

# SWM

sweet guide/07



*Valpelline*  
il silenzio dei quattromila

sweetmountains





**L'autore**

Simone Bobbio, giornalista, è riuscito a coniugare la professione con una particolare sindrome acuta di "mal di montagna", che ha iniziato a manifestarsi sin dalla tenera età. È stato redattore delle riviste "Alp" e "La rivista della montagna" e collabora con l'associazione Dislivelli di cui è membro del consiglio direttivo.

Editore  
Dislivelli,  
viale Pier Andrea Mattioli 39, 10125 Torino  
tel. +39.011.5647406

Progetto grafico  
Bodà - [www.boda.it](http://www.boda.it)

[www.sweetmountains.it](http://www.sweetmountains.it)  
[info@sweetmountains.it](mailto:info@sweetmountains.it)

Immagini  
Naturavalp, M. Dematteis, Comune di Ollomont

In copertina  
Scendendo dallo Chateau des Dames.



La valle più vicina alla città di Aosta è anche una delle più tranquille e incontaminate di tutta la piccola regione



**INTRODUZIONE**  
**Una valle solare** 03

**I PROTAGONISTI**  
**L'Associazione Naturavalp** 05

**Il sindaco che viene da lontano** 07

**IL SENTIERO DEI LUOGHI**  
**Il trekking della Valpelline** 09

**SPORT**  
**La Valpelline in inverno** 11

**SWEET&SLOW**  
**I prodotti del territorio** 12

**CULTURA**  
**La lingua** 14



# Una valle solare

// Incastonato tra le piste di sci della Valtournenche e il traffico della Valle del Gran San Bernardo, il lungo solco della Valpelline risale fino ai quattromila metri della Dent d'Hérens e del Grand Combin

//

I luoghi più belli sono necessariamente quelli più isolati? Possiamo affermare con certezza: la Valpelline è l'eccezione che conferma la regola. Potrà sembrare strano ma la valle più vicina alla città di Aosta è anche una delle più tranquille e incontaminate di tutta la piccola regione. Incastonata tra le piste di sci della Valtournenche e il traffico diretto in Svizzera della Valle del Gran San Bernardo, questo lungo solco che risale le curve di livello fino ai 4171 m della Dent d'Hérens non è stato toccato dallo sviluppo del turismo di massa. Percorrendo la statale che da Aosta si inerpica lungo le pendenze della Valpelline non è difficile osservare pascoli ben tenuti, con i contadini ancora intenti a falciare i prati per mettere da parte il fieno per l'inverno. Le mandrie di mucche punteggiano i versanti in quota: con il loro latte si produce l'ottima Fontina del caseificio nel centro del Comune di Valpelline. Senza dimenticare gli artigiani che ancora esercitano le attività tradizionali al chiuso delle loro botteghe. Insomma, un esempio vero di turismo green – oltre che sweet – a differenza delle località circostanti che, con una passata di verde sui propri materiali promozionali, attirano grandi folle movimentate dai tour operator.

La Valpelline è una valle solare, non solo perché esposta a mezzogiorno. I suoi

paesaggi sono ampi e ariosi, sin dalle prime pendici, quando si abbandona la scorrevole strada del Gran San Bernardo e si incontra il primo centro abitato, Roisan, che spalanca le porte al mondo delle quote più elevate. La stessa disposizione dei Comuni dà un'impressione di coesione territoriale e rimanda al concetto di comunità montana, nella sua accezione più ampia. Dopo Roisan, infatti, si incontra il bivio per Doues che nella sua posizione un po' defilata di mezza montagna, immerso tra boschi e pascoli in posizione panoramica e soleggiata, offre una serie di possibilità per trascorrere una tranquilla vacanza nelle stagioni intermedie. E proseguendo lungo il solco principale ecco comparire Valpelline, il capoluogo della valle, una bella conca oltre la quale ci si trova davanti a un bivio. Proseguendo verso destra si continua a percorrere la valle principale, oppure svoltando a sinistra ci si inoltra verso il comune di Ollomont che si trova all'estremità occidentale della Valpelline incastonato tra il Mont Gelé (3519 m) a destra, il Mont Vêlan (3708 m) a sinistra e il Grand Combin (4314 m) che troneggia al centro della conca.

Ma proseguendo verso l'altro 4000 che troneggia sulla Valpelline, la Dent d'Herens, si raggiunge il paese di Oyace, penultimo comune posto alla quota di 1367 m su in piccolo ripiano del ripido versante sinistro della valle. E, infine, risalendo verso il fondo della valle, ecco spuntare Bionaz, il Comune più alto situato a una quota di 1600 m e formato da 21 piccole frazioni tra foreste e pascoli alpini.

La Tornalla, la torre del castello di Oyace, svetta sopra cupe foreste e acque spumeggianti, su un cocuzzolo quasi isolato tra il torrente e la montagna. Secondo la tradizione sarebbe stata edificata dai Saraceni. Alta 11 metri, ha un diametro interno di 3,50 metri e muri dello spessore di quasi 2 metri. La torre castellata di Oyace è già citata in un documento del 1197 nel quale si legge che un certo Ricalmo regala alla chiesa di Sant'Orso un allodio ad Ayacy. Nel corso dei secoli la Tornalla ha acceso la fantasia popolare e ha dato vita ad alcune leggende come quella dei Saraceni.

200 metri a valle della Tornalla si trova la gola della Betenda, uno stretto solco



Il Lago di Place Moulin e la catena delle Grandes Murailles.





Al limite delle conifere, terreno ideale per le escursioni invernali.

scavato nello gneiss dal torrente Buthier, le cui acque di fusione del ghiacciaio delle Grandes Murailles hanno scavato una forra profonda 54 metri. Dalla ringhiera dell'omonimo ponte è possibile guardare in fondo alla stretta voragine e immaginare la leggenda che narra la storia di due giovani corteggiatori della castellana che, inseguiti dal signore di Oyace, si trovarono bloccati davanti alla Gola. Il coraggioso Béteind saltò l'ostacolo e si salvò dando il proprio nome al luogo. L'altro invece fu catturato, cosparso di sale e dato in pasto a un gregge di pecore che lo leccarono fino alla morte.

Alla testata della Valpelline sorge l'imponente infrastruttura della diga di Place Moulin, uno sbarramento costruito in un decennio a partire dal 1955, alto 155 metri e largo 678, che raccoglie fino a 105 milioni di m3 d'acqua sostenuti da un doppio arco di cemento armato dello spessore di 41,94 m alla base e 6,44 m alla sommità. Nel sistema di ispezione composto da due cunicoli perimetrali e da sette cunicoli orizzontali, in estate vengono organizzate visite guidate all'interno dell'opera che convoglia le acque lungo condotte forzate alla centrale idroelettrica di Valpelline.

In località Gordzé, lungo il sentiero che conduce al rifugio Aosta, si trova la

Brenva Foula di Gorzé, uno spettacolare larice secolare: 52 cm di circonferenza e 23,5 m di altezza, 500 anni portati magnificamente.

Il ricco patrimonio di cultura materiale oggi offre opportunità turistiche di inestimabile valore. L'acqua, innanzitutto, che nel corso dei secoli è stata prelevata dai ghiacciai dell'alta valle e incanalata per irrigare i pascoli e i prati della bassa Valle d'Aosta; il territorio intorno al capoluogo è particolarmente secco a causa dei rilievi che, a nord e a sud, bloccano l'avanzata delle perturbazioni. Gli antichi Ru – questo il nome dei canali – sono oggi prevalentemente interrati, ma offrono straordinarie opportunità escursionistiche poiché appaiono come comodi sentieri dalle dolci pendenze da percorrere a piedi o in mountain bike. Con un occhio si può osservare la natura circostante, con l'altro le ingegnose opere umane.

Dopo l'epoca dell'esplorazione e delle "prime" da parte dell'abbé Henry, dei gentlemen inglesi accompagnati dalle guide locali e da altri nomi illustri come Canzio, Mondini e Vigna, oggi la valle offre una serie eccezionale di opportunità che spaziano dalle pregevoli escursioni alle salite di stampo classico alle vie d'arrampicata moderna attrezzate a spit nella zona del rifugio Crête Sèche. I segni di una rinascita ci sono tutti, sia per quanto riguarda la scalata estiva sia l'attività alpinistica invernale che sta conducendo a una riscoperta delle cascate di ghiaccio frequentate dagli ice-climber. L'ingresso massiccio della Valpelline all'interno della rete Sweet Mountains è la "naturale" conseguenza del processo di sviluppo turistico e culturale che la valle ha vissuto nel corso degli anni. Dalla ricca storia di cui si ha traccia a partire dall'anno 1035 quando i valligiani respinsero l'avanzata dei Saraceni al Col Durand, sopra Ollomont, sino agli anni più recenti, quando il medesimo colle diventò meta dei passaggi clandestini di esuli politici, tra cui Luigi Einaudi, durante la Seconda guerra mondiale, protetti e scortati dalla banda partigiana comandata dall'alpinista Ettore Castiglioni. Senza dimenticare il passaggio dei numerosi contrabbandieri che con le loro bricole in spalla trasportavano sigarette e altri beni da e per la Svizzera.

## Lo scopritore della Valpelline

Sicuramente meno noto dell'abbé Gorret, parroco alpinista che partecipò alla prima ascensione al Cervino, l'abbé Henry è un'altra di quelle figure religiose che punteggiano la storia della Valle d'Aosta e ne hanno segnato in positivo lo sviluppo anche turistico. Figlio di una guida alpina che gli trasmise la passione per le alte quote, Joseph-Marie Henry nacque a Courmayeur nel 1870 e si può considerare l'ultimo rappresentante del clero valdostano interessato all'alpinismo, alla botanica e alle scienze in generale.

Nel 1903 divenne parroco di Valpelline dove coltivò le proprie passioni per la montagna, la storia locale e la botanica esplorando tutti gli angoli, anche i più remoti della valle, e scrivendo una serie di libri e trattati. I più famosi sono Valpelline et sa vallée del 1913, una storia della parrocchia e la Guida della Valpelline del 1925, un vero e proprio manuale rivolto ai turisti che intendevano esplorare la valle. In questo secondo libro, soprattutto, compaiono i resoconti delle ascensioni effettuate dallo stesso Henry in quegli anni. Tra le sue "prime" si annoverano i Morion, l'Aiguille Rouge des Lacs, il Dome de Tsan e l'Aroletta. Su suo impulso, nel 1908, fu costruita la capanna Aosta, alla testata della valle di Bionaz, per offrire un riparo agli alpinisti che intendevano spingersi sui ghiacciai e le vette della zona. Le sue ricerche si concentrarono inoltre sulla storia degli altri paesi della Valpelline tra cui Oyace e Ollomont, oltre ad alcuni curiosi scritti sull'apicoltura e l'allevamento del bestiame da cui trasse l'idea di organizzare i pastori della valle in una società di mutuo soccorso.

# L'associazione Naturavalp

//  
Uno dei momenti che hanno dato slancio al turismo in Valpelline è la nascita dell'associazione Naturavalp, che riunisce le strutture ricettive della valle che hanno a cuore lo sviluppo di un turismo consapevole, radicato nelle tradizioni del territorio e rispettoso dell'ambiente. Riportiamo qui di seguito un articolo scritto dal presidente dell'associazione Daniele Pieiller pubblicato sul webmagazine dislivelli.eu

//



L'abitato di Oyace nel cuore della Valpelline.

**E**ra il 1850 quando i primi “turisti” fecero visita alla nostra vallata, la Valpelline, valle laterale della Valle d'Aosta. Non erano semplici turisti, tra loro c'erano scienziati, alpinisti, escursionisti, ma soprattutto esploratori. La scoperta avveniva in modo lento, a piedi o a dorso d'asino e mulo. Il contatto con la popolazione locale era obbligatorio e continuo a causa dell'incessante necessità di reperire informazioni e aiuti di ogni genere. Anche solo per mangiare e dormire non esistevano né guide né insegne, figuriamoci se si voleva percorrere un sentiero secondario o trasportare dei bagagli quanto erano importanti gli abitanti autoctoni! La globalizzazione non era ancora arrivata e i nuovi visitatori, per sfamarsi, dovevano fare affidamento sul cibo locale (che per la verità non era sempre soddisfacente...). Poi nacque l'Alpine Club e si sviluppò

l'alpinismo, iniziando ad avvicinare un numero considerevole di persone alle montagne. E molti vennero nella nostra valle. Persino Edward Whymper, il primo salitore del Cervino, dichiarò nelle sue memorie di avere imparato, proprio a Bionaz, l'arte di affrontare i ripidi nevai. E da noi trovò l'unica montagna, la Dent d'Hérens, che lo respinse e che non riuscì mai a salire, un «insuccesso mortificante». In seguito, nelle più importanti località alpine, all'alpinismo iniziò ad affiancarsi lo sci, con i suoi impianti di risalita e i grandi hotel. Ma non in Valpelline, dove si inizia un percorso “alternativo” e per molti aspetti unico. Oggi si direbbe: sostenibile. Tanto che la natura (selvaggia o coltivata e curata) padroneggia ancora indisturbata. Gli agricoltori producono il formaggio in alpeggio sopra i 2000 metri di quota, seguendo tradizioni e metodi tramandati da generazioni e arricchiti dalle nuove





Tipica casa tradizionale in pietra e legno.

conoscenze. Le strutture ricettive sono quasi tutte piccole e a gestione familiare, con un rapporto diretto tra visitatore e abitante. E da qualche anno gli abitanti, e soprattutto gli operatori turistici della zona, hanno iniziato a collaborare tra loro e a interrogarsi sulla strategia comune da adottare per promuovere e sviluppare al meglio il discorso legato al turismo, nel pieno rispetto del territorio. E proprio in seguito a diversi incontri (e scontri...) tra coloro i quali hanno a cuore le sorti di un corretto sviluppo del turismo, nasce il 14 giugno 2012 NaturaValp, associazione per lo sviluppo e la promozione del turismo responsabile nella Valpelline: «Noi abitanti, allevatori, agricoltori, artigiani ed operatori turistici della Valpelline – recita il manifesto di NaturaValp – abbiamo deciso di aggregarci e collaborare per dare vita ad un progetto di largo respiro, che ci renda protagonisti attivi delle scelte di sviluppo della nostra comunità e soprattutto orgogliosi dei luoghi in cui viviamo. Vogliamo recuperare la memoria storica spesso dimenticata. Intendiamo tutelare e valorizzare la nostra prima fonte di sostentamento: l'ambiente montano. È nostra intenzione dare valore alle usanze

tradizionali, che nell'ambito dell'agricoltura e del turismo spesso coincidono con le più moderne 'buone pratiche sostenibili'. I punti di vendita diretta dei nostri imprenditori agricoli, oltre a creare un'interessante interazione tra i visitatori e gli agricoltori, permettono di conoscere meglio i prodotti e il lavoro che serve per ottenerli; per questi e altri motivi ne incentiviamo lo sviluppo e collaboriamo alla loro promozione. Grazie alle strutture ricettive piccole e a gestione familiare, cerchiamo di privilegiare un rapporto diretto con il viaggiatore, che permetta un corretto scambio di informazioni utile ad entrambe le parti». L'Associazione ha affrontato scelte non facili per alcuni operatori turistici, come il rifiuto dell'heliski e di altri svaghi che potrebbero causare danni al territorio. Cercando di privilegiare la qualità del turista rispetto alla quantità, sforzandosi di sensibilizzare i visitatori rispetto a determinati argomenti (difesa dell'ambiente, utilizzo dei prodotti locali, relazione con la popolazione, ecc.), sia prima che durante il viaggio, in modo da avere un visitatore consapevole. Dal punto di vista dei soci, NaturaValp cerca di far crescere il livello culturale con



Daniele Pieiller.

formazione sulle buone pratiche sostenibili e conoscenza della storia locale. Tra le tante iniziative organizzate da NaturaValp, "Aosta-Bionaz. La Strada Giusta", un trekking di tre giorni alla scoperta della Valpelline e della sua gente con due muli e due asine. Da Aosta alla testata della valle, per il 98 % su sentieri e strade chiuse al traffico veicolare, incontrando allevatori, apicoltori, agricoltori, artigiani, giovani e anziani. E poi guide alpine, gestori di rifugio, conduttori di muli, di asini e amici di viaggio. Un'esperienza fortemente positiva che si ripete di anno in anno. Daniele Pieiller

# Il sindaco che viene da lontano

//

Ollomont è probabilmente la più genovese delle località valdostane. In passato grazie alla Casa alpina dei Padri Barnabiti che ha fatto conoscere la montagna a generazioni di liguri e oggi grazie all'inesauribile energia di Simona Oliveti, vice sindaco e assessore alla Cultura, che da Genova ha deciso di trasferirsi quassù in pianta stabile nel 2008 e da allora si dedica anima e corpo all'organizzazione di iniziative e eventi per animare la vita della nuova terra d'adozione. Con la sua passione e lo sguardo un po' distaccato di chi viene da fuori, Simona è la protagonista ideale per raccontare la realtà di Ollomont

//



Ollomont con lo sfondo del Grand Combin.

« In realtà mi sento a tutti gli effetti una ollomonètse – esordisce – perché qui ho trascorso tutte le vacanze dell'infanzia, estive e invernali, con la mia famiglia dapprima presso la Casa alpina e poi in un alloggio in affitto, e perché qui ho deciso di trasferirmi in pianta stabile dopo alcuni anni di vai e vieni con Genova. E devo ammettere che se oggi sono vice sindaco, significa che i locali mi hanno accolta molto bene!» Quali cambiamenti hai osservato, dal tuo particolare punto di osservazione, nel turismo a Ollomont negli anni? «Mi piace citare Bianca Montale, nipote del poeta Premio Nobel e grande frequentatrice di Ollomont, quando afferma che questa era la località di vacanza montana dell'intelligenza genovese. Forse un po' come Cogne per i torinesi. Ci riferiamo, ovviamente, agli anni d'oro della villeggiatura, quando i

bambini con mamme e nonne trascorrevano almeno un mese in montagna, raggiunti nei weekend dai padri che in settimana lavoravano in città. All'epoca la Casa dei Barnabiti era stracolma di famiglie, le seconde case tutte occupate stabilmente per l'intera l'estate, quelle in affitto sempre piene e due grandi alberghi quasi sempre al completo. Senza dimenticare la Colonia estiva della società belga che per ultima gestì le miniere di rame e che portava qui le famiglie degli operai. Difatti, oltre ai genovesi come me, ancora oggi ci sono dei nuovi abitanti belgi che hanno trasformato il luogo delle vacanze estive in luogo di residenza. Poi, negli ultimi 20 anni, con il cambiamento della società italiana e delle abitudini delle famiglie, qui è cambiato tutto: gli alberghi hanno chiuso e non si sapeva che direzione prendere. Tuttavia, complice la recente crisi economica, stiamo



osservando una rinascita della località, sia per quanto riguarda le presenze, sia dal punto di vista degli abitanti che hanno ricominciato a investire e a impegnarsi nel campo del turismo».

In che modo la vostra amministrazione gestisce questa ripresa?

«Siamo al secondo mandato e sin dall'inizio abbiamo impostato il nostro lavoro nell'ottica di creare una serie di linee guida per dettare la linea ai privati. Purtroppo, anche in una regione autonoma come la nostra, gli enti pubblici non sono più in grado di investire, ma possono indicare una direzione di sviluppo alle persone e alle realtà del territorio per stimolare investimenti e iniziative imprenditoriali. L'idea di fondo è che Ollomont deve restare ciò che è: una piccola località turistica a misura d'uomo e immersa nella natura. Nel periodo storico che stiamo vivendo si sta rivelando una buona strategia per stimolare un turismo di piccoli numeri fatto di persone che cercano tranquillità, contatto con l'ambiente e una dimensione umana familiare, curata e a prezzi ridotti. Dati alla mano funziona!».

Concretamente che cosa avete realizzato?

«Intanto abbiamo bloccato il piano regolatore: a Ollomont non si costruisce più nulla di nuovo, visto che esiste un grande patrimonio architettonico da ristrutturare e recuperare. Inoltre abbiamo commissionato una serie di ricerche e lavori per sviluppare maggiormente il patrimonio ambientale che ci circonda. Abbiamo coinvolto una squadra di geologi che hanno condotto una serie di studi per dimostrare che la conca di Ollomont conserva una serie straordinaria di caratteristiche geomorfologiche che potrebbero renderla uno splendido geosito. Lo stesso lavoro è stato condotto da un gruppo di glaciologi della Fondazione Montagna Sicura sul ghiacciaio del Mont Vélan. Anch'esso dovrà diventare una sorta di museo a cielo aperto per illustrare ai visitatori tutte le caratteristiche di un bacino glaciale, seppur sofferente come tutti nelle Alpi. Senza dimenticare il lavoro svolto per incentivare il trekking e le passeggiate con il ripristino dei sentieri lungo i Ru, la creazione di un'ippovia riconosciuta a livello nazionale per tutti gli amanti delle escursioni a cavallo e l'inizio dei lavori per costruire una via ferrata che condurrà dietro una cascata. E per quanto riguarda l'inverno, abbiamo una stazioncina



La Conca di By, sullo sfondo la Grivola.

sciistica con uno skilift adatto ai bambini, uno splendido parco giochi con gonfiabili per divertirsi nella neve, una pista di fondo illuminata anche di notte e numerose opportunità per i ciaspolatori. In più, negli ultimi anni, stanno arrivando molti alpinisti attratti dalle cascate di ghiaccio che si formano ai lati della conca di Ollomont. Ci sono percorsi facili e difficili, lontano dalle folle che si incontrano in altre località. Insomma, il paradiso per tutti gli appassionati di montagna che desiderano trascorrere una vacanza tranquilla a contatto con la natura. Ollomont è, infine, una base per l'heliski, ma si tratta di un'iniziativa dalla portata estremamente limitata che non crea alcun disturbo né agli abitanti, né ai turisti che vengono a cercare la pace e il silenzio».



Il sentiero dei Luoghi

# Il trekking della Valpelline



Il Lago di Place Moulin dal rifugio Prarayer.

## Punti d'appoggio:

Hostellerie Lievre Hamoureux

[www.sweetmountains.it/luoghi/500/](http://www.sweetmountains.it/luoghi/500/)

Campeggio Lac Lexert

[www.sweetmountains.it/luoghi/campeggio-lac-lexert/](http://www.sweetmountains.it/luoghi/campeggio-lac-lexert/)

B&B Alpe Rebelle

[www.sweetmountains.it/luoghi/bb-alpe-rebelle/](http://www.sweetmountains.it/luoghi/bb-alpe-rebelle/)

Rifugio Prarayer

[www.sweetmountains.it/luoghi/rifugio-prarayer/](http://www.sweetmountains.it/luoghi/rifugio-prarayer/)

Da ormai quattro estati l'Associazione NaturaValp organizza un trekking someggiato da Aosta alla testata della Valpelline. Si parte a piedi, accompagnati dagli asini, direttamente da piazza Chanoux e si arriva 3 giorni dopo al rifugio Crête Sèche o al rifugio Prarayer, al fondo della valle. Il viaggio ha la finalità di ripercorrere i vecchi sentieri della Valpelline, incontrare gli abitanti, gli artigiani, gli allevatori e gli agricoltori disseminati lungo i 30 km che separano Aosta dai rifugi alle alte quote. Lontano dal turismo di massa, il viaggio da Aosta a Bionaz è anche il modo più bello e sostenibile per

raggiungere la testata della valle. L'uso degli asini, per il trasporto dei bagagli, riavvicina il turista al mondo agricolo e permette di rivivere l'esperienza dei primi viaggiatori e alpinisti stranieri in visita nella vallata.

Naturalmente il trekking può essere percorso anche in altro modo, abbinando l'auto o i mezzi pubblici ai tratti escursionistici (in particolare le salite al rifugio Crête Sèche e al rifugio Prarayer, entrambe su comodo sentiero o mulattiera). Per i pernottamenti vi proponiamo la ricca rete del Luoghi Sweet.

## Primo giorno Aosta - Valpelline

**località partenza:** Aosta, piazza Chanoux

**località arrivo:** Valpelline

**dislivello:** 400 m circa

**difficoltà:** E

### Descrizione itinerario

Si parte da piazza Chanoux e si imbecca via Sant'Anselmo in compagnia di quattro asini, che trasportano i bagagli, e di un abitante di Aosta che accompagna il gruppo per un tratto della città ad ammirare i resti dell'antico Teatro Romano e della Porta Praetoria. Ben presto si abbandona il centro abitato per raggiungere il paese di Roisan (870 m), dopo aver incontrato lungo il percorso un apicoltore con le sue arnie. Una guida del luogo illustra il paese e le sue particolarità prima di un pranzo a base di prodotti locali. Nel tardo pomeriggio si giunge a Valpelline dove ci si sistema nelle strutture ospitanti. Dopo cena vin brulé davanti a un caldo falò.

## Secondo giorno Valpelline - Bionaz

**località partenza:** Valpelline

**località di arrivo:** Bionaz

**dislivello:** 500 m circa

**difficoltà:** E



Arrivo al rifugio Crête Sèche.

### Descrizione itinerario

Partenza da Valpelline verso Oyace (1377 m), con l'accompagnamento di un locale che fornisce informazioni sul paese e sui suoi luoghi e monumenti più significativi. Dopo il pranzo si riparte verso Bionaz con visita alla mostra di uno scultore del legno.

Dopo la sistemazione nelle strutture e la cena, gli abitanti di Bionaz ripropongono una veillà: in un ambiente di festa vengono rappresentati i vecchi mestieri di paese e le tradizioni che ancora oggi accompagnano la vita dei suoi abitanti. È possibile visitare il punto vendita dell'azienda agricola Chez Duclos.

## Terzo giorno Bionaz – rifugio Crête Sèche oppure rifugio Prarayer

**località partenza:** Bionaz

**località di arrivo:** rifugio Crête Sèche (2410 m) o rifugio Prarayer (2006 m)

**dislivello:** 800 m per la prima meta, 400 m per la seconda meta

**difficoltà:** E

### Descrizione itinerario

Da Bionaz è possibile scegliere tra due destinazioni diverse. Si può affrontare la salita al rifugio Crête Sèche lungo la quale si possono conoscere due aziende agricole: l'allevamento di caprini "La Tsa" e quello di bovini "Berrier".

Altrimenti si può raggiungere il rifugio Prarayer al fondo del lago di Place Moulin fermandosi a visitare l'allevamento di bovini "Leo Betemps".



La bella casa ristrutturata all'Alpe Rebelle ospita uno dei luoghi di Sweet Mountains.



# La Valpelline in inverno



Escursione con le ciaspole in alta Valpelline.

//  
La Valle è tra le mete invernali preferite di sciatori raffinati, che tornano alle radici della disciplina

//

**N**essuna stazione sciistica, niente caos, impianti di risalita praticamente assenti, se escludiamo la piccolissima sciovvia di Ollomont, adatta giusto ai principianti per muovere i primi passi e fare le prime cadute sulla neve.

Tuttavia, proprio per questo, la Valle è tra le mete invernali preferite di sciatori raffinati, che tornano alle radici della disciplina: quelle nordiche. Bello l'anello di sci di fondo del comune di Valpelline, ampio e panoramico, un grande giro della Conca Fredda del paese. Bellissime le strutture di Bionaz, uno dei migliori centri dedicati a questo sport, un must per gli appassionati del fondo e un campo di allenamento dove si «rischia» spesso di incontrare olimpionici e atleti internazionali. Tre anelli di lunghezza crescente, per dieci chilometri di tracciati attorno al lago Lexert, per ore di sci immersi nella foresta. Altri sette chilometri si stendono invece tra Ollomont e le frazioni di Rey e Vouéce, con scorci di gran fascino sul Grand Combin.

Il bosco innevato, in quasi ogni angolo

delle due valli, consente sicure camminate con le ciaspole, che in primavera, prestando attenzione alle condizioni della neve e al pericolo di valanghe, possono anche aprire le porte a percorsi di media montagna, a partire dalla classica passeggiata da Place Moulin al rifugio Prarayer.

Per ultimi, ma non certo ultimi, vanno menzionati gli eccezionali itinerari di sci-alpinismo. La Valpelline è una valle ricca di ghiacciai, che in primavera accoglie gli amanti delle pelli di foca con tanti tracciati in alta montagna. Imperdibili i panorami della Dent d'Hérens, al cospetto del Cervino, o del Dome de Tzan e dello Chateau des Dames, sul confine con la Valtournenche. Classici gli itinerari scialpinistici del Mont Gélé e delle belle cime circostanti, raggiungibili pernottando al rifugio Crête Sèche.

# I prodotti del territorio



La Valpelline è la maggior produttrice di fontina in Valle d'Aosta.

//  
Nelle varie località della Valpelline sono presenti bellissimi forni ristrutturati e funzionanti, oggi solo in particolari festività o per i turisti

//

**N**ei terreni a bassa quota esposti a sud di Roisan e Valpelline, si coltivavano mais, avena e segale, mentre nei pascoli in quota di Doues, Ollomont e Bionaz si allevavano mucche per la produzione di burro e formaggio e maiali per la carne trasformata in boudins e saucisses. Uno degli aspetti più antichi e caratteristici del mondo valdostano è la preparazione del pane nero: verso la fine di novembre i contadini facevano macinare la segale e il frumento per poi impastare e cuocere nel forno del villaggio i pani che dovevano bastare per tutto l'anno. Nelle varie località della Valpelline sono presenti bellissimi forni ristrutturati e funzionanti, oggi solo in particolari festività o per i turisti.

## La Fontina

Prendete 150 specie diverse di erba presenti nei prati valdostani, le sommate alle 500 che popolano gli alpeggi in quota e le date da mangiare a una Valdostana Pezzata Rossa, la razza bovina autoctona a maggiore diffusione nell'arco alpino. Il latte che produrrà la mucca sarà conferito

a uno dei 20 caseifici della Valle d'Aosta dove inizierà il processo di caseificazione. La tecnica rispetta le caratteristiche originarie del latte crudo appena munto che non subisce alcun intervento prima del suo trasferimento dalla stalla al caseificio né dopo il suo arrivo a destinazione. Viene sottoposto a pratiche quali la standardizzazione del tenore in grasso, la correzione dell'acidità o l'aggiunta di additivi che non siano il caglio naturale di vitello e i fermenti lattici specifici isolati in Valle d'Aosta. Le forme di formaggio così ottenute saranno disposte su scalere di abete rosso in grotte ricavate nella montagna dove l'umidità e la temperatura rimangono costanti per tutto l'anno e invecchiate per almeno 80 giorni. Risultato? La Fontina Dop. Di cui la Valpelline è forse il principale produttore in assoluto, sia negli alti pascoli della valle principale che nell'immenso mare d'erba della Conca di By. In frazione Frissonière, lungo la strada per Ollomont, si trova il Centro visitatori della Fontina presso un magazzino nell'antica miniera di rame.  
[www.fontinacoop.com/ita/centro\\_visitatori.asp](http://www.fontinacoop.com/ita/centro_visitatori.asp)  
[www.chezduclos.com](http://www.chezduclos.com)

## La Seupa à la Vapelenentse

La seupa a base di pane raffermo, burro, fontina e brodo di carne e verdure, era il piatto unico che forniva le calorie necessarie al duro lavoro dei montanari; oggi la gastronomia regionale più raffinata ha recuperato questo piatto semplice. Il paradosso vuole che il piatto tipico della valle valdostana senza impianti sciistici sia uno dei più gettonati proprio nei bar, ristoranti e rifugi sulle piste delle grandi stazioni circostanti. Sarà perché gli sciatori, dopo una giornata di serpentine, curve carvate e salti nell'aria pungente dell'inverno in quota, hanno bisogno di reintegrare le energie spese proprio come contadini, pastori, tagliaboschi e minatori che nella tradizione vapelenentse si nutrivano di un piatto ricco di calorie e completo dal punto di vista nutrizionale? Il confronto non regge, ma... L'altro mito da sfatare riguarda il cavolo.





L'aspetto dorato della Seupa à la Vapelenentse.

Quasi sempre, fuori dalla Valpelline, la seupa viene servita con le foglie di cavolo. Si tratta di un'eresia, nella ricetta originale è assolutamente vietato! Ecco allora le istruzioni originali tramandate oralmente dalle nonne alle mamme e alle figlie, per preparare la vera Seupa à la Vapelenentse. Sono tratte dal sito internet del Comune di Valpelline, una fonte più che attendibile.

Ingredienti per 4 persone:

- 400 grammi di pane bianco (tipo brutto e buono)
- 400 grammi di Fontina
- 150 grammi di burro
- un pizzico di cannella in polvere
- 1 litro e ½ circa di brodo di carne preparato con salvia, rosmarino, alloro, ¼ di cavolo verza e verdure varie a piacere (carote, cipolle...)

Affettare il pane, possibilmente acquistato il giorno precedente, in fettine di circa 1 cm di spessore; affettare la fontina in fettine di circa 2/3 mm di spessore; imbrattare una teglia da forno; stendere uno strato di pane, disponendolo ben vicino in modo da non lasciare spazi vuoti, poi stendere nello stesso modo uno strato di fontina, badando che ricopra completamente lo strato di pane. Ripetere l'operazione per tre volte; versare sulla seupa così preparata il brodo bollente e

punzecchiare con una forchetta per verificare che penetri in maniera uniforme (attenzione a non esagerare); far fondere il burro con il pizzico di cannella, e versarlo sempre uniformemente sulla seupa; infornare per 40 minuti a 200/220°, prestando attenzione a che la superficie diventi dorata, ma senza bruciarla (eventualmente spennellarla ancora con un pezzetto di burro); togliere dal forno alcuni minuti prima di servire in tavola e lasciare riposare.

### L'arte antica di allevare trote

Il sito che si lega maggiormente alla



memoria dell'abbé Henry è certamente il Marais Vivier, la vasta zona umida e prativa posta a valle dell'abitato di Dzovenno nel Comune di Bionaz che nel passato è stata utilizzata per sviluppare un'originale attività economica: l'allevamento di trote.

Il canonico infatti vi dedicò un'ampia parte della sua opera Reconnaissances et inféodation dans la Valpelline (seigneurie de Quart) en 1500 (1938) in cui portò alla luce un'ampia bibliografia sulla passione delle gens de plume valdostane, in particolare dei notai, per la distrazione e il riposo procurati dalla pesca delle trote nei viviers, i piccoli stagni o piscine in cui si praticava l'allevamento dei pesci. Il Marais Vivier fu costruito nel medioevo con canali e pozze ricavate in un ampio pianoro erboso per le esigenze e lo svago del Duca di Savoia, e denominato viverium Domini Nostri Ducis. Nelle sue vicinanze sorgeva anche un piccolo villaggio, le village de Vivier, scomparso in seguito al progressivo abbandono della pratica dell'allevamento e, forse, alle conseguenze di una frana che ne distrusse i fabbricati.

Negli anni recenti, grazie a un progetto europeo, l'area è stata recuperata e valorizzata per tutelarne le caratteristiche storiche e ambientali e per restituire a turisti e visitatori uno spaccato della storia e delle tradizioni della Valpelline.6

# La lingua

A cura del Guichet linguistique francoprovençal - BREL



La piazza e la parrocchiale di Bionaz.

//  
Nella Valpelline il  
francoprovenzale  
conserva  
nell'insieme una  
buona vitalità

//

Come la quasi totalità della Valle d'Aosta (escluse solamente le comunità germanofone della valle di Gressoney) la Valpelline è una terra storicamente francoprovenzale. Il francoprovenzale, chiamato localmente patois, è un idioma neolatino che, assieme all'occitano ed alla langue d'oïl (alla quale appartiene il francese moderno), costituisce la grande famiglia delle parlate galloromanze. Dal punto di vista strettamente linguistico la Valpelline s'inserisce nell'area dell'Alta Valle d'Aosta, caratterizzata da una maggiore omogeneità delle varianti presenti sul territorio e da una più marcata influenza delle parlate francoprovenzali savoiarde e vallesane, oltre che del francese, altra lingua storica, nonché lingua ufficiale assieme all'italiano, della regione Valle d'Aosta. Nella Valpelline il francoprovenzale, pur condividendo i problemi comuni all'insieme del territorio valdostano, quali l'impoverimento lessicale, la "contaminazione" linguistica e la progressiva perdita di locutori, conserva nell'insieme una buona vitalità. Francoprovenzale e francese non hanno mai conosciuto in Valle d'Aosta una situazione conflittuale. Il francese, presente da sempre come lingua di cultura, ed

ufficializzato con l'editto di Emanuele Filiberto nel 1561, ha occupato gli spazi del registro letterario, il patois quelli della parlata popolare. Da notare che il francese, in funzione del suo prestigio sociale, è stato per molti secoli adottato dall'élite della società valdostana anche come lingua orale.

In sintesi la situazione della Valpelline rispecchia quella più generale della Valle d'Aosta, caratterizzata dalla copresenza di più codici linguistici: l'italiano, lingua di impianto più recente ma ormai largamente dominante, il francese, insegnato nelle scuole di ogni ordine e grado ma sempre meno utilizzato nella vita corrente ed il francoprovenzale. Percorrendo i sentieri della Valpelline noterete come, in generale, le informazioni siano scritte in italiano, i nomi dei villaggi in francese e i micro toponimi, più intimamente legati alla realtà locale, in francoprovenzale. Troverete così nomi di luogo come Ronc, terreno dissodato (Ronc-Bovet, Ronc-Bynot, Ronc-Vallier), Tsa, da calmis, termine prelatino indicante un pascolo d'alpeggio (Tsa-Sètse) o ancora Bèrio, anch'esso prelatino, designante un grosso masso (Lo Bèrio, Plan-di-Bèrio, Prou-di-Bèrio).





**sweet  
moun  
tains**

Cambia il turismo sulle Alpi

**[sweetmountains.it](http://sweetmountains.it)**