Altre proprietà terapeutiche del mirtillo consistono nel proteggere dai radicali liberi e nel migliorare la circolazione sanguinea dell'occhio, potenziando nel contempo la visione notturna. Per le preparazioni farmaceutiche si adoperano le foglie e i frutti; per l'uso alimentare si usano solo le bacche che si possono consumare fresche o trasformate in ottime marmellate o gustosi succhi.



Ricetta per la marmellata: 500 gr di mirtilli, 300 gr di zucchero, 150 ml di acqua.

Lavate i mirtilli, versateli in una pentola con lo zucchero e l'acqua. Fate cuocere il tutto per 1 ora e mezza mescolando lentamente. Versate il composto ancora bollente in un vasetto sterilizzato, chiudetelo e capovolgetelo facendolo raffreddare avvolto in un panno tiepido. Buona colazione!



NOCCIOLO

UNA RISERVA DI ENERGIA



Il Nocciolo è un arbusto ramificato che può raggiungere i 5 metri di altezza; le foglie sono a forma di cuore.

Il frutto ovale ha un guscio legnoso e duro di colore marrone rossiccio con all'interno un seme, molto apprezzato anche dagli uccelli e dai piccoli mammiferi.



Il nocciolo è una pianta resistente al freddo e molto adattabile; la si può osservare ai margini dei prati, nei fondovalle, oppure nel sottobosco fino ad una altezza di 1300 metri.



I rami del nocciolo, per la loro notevole flessibilità, sono usati per realizzare le bacchette a Y dei raddomanti.



In questo caso vi consigliamo di utilizzare il senso del gusto e di assaggiare le nocciole: sono buone, molto energetiche, ricche di minerali e vitamine. Attenzione però a non esagerare: 100 grammi di frutto corrispondono a circa 600 calorie!



Le nocciole, fin dai tempi più antichi, sono state utilizzate come alimento in grado di produrre energia grazie all'elevato contenuto di acidi grassi insaturi, con proprietà simili a quelle dell'olio extravergine di oliva. Questo frutto, dotato peraltro di una buona digeribilità, è consigliato agli sportivi e in caso di convalescenza. L'olio di nocciole è adoperato in gastronomia e nell'industria cosmetica.

Il legno è utilizzato per preparare bastoni, pali e cerchi di botti.



ONTANO VERDE L'AMANTE DELL'ACQUA



Si tratta di un arbusto a forma di cespuglio alto fino a 3 metri con rami sottili e chioma densa. Le foglie sono di colore verde brillante. Osservate bene i frutti: sono simili a pigne in miniatura!



Il nome latino *Alnus*, di derivazione celtica, significa vicino all'acqua e indica i luoghi dove si può trovare questa pianta: vallette umide, zone fresche nei pressi di torrenti e ruscelli, canaloni di valanga dai 1400 ai 2200 metri di quota.



A livello delle radici vi sono dei piccoli noduli che contengono particolari batteri in grado di fissare l'azoto e di fornirlo alla pianta. Questa in cambio cede loro diversi elementi nutritivi ed alcuni sali minerali. Per tali ragioni la presenza di questo arbusto contribuisce a migliorare la qualità del terreno.

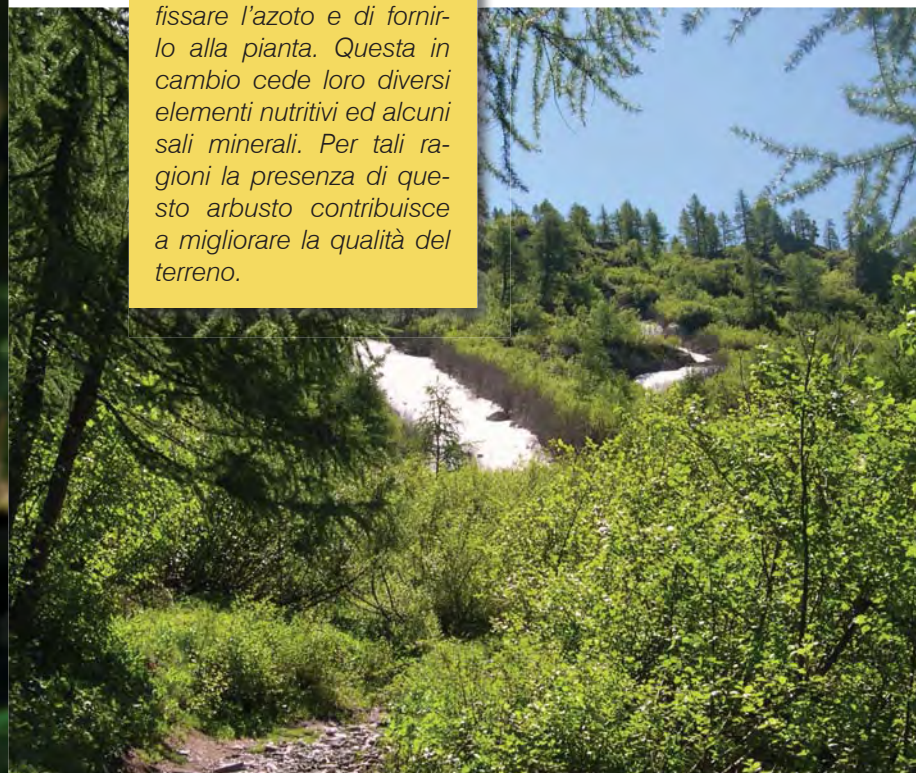


Passate la mano sulla corteccia grigio verde: è liscia con piccole lenticelle in rilievo.



L'Ontano verde, è una pianta pioniera, in grado di colonizzare anche le zone soggette alla caduta di valanghe e frane. Questo arbusto, con le sue lunghe radici e i rami flessuosi, forma una boscaglia molto compatta (provate a passarci in mezzo con gli sci o a piedi... ve ne accorgete!) in grado di fornire un'efficace protezione contro l'erosione del suolo: per tali motivi è adoperato nei rimboschimenti.

Il legno, molto resistente all'acqua, fu utilizzato in tempi antichi nella costruzione delle palafitte.



RODODENDRO

LA ROSA DELLE ALPI



Il Rododendro è un arbusto sempreverde con foglie lucide di colore verde scuro. È ben riconoscibile durante il periodo di fioritura: i fiori, riuniti a gruppi, sono di colore fucsia.

Vale la pena fare una passeggiata per sentire il profumo dei fiori e per ammirare queste bellissime macchie di colore nel bosco.

Nei boschi di Arpy la fioritura avviene nel mese di luglio.



Le foglie sono coriacee al tatto.



Il rododendro è presente, come sottobosco, nelle foreste di conifere; si trova anche nelle praterie d'altitudine e nei macereti fino ai 2500 metri di quota.



Un tempo il Rododendro era utilizzato per fare dei bouquet da collocare sulle porte delle stalle e delle case con lo scopo di allontanare i malefici. Si usava inoltre spargere le ceneri di questo arbusto per tenere lontani i fulmini in caso di forti temporali estivi.



Il nome deriva dal greco e significa "albero della rosa". Questo arbusto, sulle Alpi, è alto all'incirca 50 centimetri. Sull'Himalaya esistono specie arboree che raggiungono anche i 25 metri di altezza e che costituiscono dei veri e propri boschi: immaginatevi il profumo e la bellezza del paesaggio durante il periodo di fioritura!



SORBO DEGLI UCCELLATORI L'ALBERO DALLE BACCHE ROSSE



Il sorbo degli uccellatori è un albero di modeste dimensioni. È infatti alto al massimo 15 metri ed è caratterizzato da fiori bianchi che si trasformano in frutti di colore rosso vivo. Le bacche rimangono sulla pianta anche per gran parte della stagione invernale.



È possibile osservare questa pianta dal fondovalle fino ai 1800 metri di quota. Il sorbo è utilizzato anche come arredo nei giardini delle case di montagna. Un tempo era considerato sacro ed era piantato vicino alle abitazioni con la funzione di tenere lontani gli spiriti maligni e i fulmini.



Al tatto, la corteccia grigio-argento è liscia come pure le bacche.



I frutti, ricchi di vitamina C, sono usati in erboristeria per le loro proprietà diuretiche e astringenti; sono inoltre utilizzati nella preparazione di marmellate e gelatine.

Il legno, duro e flessibile, era usato un tempo per fare manici di utensili. I rami più sottili, invece, servivano per costruire i cesti.



Le bacche sono un cibo gradito dagli uccelli. Per tale ragione i cacciatori avevano l'abitudine di utilizzarle come esca per catturare l'avifauna migratrice: da qui il nome comune della pianta.



AQUILA

LA REGINA DEI CIELI



? *La coppia, stabile nel tempo, costruisce più nidi utilizzati alternativamente. La femmina depone 2 uova che vengono covate per un mese e mezzo; è compito del maschio andare a cercare il cibo e sostituire, per brevi periodi, la femmina nella cova. I piccoli nascono in maggio e rimangono nel nido fino a luglio; la coppia, per stimolare gli aquilotti all'invololo, lascia il cibo a loro destinato su speroni rocciosi a una certa distanza dal nido stesso.*



L'Aquila costruisce i propri nidi, caratterizzati da un diametro anche di 2-3 metri, negli anfratti di grandi pareti rocciose. All'inizio della primavera il nido viene assestato dagli adulti con rami e foglie verdi: in questo periodo esso risulta più facilmente individuabile.



È possibile osservare questo splendido rapace solitamente in volo, mentre effettua lunghe planate ad ali immobili mantenute orizzontali e allineate con il corpo.



Questo grande rapace diurno emette sporadicamente un suono simile ad un "kui kui".



L'Aquila reale si riconosce per il forte becco adunco, per i robusti artigli e soprattutto per le grandi dimensioni: possiede infatti un'apertura alare di oltre 2 metri. Questa struttura le consente di predare animali anche più pesanti di lei. Il piumaggio è bruno scuro; la zona delle spalle e della nuca è dorata. Si possono distinguere i giovani esemplari per le macchie bianche al centro delle ali e alla base della coda.



ARVICOLA DELLE NEVI UN PICCOLO RODITORE A 4000 METRI DI QUOTA



zampa anteriore

zampa posteriore



L'Arvicola delle nevi, per sopravvivere al lungo inverno, scava una sequenza di gallerie tra la neve ed il terreno, dove trova riparo dal freddo ed erbe secche per cibarsi. In primavera, a testimonianza della sua attività invernale, rimangono nel suolo i caratteristici solchi delle tane sotterranee.



Questo simpatico roditore può essere osservato nei prati limetofi ai boschi, nelle vicinanze delle baite e nelle pietraie.



Il piccolo roditore emette brevi grida acute durante il periodo riproduttivo, cioè da fine aprile ad agosto.



L'Arvicola ha dimensioni leggermente superiori a quelle del Topo selvatico; si distingue per la forma arrotondata del corpo ricoperto da una folta pelliccia che riveste anche la coda.



Grazie alla folta pelliccia l'Arvicola delle nevi può vivere anche ad altitudini molto elevate: sul versante francese del Monte Bianco è stata osservata ad una quota di oltre 4000 metri su isolotti rocciosi in mezzo ai ghiacciai.



CAMOSCIO VIVERE ARRAMPICANDO



Sul terreno innevato è possibile osservare l'impronta degli zoccoli di forma simile ad un cuneo allungato. Le fatte sono di colore scuro e disseminate in piccoli gruppi.



La testa è chiara con due evidenti bande brunastre che si estendono fra il labbro superiore e l'occhio. Altro segno di riconoscimento sono le corna, a forma di uncino e di colore nero.

Queste sono a crescita continua, con un periodo di sospensione durante l'inverno; tale arresto determina un caratteristico solco, simile ad un anello, ben visibile sulla parte posteriore del corno. Il numero di anelli permette di valutare l'età dell'animale.



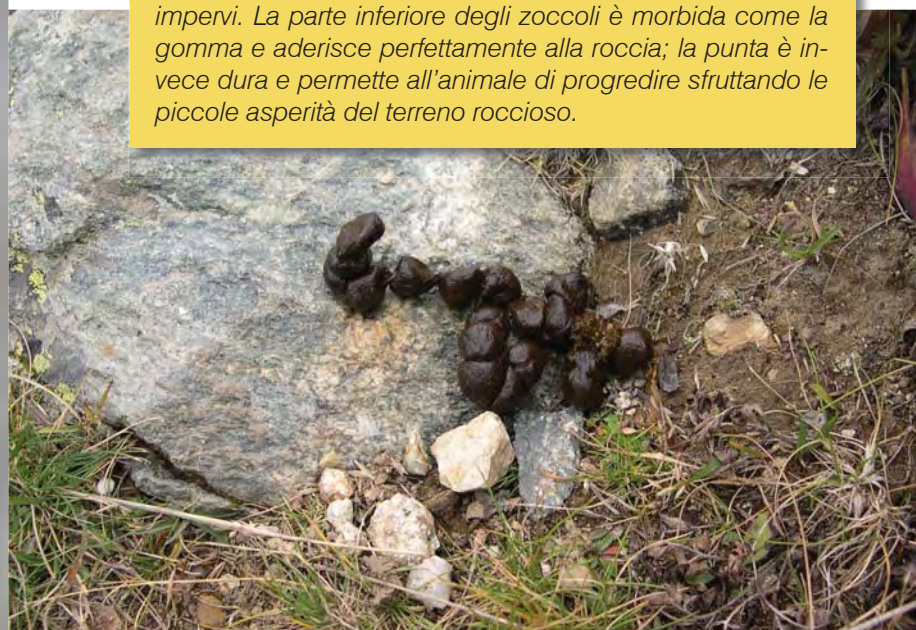
In caso di pericolo, il Camoscio emette un suono simile ad un fischio che è prodotto dall'espulsione dell'aria attraverso le narici. Il belato è invece il tipico richiamo tra femmina e piccoli.



Il Camoscio vive di preferenza in zone caratterizzate da affioramenti rocciosi, ma può frequentare anche la prateria alpina e il bosco, soprattutto in inverno. Per osservarlo vi consigliamo, oltre al vallone di Arpy, le zone del Col Croce e le aree intorno ai laghi di Arpy e di Pietra Rossa.



Questo animale è un buon arrampicatore, molto resistente e perfettamente adattato agli spostamenti in ambienti impervi. La parte inferiore degli zoccoli è morbida come la gomma e aderisce perfettamente alla roccia; la punta è invece dura e permette all'animale di progredire sfruttando le piccole asperità del terreno roccioso.



CAPRIOLO

L'ELEGANZA NEL SALTO



In primavera la femmina partorisce uno o due piccoli dai quali, a volte, si allontana per andare alla ricerca di cibo. In caso di pericolo i piccoli non scappano, ma rimangono immobili cercando di mimetizzarsi nell'erba. Non si tratta di animali abbandonati: dovete dunque lasciarli dove sono e non toccarli in modo che la madre li possa ritrovare.



Le impronte degli zoccoli, ben visibili sulla neve e nel fango, si riconoscono per la forma a cuneo e per le piccole dimensioni. Gli escrementi sono di colore marrone scuro e disseminati a gruppi.



Il Capriolo frequenta i boschi con un abbondante sottobosco e i prati limitrofi. Per osservarlo, vi consigliamo di appostarvi in primavera, al mattino presto o alla sera, nei pressi di Arpy, Buillet e Kirriaz.



Il Capriolo è un animale di norma silenzioso ma quando si trova di fronte ad un pericolo emette una sorta di abbaio ripetuto.



Questo animale si riconosce per la forma aggraziata del corpo e per la struttura assai esile e, quando lo si osserva nella fuga, per l'eleganza dei suoi salti.

Il maschio, a differenza della femmina, presenta sul capo un tipico palco costituito da due aste caratterizzate da tre punte.



CERVO

IL SIGNORE DEI BOSCHI



Il Cervo lascia sulla neve una pista facilmente riconoscibile per le notevoli dimensioni dell'impronta degli zoccoli. Gli escrementi sono scuri, a forma di proiettile o di cilindro allungato.



Il Cervo frequenta le foreste con abbondante sottobosco e con numerose radure. Per l'osservazione il periodo ottimale è la primavera, al mattino presto o nelle ore crepuscolari, quando l'animale esce sui prati limitrofi ai boschi alla ricerca dell'erba tenera. A tal proposito vi consigliamo di appostarvi nei pressi di Arpy e di Fond d'Arpy.



Durante la stagione riproduttiva il maschio emette un rauco e profondo richiamo, il bramito, simile ad un muggito amplificato. Vale veramente la pena ascoltarlo! Il periodo migliore per farlo è il mese di ottobre, verso sera, lungo la strada che da Morgex conduce al Col San Carlo.



Il Cervo è un animale di grandi dimensioni, può superare anche i 200 chili di peso.

I maschi si distinguono dalle femmine per la maggiore taglia e per la presenza di imponenti corna ramificate denominate "palco". I piccoli, fino a tre mesi, sono facilmente riconoscibili per la presenza sul dorso di macchie chiare.



Il palco viene perso ogni anno in primavera per poi ricrescere lentamente fino al mese di luglio, quando raggiunge nuovamente le dimensioni definitive; durante la ricrescita è ricoperto da una specie di pelle, il velluto, che ha la funzione di proteggerlo.



CINCIA DAL CIUFFO IL FOLLETTO DEI BOSCHI



?

La sua dieta è costituita essenzialmente da insetti che sono ricercati sui rami, sul terreno alla base dei tronchi oppure nel legno di piante marcescenti.

Un'altra cincia osservabile nei boschi di Arpy è la Cincia mora, riconoscibile per il capo di colore nero dove spiccano le guance bianche. Il suo richiamo è composto da una successione di suoni simili ad un "tziu tziu tziu".



I nidi sono generalmente ben nascosti, quindi per l'individuazione di questa specie diventano essenziali l'osservazione diretta ed il riconoscimento del canto.



La Cincia dal ciuffo è osservabile essenzialmente nelle foreste di conifere mentre si sposta da un ramo all'altro alla ricerca di cibo.



Il richiamo è costituito da una serie di "trilli".



Questo uccello, come indicato dal nome stesso, è facilmente riconoscibile per la presenza sul capo di un particolare ciuffo appuntito. Il capo, bianco-grigio, è caratterizzato da un collarino e da due striature di colore nero.



CIVETTA CAPOGROSSO

LA SIGNORA DELLA NOTTE



? *La specie caccia di notte e dunque l'udito diventa un senso prioritario per localizzare la preda. Le due aperture auricolari sono disposte sul capo in posizione asimmetrica per selezionare con maggiore precisione la provenienza dei suoni. Il bordo delle penne remiganti è finemente sfrangiato per smorzare il rumore del battito delle ali: si tratta insomma di un piccolo radar vivente dal volo silenzioso!*



La Civetta capogrosso è un rapace notturno che cattura piccoli roditori e uccelli. Le prede vengono ingoiate intere; le parti non digerite sono rigurgitate in seguito sotto forma di borre, piccoli ammassi di ossa, penne e peli.



Questo rapace frequenta i boschi di conifere puri o misti a latifoglie. In caso di avvistamento di fori nei tronchi di betulle e pioppi tremuli provate a grattare lievemente il tronco: forse qualcuno potrà affacciarsi!



Se durante le ore notturne sentirete questo canto “ou-ou-ou”, composto da una serie di note emesse in rapida successione, sappiate che si tratta della Civetta capogrosso.



Si tratta di un rapace notturno di piccole dimensioni ma con una testa assai grande: non per niente si chiama “capogrosso”! Si riconosce anche per l'assenza di ciuffi sulle orecchie e per gli occhi di colore giallo.



CROCIERE

UN BECCO INCONFONDIBILE



Il particolare becco incrociato funziona come una pinza in grado di divaricare e di staccare le squame che ricoprono le pigne e di rendere raggiungibili i semi custoditi all'interno. Per fare tali operazioni il Crociere a volte si appende a testa in giù oppure incastra la pigna alla biforcazione dei rami.



La nostra attenzione può essere colpita da numerose pigne disseminate sul terreno alla base delle conifere: si tratta dei residui del "pasto" del Crociere.



Questo particolare uccello si trova esclusivamente nei boschi di conifere. È possibile individuarlo non tanto in volo quanto sui rami, posato o in posizioni acrobatiche, intento ad estrarre i semi delle conifere.



Il richiamo è facilmente distinguibile perché composto da un suono simile a un "kiup kiup".



Se osservato con il binocolo, il Crociere risulta riconoscibile per il becco incrociato. Il maschio possiede un piumaggio rosso con ali e coda scure; la femmina è bruna con dorso giallo-verdastro.



CUCULO

SI SENTE MA NON SI VEDE



La femmina depone il proprio uovo nel nido di altri uccelli, che sfrutta per la cova e l'allevamento. Gli uccelli ospiti non si accorgono dell'accaduto poiché il Cuculo, dopo la deposizione, ha l'accortezza di sottrarre una delle uova già presenti nel nido. Il piccolo cuculo è accudito dai genitori adottivi anche se, al momento della nascita, si presenta diverso dai fratellastri.



Per questa specie non è possibile indicare segni di presenza in quanto il Cuculo non costruisce nidi, non cova le uova né alleva i propri piccoli.



Il Cuculo è una specie schiva, di difficile osservazione. Gli ambienti frequentati sono i boschi e le zone alberate dal fondovalle fino ai 2300 metri di quota.



Il tipico richiamo "cu-cu" è inconfondibile ed è emesso di frequente, spesso è ripetuto di seguito per 20-30 volte.



Il Cuculo è caratterizzato da una coda lunga, da ali appuntite e da zampe corte. Il piumaggio è grigio rossiccio, le parti inferiori del petto, delle ali e della coda hanno una serie di righe trasversali nere e bianche.



FAGIANO DI MONTE UN MASCHIO INCONFONDIBILE!



? Durante l'inverno il Fagiano di monte scava dei ricoveri sotto la neve per proteggersi dai predatori e per evitare un'eccessiva dispersione termica. Se vi capiterà di passare vicino al suo rifugio, potreste rimanere sorpresi dal vederlo uscire all'improvviso da sotto il manto nevoso ed involarsi con rapidi battiti di ali.



Con un po' di fortuna, si possono osservare sul manto nevoso i resti di igloo scavati nella neve come riparo. Gli sterchi, a forma di cilindro, hanno un aspetto granuloso per la presenza di residui vegetali.



Il Fagiano di monte predilige le foreste con sottobosco ricco di rododendro e mirtillo. Durante il periodo degli amori i maschi si riuniscono in radure, poste al margine superiore della foresta, dove effettuano i combattimenti e le parate per conquistare le femmine. È questo il momento migliore per osservarli... ma occorre essere lassù già all'alba!



Durante il periodo degli amori, in primavera, il maschio emette un tipico canto udibile anche ad un chilometro di distanza, composto da soffi ripetuti e da "rugolii", suoni simili al tubare dei piccioni.



Il maschio è facilmente riconoscibile per il colore nero bluastrò, la coda a forma di lira e una stria rossa sopra l'occhio... un vero splendore! La femmina, marrone con strie nere, è molto mimetica nel sottobosco.



FORMICA ROSSA

L'IMPORTANZA DEGLI ODORI



Sul corpo della formica sono presenti varie ghiandole che emettono particolari sostanze odorose utili per la comunicazione. I differenti odori servono per il riconoscimento individuale, per la localizzazione delle prede e per il ritrovamento della pista durante il ritorno al nido.



Guardate attentamente nel bosco: potreste scorgere grossi cumuli di aghi di conifere e rametti secchi. Si tratta della parte superiore di un formicaio, costruito solitamente sopra ceppi di alberi in decomposizione e costituito da una fitta rete di gallerie che si estende anche nel sottosuolo.



La Formica rossa è caratterizzata da un colore rosso ruggine; le zampe, l'addome e le antenne sono invece decisamente più scure.



Questi piccoli animali utilizzano, come mezzo di offesa e di difesa, acido formico ad alta concentrazione contenuto nell'addome. Tale sostanza, caratterizzata da un odore forte e pungente, è spruzzata dalle formiche per difendersi in caso di pericolo e per bloccare le proprie prede, costituite in prevalenza da altri insetti.



Le formiche rosse vivono nei boschi di conifere dove contribuiscono attivamente alla lotta contro gli insetti dannosi, divorandone ogni anno grandi quantità.



FRINGUELLO

IL BUONGIORNO DEL MATTINO



Durante l'inverno i fringuelli presenti sulla catena alpina diventano decisamente più numerosi poiché le popolazioni che vivono nel nord Europa vengono a svernare da noi.



I nidi a coppa, rivestiti di licheni e muschi, non sono facilmente osservabili in quanto localizzati fra le fronde degli alberi. Per individuare il Fringuello dovete dunque riconoscerlo al canto.



Si tratta di una specie molto comune che si può osservare un po' dappertutto: nei boschi, nei prati e nei villaggi.



La specie emette un canto allegro, ripetuto di frequente ed intercalato da un suono simile ad un "pink", in grado di suscitare buonumore nell'ascoltarlo.



Il Fringuello, simile ad un passero come dimensioni, è reso inconfondibile da due larghe barre bianche sulle ali. Il maschio possiede una vivace colorazione: la gola e le guance sono rosso arancio, mentre il petto e la nuca sono grigio azzurro.



GIPETO

IL COLLEZIONISTA DI OSSA



Il Gipeto si nutre prevalentemente della parte scheletrica di animali morti. Davvero singolare è la sua tecnica di alimentazione: le ossa troppo grandi per essere ingerite intere sono trasportate in volo e lasciate cadere sulle rocce, affinché si riducano in frammenti di più facile deglutizione. Il Gipeto, un tempo assai diffuso sui rilievi, è scomparso dalle Alpi a causa della persecuzione diretta da parte dell'uomo: l'ultimo esemplare presente in Valle d'Aosta fu ucciso nel 1913. I gipeti attualmente presenti derivano dalle reintroduzioni effettuate in Francia e in altri paesi europei.



Il Gipeto costruisce grossi nidi, con un diametro anche di 2-3 metri, negli anfratti delle pareti rocciose.



Il Gipeto è un grande avvoltoio con un'apertura alare di oltre due metri e mezzo. In volo si distingue per le ali appuntite e la coda a forma di cuneo; se avvistato da una distanza relativamente breve si nota il ciuffo di penne nere nella parte inferiore del becco.



Si tratta di un uccello di norma silenzioso. Se la fortuna vi sarà così amica da consentirvi di osservarlo da vicino, sentirete solo il fruscio delle sue ali a contatto con l'aria e un'intensa emozione per questa "meraviglia" della natura.



Di tanto in tanto alzate gli occhi: nei cieli del vallone di Arpy è possibile avvistarlo.



LEPRE VARIABILE

UN MIMETISMO PERFETTO

? *La Lepre variabile è ben adattata alle alte quote: possiede un folto mantello con peli che ricoprono anche la pianta dei piedi, consentendole così di limitare la dispersione termica e di avere una maggiore superficie di appoggio, molto utile su terreno innevato.*



La lepre, muovendosi a salti, lascia una traccia inconfondibile del tutto simile ad una Y. Gli arti anteriori poggiano a terra uno dietro l'altro, quelli posteriori, nel salto, si posano sul terreno dinanzi agli anteriori in maniera appaiata.

Anche gli escrementi sono facilmente riconoscibili: sono di colore bruno con forma rotondeggiante, disseminati a piccoli gruppi e costituiti da resti vegetali secchi.



La Lepre variabile è molto simile alla Lepre comune ma con orecchie e coda più corte. A partire dall'autunno inizia una progressiva muta del pelo che, diventando completamente bianco, rende l'animale molto mimetico sulla neve; rimangono nere solo le punte delle orecchie.



Per il suo mimetismo è assai raro poter osservare questo splendido animale. Gli ambienti frequentati sono i boschi, le praterie alpine e i ghiaioni fino a quote assai elevate.



MARMOTTA

UNA TANA PER CASA



Sul terreno sono ben visibili gli ingressi delle tane scavate nel terreno.

“C'è qualcuno in casa?” Se la tana è utilizzata troverete sul bordo dell'entrata terra smossa ed eventuali resti di erbe e, avvicinandovi, sentirete un odore non del tutto gradevole!



Questo roditore è un animale facilmente osservabile, durante le ore diurne, sulle praterie alpine e nelle radure nei boschi; a tal proposito vi consigliamo la zona tra il Lago d'Arpy ed il Lago di Pietra Rossa.



Le marmotte, in caso di pericolo, emettono un suono simile ad un fischio acuto: si tratta di un vero e proprio grido, essendo prodotto dalle corde vocali.



La Marmotta è un animale dalle forme arrotondate, con muso largo e zampe corte, dotato di una folta pelliccia di colore grigio bruno.

Potete distinguere i piccoli nati nell'anno per le minori dimensioni e per la colorazione grigio uniforme del mantello.



Questi mammiferi vivono in tane scavate nel terreno munite di una o più entrate. Le tane sono costituite da gallerie assai lunghe, anche una decina di metri, e da uno o più anfratti dove gli animali passano la notte, partoriscono e trascorrono il lungo inverno in letargo. Durante il sonno invernale tutti i componenti del gruppo familiare si raccolgono insieme, stretti gli uni agli altri, per limitare la dispersione di calore.



MERLO ACQUAIOLO

VOLARE SOTT'ACQUA



?

Il Merlo acquaiolo vola veloce sul pelo dell'acqua e si tuffa fino a un metro e mezzo di profondità per catturare insetti acquatici e pesciolini, rimanendo in apnea anche per 10 secondi.

Questo uccello è provvisto di un piumaggio fitto ed impermeabile, di ali corte per nuotare e di narici che, in fase di immersione, si chiudono tramite una membrana. Inoltre le unghie sono appuntite per ancorarsi alle pietre, gli occhi sono adattati alla visione subacquea e le ossa sono pesanti per favorire l'immersione. Un vero e proprio "sottomarino" vivente!



L'unico segno di presenza è il nido rotondeggiante che risulta visibile solo quando è ubicato sotto i ponti; il Merlo acquaiolo lo costruisce anche nelle fessure delle rocce limitrofe all'acqua o alle cascate.



Questa specie vive lungo i corsi d'acqua, dove si sposta velocemente da un sasso all'altro alla ricerca di cibo.



La specie emette un richiamo metallico simile ad un "tzic".



Se nei pressi delle rive del torrente notate un piccolo uccello scuro con un'evidente macchia bianca sul petto e con la coda tenuta sollevata, state osservando un Merlo acquaiolo.



PICCHIO NERO CHI BUSSA?



?

I nidi del Picchio nero non più utilizzati diventano un valido rifugio per molti altri animali, quali la Civetta capogrosso e lo Scoiattolo.



Il Picchio nero scava il proprio nido nei tronchi utilizzando il forte becco: il foro d'ingresso, di forma ellittica e con un'altezza di 10-12 cm, è ben visibile. Anche gli scavi alimentari, effettuati allo scopo di ricercare gli insetti, sono facilmente riconoscibili per la loro forma irregolare e per le discrete dimensioni.



Il Picchio nero frequenta i boschi di conifere puri o misti a latifoglie. Con un po' di fortuna lo potete osservare in volo oppure mentre è posato sui tronchi verticali dove può facilmente arrampicarsi grazie alle dita dei piedi: due sono posizionate in avanti e due sono rivolte all'indietro.



I richiami del picchio nero sono molto particolari: in volo emette suoni simili ad un "kru kru kru" e ad un "klihh klihh" se posato sui rami.

Altro tipico segnale di presenza della specie è il forte suono prodotto dalle veloci successioni di colpi di becco sui tronchi: si tratta di un tambureggiamento territoriale udibile anche ad un chilometro di distanza.



Il piumaggio è completamente nero ad eccezione della sommità del capo di colore rosso.



PICCHIO ROSSO MAGGIORE

SE LO VEDI
NON LO SCORDI



Il Picchio rosso maggiore scava il proprio nido nei tronchi: il foro d'ingresso è circolare e con un diametro di 5 centimetri. Ben visibili sulle piante sono gli scavi alimentari costituiti da tanti piccoli buchi prodotti con il becco e dai quali il picchio estrae gli insetti con la lunga lingua.



Questo picchio emette un richiamo simile ad un "kik"; altro segnale di presenza della specie è il tambureggiamento dovuto ai colpi inferti con il becco sulla corteccia e caratterizzato da un crescendo finale.



Il Picchio rosso maggiore frequenta varie tipologie di ambienti, dalla campagna alberata del fondovalle ai boschi di latifoglie e conifere. Con un po' di fortuna lo si può osservare mentre effettua il suo tipico volo ondulato.



Si tratta di una specie di rara bellezza per i colori del suo piumaggio: sul dorso, sulla testa e sulla coda si alternano il nero e il bianco, mentre il rosso vivo spicca sul sottocoda e sul ventre.

?

Il picchio si nutre di insetti lignicoli che ricerca sui rami, sotto le cortecce o lungo i tronchi dove sale con facilità.

Un altro uccello, in grado di arrampicarsi agevolmente lungo i tronchi, è il Rampichino alpestre.

Si tratta di un passeriforme caratterizzato da un lungo becco, leggermente arcuato, e dal colore del piumaggio molto mimetico.



POIANA

LA SIGNORA DEL GIORNO



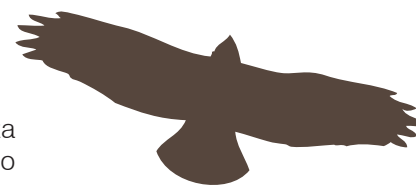
I nidi, costituiti in prevalenza da un groviglio di rami, hanno un diametro che supera a volte il mezzo metro; essi risultano ben evidenti quando sono localizzati negli anfratti di piccole pareti rocciose.



Il richiamo, emesso in volo, è simile ad un miagolio lamentoso paragonabile ad un "kiiiee".



Quando è in volo, la Poiana è riconoscibile per le ali larghe e leggermente rialzate, la coda corta e la testa incassata fra le spalle.



Durante le ore diurne è facilmente osservabile in volo: si tratta infatti di una specie molto diffusa che frequenta una vasta gamma di ambienti. È un rapace molto abile nello sfruttare le correnti ascensionali e nel compiere grandi cerchi in aria senza battere le ali. È frequente osservarla anche quando è posata sulla cima di alberi e pali, intenta ad avvistare possibili prede. La dieta, molto varia, è composta da roditori, piccoli uccelli, insetti, anfibi e rettili.



La Poiana, per meglio esplorare l'ambiente e localizzare le prede, è in grado di effettuare lo "spirito santo" ossia un particolare volo con il quale riesce a mantenersi immobile in aria, per alcuni minuti, con la coda spiegata e con le ali vibranti.



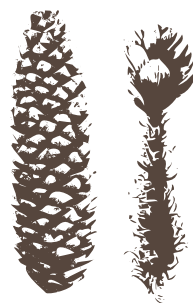
SCOIATTOLO

L'EQUILIBRISTA DEI BOSCHI



? Non va in letargo! Lo scoiattolo è attivo anche in inverno: rimane nel proprio nido, senza uscire per più giorni consecutivi in caso di prolungate nevicate.

Le zampe posteriori, più lunghe di quelle anteriori, permettono all'animale di muoversi con molta destrezza e velocità, mentre le forti unghie e i cuscinetti plantari gli consentono di arrampicarsi con sorprendente abilità sugli alberi. La lunga coda è usata da bilanciare durante i salti da un ramo all'altro.



abete rosso



pino cembro



nocciolo

larice



Nel bosco si possono osservare i resti delle pigne rosicchiate sotto i rami degli alberi dove lo Scoiattolo va a mangiare.

Questo simpatico animale nasconde il cibo in eccesso in piccole buche che è in grado di ritrovare nei periodi di carenza alimentare.



Si può osservare lo Scoiattolo nei boschi durante le ore diurne.



Lo Scoiattolo emette brevi grida acute e suoni di eccitamento simili ad un "tiouk tiouk tiouk".



Si tratta di un animale dalle dimensioni medio-piccole con una lunga e folta coda portata in posizione eretta; le orecchie sono sormontate da vistosi ciuffi di pelo.



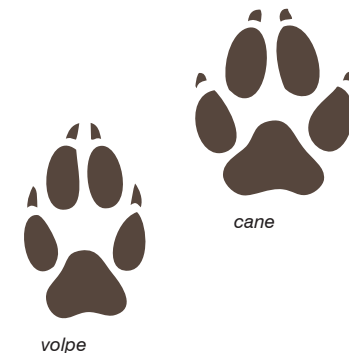
VOLPE COSÌ "FURBA"... DA ADATTARSI A QUALSIASI AMBIENTE



Le impronte, facilmente visibili sulla neve e sul fango, sono molto simili a quelle di un cane di medie dimensioni. Anche gli escrementi sono facilmente riconoscibili: di forma cilindrica sono appuntiti ad una sola estremità e posti solitamente sui sassi e sui bordi di sentieri.



Grazie alla sua capacità di adattamento, la Volpe è in grado di frequentare svariati ambienti: boschi, prateria alpina, prati e aree limitrofe ai villaggi. Le ore migliori per l'osservazione sono quelle serali quando, con un po' di fortuna, è possibile avvistarla mentre perlustra il terreno alla ricerca di cibo.



La Volpe emette versi simili ad un rauco abbaio, udibili durante il periodo degli amori tra dicembre e marzo.



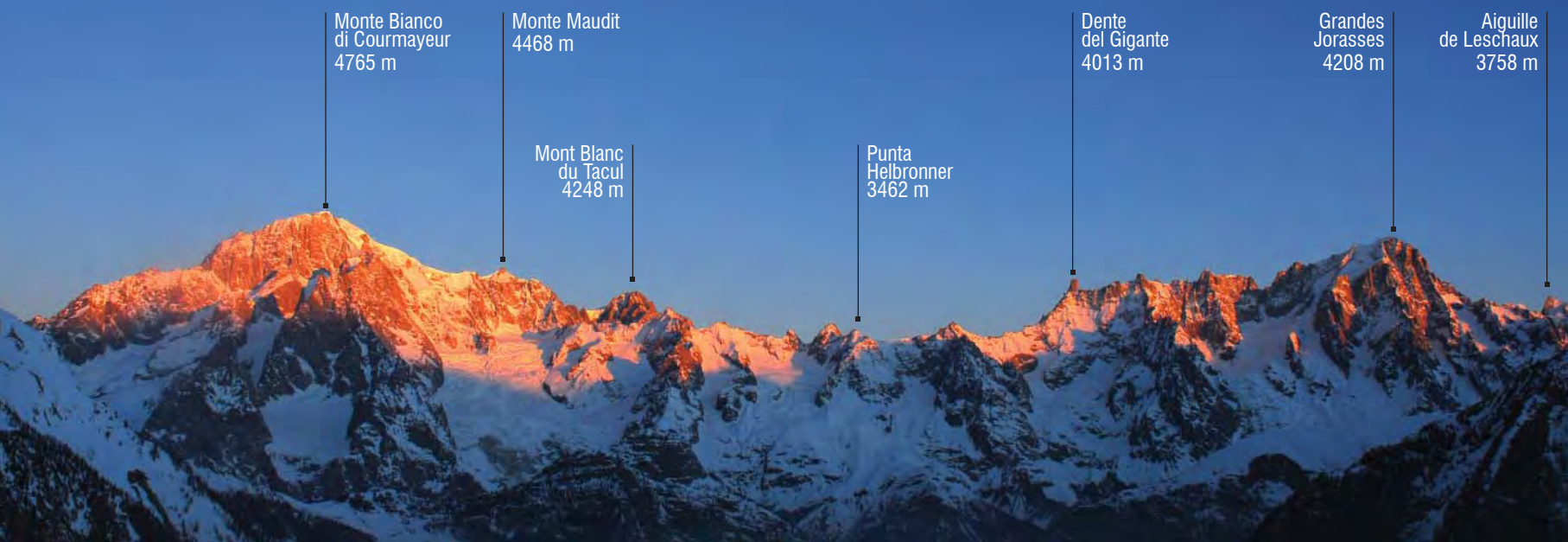
Questo carnivoro, simile ad un cane di media grandezza, è di colore bruno rossastro con un muso appuntito e con una coda lunga e voluminosa.



La Volpe, pur essendo un carnivoro, si comporta da onnivoro: mangia un po' di tutto, dai frutti ai piccoli roditori, variando la sua dieta in relazione alle stagioni. In inverno la Volpe nasconde l'eventuale cibo in eccedenza in buche scavate nella neve per usufruirne nei periodi di carenza alimentare.



UNA FINESTRA SUL MONTE BIANCO



Monte Bianco
di Courmayeur
4765 m

Monte Maudit
4468 m

Mont Blanc
du Tacul
4248 m

Punta
Helbronner
3462 m

Dente
del Gigante
4013 m

Grandes
Jorasses
4208 m

Aiguille
de Leschaux
3758 m

MONTE BIANCO DI COURMAYEUR 4765 M

Si tratta di una spalla, ben visibile da Courmayeur, della cima del Monte Bianco (4810 m); essa non costituisce una meta vera e propria ma piuttosto un punto di passaggio per giungere sul tetto d'Europa. Il nome Monte Bianco comparve per la prima volta su di una cartografia del 1744, prima ancora questa imponente vetta era chiamata Montagne Maudite in quanto gli abitanti delle valli credevano che sulla sua cima vi abitassero i demoni.

MONT MAUDIT 4468 M

Si tratta di una splendida montagna dal nome funesto: il toponimo francese significa infatti "montagna maledetta". La via normale si snoda lungo il versante nord caratterizzato da un aspetto himalayano per la presenza di numerosi crepacci e di grandi seracchi. Nel luglio 2012, la caduta di un seracco ha generato una valanga che ha travolto gli alpinisti impegnati nella salita, uccidendone 9 e ferendone 11.

DENTE DEL GIGANTE 4013 M

Il Dente del Gigante deve il suo nome alla sua inconfondibile forma: non a caso lo zoccolo nevoso, su cui si staglia la parete rocciosa, è chiamato "gengiva". La prima ascensione fu effettuata nel 1882 lungo il versante sud, dove si snoda la via normale che si raggiunge dal Rifugio Torino, posto sul versante italiano a 3375 metri di quota.

GRANDES JORASSES 4208 M

Les Grandes Jorasses, con una cresta sommitale lunga circa 1 chilometro, sono caratterizzate da diverse punte tra cui le famose Whympers e Walker. Questa montagna presenta numerosi itinerari alpinistici tra i più belli e difficili dell'arco alpino che comportano ascensioni anche di 12-15 ore con passaggi esposti e forti pendenze.



AIGUILLE NOIRE DE PEUTEREY 3772 M

Si tratta della più poderosa e leggendaria guglia delle Alpi: la montagna che ogni alpinista sogna di scalare. Il nome deriva dal colore grigio-nero della sua magnifica roccia. La via più frequentata è quella che percorre la cresta sud: 1100 metri di dislivello, dalle 7 alle 10 ore di scalata impegnativa con passaggi fino al V grado superiore.

GHIACCIAIO DELLA BRENVA

Il ghiacciaio della Brenva ha una lunghezza di oltre 6 km ed è caratterizzato, nella sua parte mediana, da un'immensa seraccata, a valle della quale vi è il gradino roccioso detto Pierre à Moulin costituito da rocce montonate e levigate. In fondo è presente una lingua terminale coperta di detriti e soggetta a fasi alternate di regresso e di espansione.

BIVACCO ECCLES

Situato in uno degli ambienti più selvaggi e spettacolari del Monte Bianco, questo bivacco rappresenta il punto di appoggio per le più importanti vie di salita alla vetta sul versante italiano. Le vie sui Pilastrini del Brouillard e sui Piloni del Freney, insieme alle vicende degli alpinisti che le hanno scalate, costituiscono tappe fondamentali nella storia dell'alpinismo.

ALCUNE NOTIZIE QUA E LÀ

Prima salita al Monte Bianco

Jacques Balmat e Michel Gabriel Paccard furono i primi a salire, dal versante francese, sul tetto d'Europa l'8 agosto del 1786.

Prima donna a raggiungere la vetta

La prima damigella a giungere sulla vetta fu Marie Paradis nell'anno 1808 con il figlio di 14 anni e con la guida Jacques Balmat.

Tempi di salita alla cima del Monte Bianco dalla via normale italiana

Primo giorno

Dal lago Combal al Rifugio Gonella, dislivello 1400 metri, tempo di salita 5 ore.

Secondo giorno

Dal rifugio Gonella alla vetta, dislivello 1739 metri, tempo di salita 8 ore.

E poi bisogna tornare indietro!

I più veloci

Da Courmayeur alla vetta del Monte Bianco il record di velocità fu stabilito, nel 1995, da Fabio Meraldi: 3800 metri di dislivello in 6 ore e 45 minuti. Non cercate di imitarlo: la vostra salute potrebbe risentirne!

A settembre 2012 lo skyrunner catalano Kilian Jornet Burgada ha stabilito il record in traversata: in 8 ore e 45 minuti partendo dal centro di Courmayeur è giunto a Chamonix, salendo in solitaria fino sulla cima del Monte Bianco attraverso la difficile cresta Innominata. Un alpinista con un buon allenamento impiegherebbe tre giorni per fare lo stesso percorso.

Gli strani casi del destino

I due più gravi incidenti aerei avvenuti sul massiccio hanno interessato la stessa compagnia di bandiera, Air India, a distanza di 16 anni uno dall'altro. Nel 1950 si schiantò, proprio sotto la cima, il quadrimotore Malabar princess con 48 persone a bordo e nel 1966 subì la stessa sorte il Boing 707 Kangchenjunga con 117 passeggeri. In entrambi i casi non vi furono superstiti.

IL COMUNE DI MORGEX



Il comune di Mergex è situato nel **“cuore della Valdigne”**, al centro della parte nord occidentale della Valle d’Aosta, caratterizzata dalla spettacolare presenza del massiccio del **Monte Bianco**. Mergex si trova in una porzione di fondovalle pianeggiante, ad una quota di 923 metri, a pochi chilometri dalle **Terme di Pré-Saint-Didier** e dai centri turistici di **La Thuile** e **Courmayeur**.

Il suo delizioso borgo è attraversato dalla tranquilla Via Valdigne che consente di scoprire il paese con i suoi due monumenti di particolare pregio architettonico: la Chiesa di Santa Maria Assunta e La Tour de l’Archet. La **Parrocchia di Mergex** è molto antica; all’interno della chiesa, di origine paleocristiana, si possono ammirare gli affreschi, l’altare maggiore e la cappella quattrocentesca. L’esterno è invece caratterizzato dal bellissimo campanile romanico. Anche il castello, denominato **La Tour de l’Archet**, in relazione alla torre centrale alta 15 metri, ha origini molto remote: il nucleo primitivo risale all’anno 998. L’edificio, utilizzato come presidio sulla via di fondovalle che conduceva oltralpe,

è stato impiegato dai **Signori di Savoia** per le loro udienze generali. Completamente ristrutturata, La Tour de l’Archet è ora sede della **Fondazione “Centro studi storico-letterari Natalino Sapegno”** e ospita la biblioteca del famoso letterato.

Mergex ha sempre posto particolare attenzione alle tematiche ambientali cercando di coniugare, in maniera concreta, il binomio **agricoltura-turismo**.

Infatti, grazie ad una radicata attività agricola, il turista può trovarsi immerso nella natura e scoprire i prodotti tipici di qualità del territorio. Questo sforzo ha fatto sì che aziende già insediate abbiano potuto migliorare la loro offerta ed ha favorito la nascita di nuove iniziative volte al potenziamento dell’economia multisettoriale del paese. Una di queste è stata inaugurata recentemente: si tratta del **Marché Agricole de la Valdigne**.

Il Comune di Mergex si è aggiudicato nel 2011 il premio annuale **“Comuni rinnovabili”** di Legambiente, vedendogli riconosciuto a livello nazionale l’impegno nel campo dell’innovazione energetica ed ambientale.



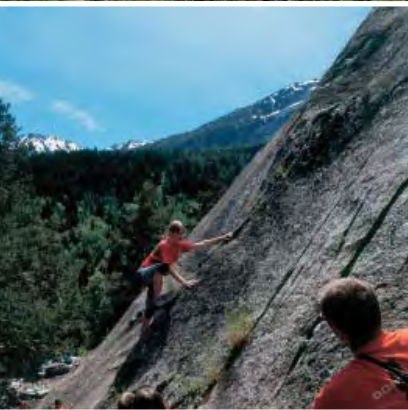


UNA VACANZA NELLA NATURA A "DIMENSIONE FAMIGLIA"

Per quanto concerne l'offerta turistica Morgex mette a disposizione, oltre alle sue bellezze naturali, una vasta gamma di servizi:

- un'efficiente biblioteca in grado di fornire all'appassionato lettore tutte le più recenti novità;
- due parchi gioco per i più piccoli con molte attrazioni; un'oasi ideale per qualche ora di spensieratezza e di svago;
- tre aree pic-nic, nella zona del Colle San Carlo, perfettamente attrezzate per una tranquilla merenda all'aperto.

Sul suo territorio troverete una grande varietà di percorsi per effettuare indimenticabili passeggiate in montagna.



ESCURSIONISMO, PASSEGGIATE A CAVALLO, BAREFOOTING...

Per chi ama una vacanza attiva, Morgex offre la possibilità, durante tutto l'arco dell'anno, di effettuare molti sport immerso in un contesto unico.



... SCI DA FONDO, RAFTING, ARRAMPICATA E TANTO ALTRO ANCORA...

Le piste di fondo sono localizzate nel vallone di Arpy: un angolo magico che sembra uscito da un libro di fate!

Il comprensorio, situato a 1700 metri di quota, offre piste perfettamente battute di diverso livello di difficoltà, una pista pedonale per chi vuole fare una passeggiata sulla neve e un piccolo snow park per i bambini, oltre ad un Foyer di fondo con noleggio, maestri e tutti i relativi servizi. Nello stesso edificio troverete il bar, il ristorante e la possibilità di pernottare presso l'Ostello Valdigne Mont Blanc.

Nel vallone di Arpy e al Col San Carlo è inoltre possibile effettuare alcune splendide escursioni con le racchette da neve; una in particolare, il Belvedere, si presta ad essere realizzata anche di sera con le lampade frontali o ancora meglio al chiarore della luna.

Per gli amanti dello sci alpino o dello snowboard è possibile raggiungere quotidianamente, da Morgex, i vasti comprensori sciistici di La Thuile e di Courmayeur.



MORGEX DA NON PERDERE

PERCORSO DI BAREFOOTING

Si tratta di un percorso stabile per la camminata a piedi scalzi, uno dei primi creati in Italia e l'unico della Valle d'Aosta, caratterizzato da una serie di postazioni sensoriali ed attrezzato in modo da consentire la visita anche da parte di persone non vedenti e ipovedenti.

Il **barefooting** è un'attività relativamente nuova nel settore delle Alpi occidentali e consiste nel percorrere un sentiero a piedi nudi al fine di trarre benefici da un'esperienza sensitiva, di tipo tattile, a diretto contatto con la natura. Il percorso, localizzato sul fondovalle nell'area sportiva di Morgex, si snoda per circa **600**

metri ed è caratterizzato da tratti costituiti da diversi materiali quali pietre, erba, legno, acqua, sabbia e fango.

Lungo il tracciato sono presenti alcune postazioni sensoriali che introducono il visitatore alla scoperta dell'**ambiente naturale della Valdigne** attraverso l'utilizzo dei vari sensi.



MARCHÉ AGRICOLE DE LA VALDIGNE

Il Comune di Morgex, partecipando al progetto "**Saveurs d'Hauter**" (Piano Integrato Transfrontaliero Espace Mont-Blanc, programma di cooperazione transfrontaliera Italia-Francia, Alcotra 2007-2013, cofinanziato dall'Unione Europea), ha attrezzato l'area antistante la **ex cappella di San Giuseppe** come sede del "Marché Agricole de la Valdigne", che si svolge **ogni giovedì dalle ore 08:00 alle ore 13:00**. Le Marché Agricole è un mercato di prodotti **agricoli locali, tradizionali e a denominazione di origine protetta (DOP)**; inoltre è un luogo di incontro, dove il consumatore può conoscere di persona il produttore agricolo.

Formaggi, miele, marmellate, conserve, vini, frutta ed ortaggi sono solo alcuni dei prodotti che si possono acquistare a prezzo equo e trasparente, poiché **venduti direttamente dai produttori**.

**Marché Agricole
de la Valdigne**

www.marcheagricolevaldigne.it



I VIGNETI PIÙ ALTI D'EUROPA

Il Comune di Morgex, insieme a quello di La Salle, detiene il primato di possedere sul proprio territorio **i vigneti più alti d'Europa**, localizzati fino a 1200 metri di quota. Da questa uva maturata ai piedi del Monte Bianco deriva un vino speciale, dalle caratteristiche organolettiche uniche: **il Blanc de Morgex et de La Salle**. Per produrre il Blanc si utilizza un antichissimo vitigno che ben si è adattato al clima particolare della montagna e al breve periodo vegetativo a disposizione. Ancora oggi, come un tempo, la vigna è posta su pergolati bassi localizzati in aree terrazzate. Il vino ha un colore giallo, un profumo speciale e un sapore da provare!

Oltre a quello classico viene prodotto un vino molto particolare che deriva da uve tardive raccolte di notte, ancora ghiacciate, nel mese di dicembre. Si tratta del **"Vino dei Ghiacci - Chaudelune"**, dal colore giallo dorato, ottimo da abbinare a dolci e a formaggi.

LA RISERVA NATURALE DEL MARAIS

La **zona umida del Marais**, Riserva Naturale dal 1992, è costituita da un piccolo residuo di habitat ripariale, a testimonianza di quell'ambiente che un tempo occupava vaste superfici lungo tutta la piana della Dora Baltea.

La zona umida del Marais riveste una grande importanza dal punto di vista faunistico poiché rappresenta un'area di sosta e nidificazione per numerose specie di uccelli. In particolare i **migratori**,



che transitano nella regione, trovano in questo sito l'unico luogo di sosta nel tratto fra Aosta e Courmayeur. Attualmente la Riserva è inglobata nel **Sito di Importanza Comunitaria denominato Zona Umida di Morgex**, istituito ai sensi della Direttiva 92/43/CEE. L'area ospita specie di uccelli tutelate da Convenzioni internazionali e una foresta alluvionale di importanza prioritaria.

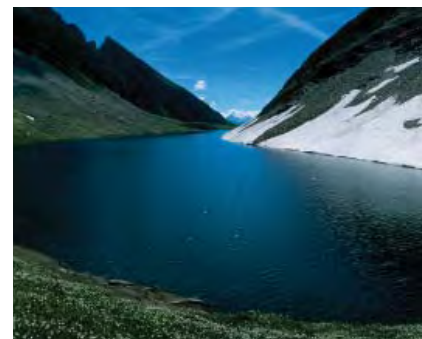
IL VALLONE DI LICONY

Il **vallone di Licony** si trova sul versante opposto rispetto a quello di Arpy ed è caratterizzato dal bellissimo lago omonimo incastonato tra le praterie alpine e le pendici dei monti **Testa di Licony** e **Testa del Curru**. Dopo le foreste di conifere, si apre agli occhi dell'escursionista un paesaggio quasi di altri tempi, contraddistinto da antichi alpeggi e dal verde degli alti pascoli.

LA MAGIA DEI LAGHI DI MONTAGNA

Il Lago di Licony

Si tratta di uno dei più grandi laghi naturali della Valdigne e della Valle d'Aosta. Questo lago, dalle acque di colore blu intenso, è localizzato nel vallone omonimo ad una quota di **2555 metri**; si accede dalla **Frazione Villair di Morgex**, con un percorso della durata di circa 4 ore. Vi consigliamo, giunti al lago e dopo esservi riposati, di salire sino al **Colle di Licony** dove la vista sulla catena del Monte Bianco è "mozzafiato".





Lago d'Arpy

Il Lago d'Arpy è sicuramente uno dei laghi più conosciuti della Valle d'Aosta per la bellezza del paesaggio lacustre e per la **spettacolare vista sulla catena del Monte Bianco**. Il lago, situato ad una quota di 2000 metri, si raggiunge con una passeggiata di 45 minuti su di un facile sentiero che parte direttamente dal Colle San Carlo.

Lago di Pietra Rossa

Questo lago si trova in una conca, a **2553 metri** di altitudine, sulle pendici del **Mont Colmet** ed è caratterizzato da acque con tonalità verde smeraldo. Si parte dal **Col San Carlo** e si percorre il comodo sentiero che porta al **Lago di Arpy**. Da qui, per raggiungere il lago di Pietra Rossa il percorso si fa più impegnativo (tempo di salita circa 3,5-4 ore).

CAPPELLE VOTIVE: PICCOLI ANGOLI DI ANTICA FEDE

Tra gli aspetti del patrimonio culturale vi segnaliamo le cappelle "votive", presenti in molte frazioni e tutte restaurate:

Cappella del Dailley – dedicata a Santa Margherita, è caratterizzata da un altare ligneo con una tela del diciottesimo secolo.

Cappella del Lavancher – fu costruita in onore di Santa Barbara, San Francesco e Sant'Anna, come voto contro le frane

e le valanghe che minacciavano la frazione.

Cappella del Liarey – risale alla seconda metà del seicento, in un periodo di epidemia di peste, e fu dedicata a San Pietro e Nostra Signora della pietà.

Cappella di Arpy – dedicata alla Madonna delle Nevi, fu benedetta nel 1749.

Cappella di La Ruine – fu edificata in onore di Maria Regina della Valle d'Aosta.

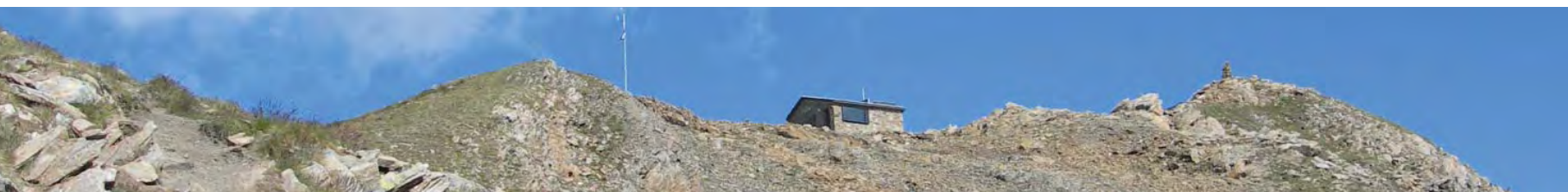
Cappella del Villair – è situata al centro della frazione ed è dedicata a San Rocco e San Grato.

Cappella di Licony – dedicata alla Madonna di Lourdes, è interamente costruita in una grotta: si tratta dell'unica chiesa rupestre delle Alpi. Si trova sul sentiero che porta al lago omonimo.



BIVACCO LUIGI PASCAL: UN TERRAZZO SUL MONTE BIANCO

È un bivacco situato in una magnifica posizione panoramica di fronte al **massiccio del Monte Bianco**: una passeggiata da non perdere! Il bivacco, posto a **2916 metri** di quota nei pressi della **Tête de Licony**, non è gestito ma è aperto durante tutto l'anno; all'interno vi sono 12 posti letto per chi vuole passare una notte in quota.



Indirizzi utili

Comune di Morgex.....	www.comune.morgex.ao.it
Pro Loco www.prolocomorgex.it	0165 809912
Poliambulatorio	0165 809300
Fondazione Sapegno www.sapegno.it	0165 235979
Cave du Vin Blanc de Morgex et de La Salle.....	0165 800331
Foyer di fondo Arpy.....	0165 841684
Rafting Morgex	0165 800088
	335 5651019

Dove dormire

Albergo Genzianella.....	0165 841689
Albergo Valdigne	0165 809100
Bed & Breakfast Flocon de Neige.....	0165 809342
Campeggio Arc en Ciel.....	0165 809257
Campeggio Du Parc	0165 809260
Hotel La Pineta.....	0165 809985
Ostello della Gioventù Valdigne Mont Blanc.....	333 6360141

Dove mangiare

Bar Café Mont Blanc	0165 809615
Bar Trattoria Lo Creichen	0165 809392
Café Quinson Restaurant de Montagne	0165 809499
Pizzeria Beppe.....	0165 809962
Ristorante Arc en Ciel	0165 809257
Ristorante Genzianella	0165 841689
Ristorante La Pineta	0165 809985
Ristorante La Vacherie.....	0165 809209
Ristorante Valdigne	0165 809100
Ristorante Valdostano	0165 809002