



CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Bra

Via Barbacana 47- 12042 mail: info@caibra.it



SCHEDA DESCRITTIVA DELL'ATTIVITA'

Progetto Montagna Amica 2025

Progetto di montagnaterapia per ragazzi dell'Ospedale Infantile Regina Margherita

12-15 giugno 2025



Meta del nostro trekking sarà la Valle Gesso, incastonata nella maestosa cornice delle Alpi Marittime, rappresenta un autentico scrigno di biodiversità e suggestioni storiche. Accolto tra le vette che superano i 3.000 metri di quota e i laghi alpini che riflettono la luce di un mondo selvaggio, il territorio di San Giacomo di Entracque si distingue come un paradiso naturalistico da esplorare.

Con oltre 2.000 specie vegetali diverse, la Valle Gesso custodisce una ricchezza botanica che costituisce quasi un quarto dell'intera flora nazionale. Le sue montagne, con il suggestivo Monte Clapier che fa da cornice, offrono un'esperienza alpinistica appagante, mentre i laghi alpini riflettono le luci e le ombre di un ambiente selvaggio pronto a essere scoperto.

La rete sentieristica della Valle Gesso, promossa e valorizzata dal Parco Naturale Alpi Marittime, si estende in una ramificata rete che conduce attraverso paesaggi mozzafiato. Con dieci rifugi alpini e sette bivacchi non gestiti, l'area offre opportunità per vere e proprie avventure in quota, come l'emozionante Alta Via dei Re, un percorso che si snoda per sette giorni attraverso oltre 5.500 metri di dislivello positivo.

*Nel comune di Entracque, accanto alla Centrale Idroelettrica Luigi Einaudi, sorge il Centro Faunistico Uomini e Lupi. Questo centro non solo offre una profonda immersione nella storia, nella scienza e nell'antropologia del lupo, ma ospita anche un recinto di otto ettari che accoglie alcuni esemplari di *Canis lupus italicus*, ormai non più in grado di vivere in libertà.*

In questo contesto di bellezza naturale e impegno nella conservazione, ci apprestiamo a esplorare la Valle Gesso, pronti a lasciarci affascinare dalla sua ricchezza e a contribuire alla sua tutela.

LA STRUTTURA OSPITANTE



Il trekking si svolgerà utilizzando come punto di appoggio il Rifugio Soria accogliente struttura situata a 1840 metri di altitudine, immersa nella natura incontaminata delle Alpi Marittime, nella Valle Gesso, ai piedi del massiccio del Gelas. Questo rifugio offre una pausa rigenerante per coloro che desiderano godersi la tranquillità e la bellezza dei paesaggi alpini.

Il Rifugio Soria offre un'esperienza unica all'insegna della semplicità e della bellezza della natura.

Le sistemazioni al rifugio sono varie: saremo ospitati nel dormitorio con 20 posti letto e alcune delle sette camere più piccole. Gli ospiti possono degustare la cucina tradizionale piemontese nel ristorante del rifugio. Inoltre, è possibile rilassarsi sulla terrazza panoramica, ammirando il paesaggio circostante e lasciandosi avvolgere dal silenzio della natura.

Il nome del rifugio, Soria-Ellena, è un omaggio a due alpinisti, Edoardo Soria e Gianni Ellena, che hanno lasciato il segno sulle montagne della Valle Gesso tra la fine degli anni '20 e gli anni '40. I due sono stati autori di nuove vie di scalata sul Corno Stella, contribuendo alla storia dell'alpinismo in questa regione.



Si faranno uscite giornaliere in ambiente di tipo escursionistico che verranno adattate sulla base delle esigenze delle ragazze e dei ragazzi in accordo con tutto lo staff organizzatore

GLI OBIETTIVI

L'esperienza del progetto Montagna Amica consiste nell'organizzazione di un Campo Educativo Terapeutico in ambiente montano, della durata di 4 giorni (3 pernottamenti), rivolto a giovani in età pediatrica compresa fra gli 8 e 13 anni con patologie gastroenterologiche croniche e improntato sulla attività motoria aerobica.

Dal punto di vista psicologico le malattie croniche possono far emergere nei bambini alcune problematiche specifiche.

Prima fra tutte, il senso di impotenza. Il bambino (e la sua famiglia) vengono catapultati nel mondo della malattia, degli esami medici a volte invasivi, delle terapie farmacologiche senza poter far nulla per cambiare questo, se non aderire al progetto di cura nel migliore modo possibile. Con tutto il peso emotivo ed organizzativo che questo comporta per il bambino e la sua famiglia. Il bambino si trova a doversi confrontare con il dolore fisico, con un corpo malato che sfugge al suo controllo, con sintomi che possono essere invalidanti per la sua quotidianità e vita sociale (fatigue, diarrea).

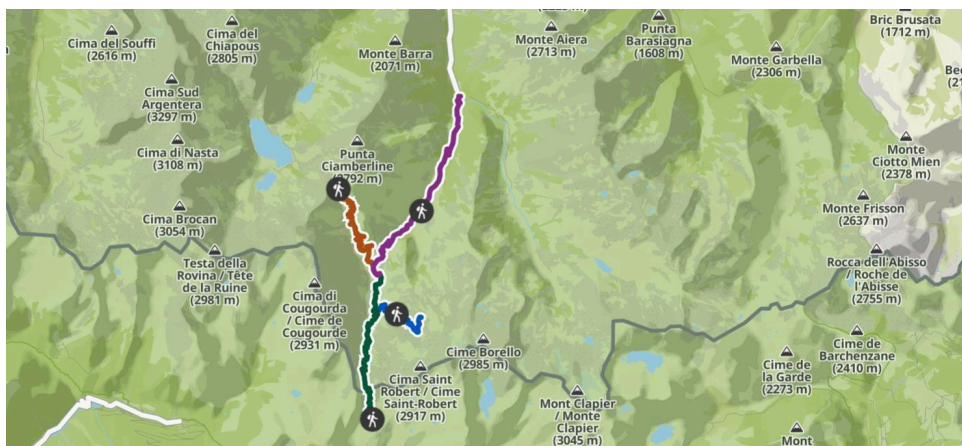
Questo quadro può avere conseguenze psicologiche importanti andando a generare sensazione di diversità, di esclusione, di non efficacia personale. Inoltre nei bambini con patologie croniche si assiste ad un aumento dei disturbi depressivi e d'ansia arrivando anche a situazioni di ritiro sociale e scolastico.

In questa cornice il progetto "Montagna Amica" si propone attraverso l'esperienza di gruppo e motoria di raggiungere i seguenti obiettivi:

- riappropriarsi del proprio corpo e delle sue funzionalità;
- promuovere il senso di efficacia personale;
- promuovere il senso di appartenenza e di "normalità" (posso fare le cose che fanno gli altri bambini);
- promuovere movimenti di autonomia necessari al percorso di crescita.

SVOLGIMENTO DEL PROGETTO MONTAGNA AMICA

1° GIORNO: San Giacomo di Entracque – Rifugio Soria Ellena



L'escursione al rifugio inizia dal parcheggio di San Giacomo di Entracque senza attraversare il fiume, seguendo la strada asfaltata che si dirige a destra, passando accanto alle case vicino alla baita monte Gelas e poi entrando nella faggeta del vallone di Gesso della Barra.



Durante il percorso, è comune incontrare marmotte e a volte camosci e stambecchi, soprattutto durante la primavera e l'inizio dell'estate.

Dopo i primi tornanti, la strada si snoda nel vallone e successivamente si alza con alcuni attraversamenti fino a raggiungere una malga.

Continuando lungo il sentiero, si arriva al "piazzale dei Cannoni", dove la strada termina. Da qui si può godere di uno splendido panorama che si affaccia sul monte Gelas e sui suoi ghiacciai.

Un cartello ricorda un tragico evento storico, quando tra l'8 e il 13 settembre 1943 un gruppo di ebrei, fuggendo dalla persecuzione antisemita, cercò rifugio in Italia ma fu poi deportato ad Auschwitz dai nazisti.

Più avanti, si lascia a sinistra il percorso per il gias della Siula e la strada diventa più accidentata, salendo con tornanti brevi.

Lungo il cammino, si incontra una lapide in memoria di due amici deceduti il 3 ottobre

1980.

Il percorso continua con tornanti stretti e lunghi attraversamenti, addentrandosi sempre più nel vallone fino a raggiungere il piano del Praiet, vicino al ricovero invernale, dove si trova il bivio per il colle di Fenestrelle che viene lasciato a destra.

Dopo aver superato una passerella in legno, si arriva al rifugio Soria-Ellena, situato su un'altura sulla sinistra.

Traccia e altimetria al [link](#).

2° GIORNO – Rifugio Soria Ellena – Colle di Fenestrelle

Escursione che offre magnifici scenari, in particolare dal Colle di Fenestrelle, con il Massiccio dell'Argentera e il Bacino artificiale del Chiotas e il vicino Lago Brocan ben visibili. La zona di valico è frequentata da stambecchi.



Partendo dal Rifugio Soria Ellena, si scende sul ripido sentierino verso il Piano del Praiet e la rotabile ex militare. Dopo un breve tratto lungo la rotabile, si prende il bivio sulla sinistra per il Colle di Fenestrelle. Il sentiero segue il tracciato di una vecchia mulattiera, risalendo l'intero Vallone di Fenestrelle attraversando pascoli e praterie alpine, superando i ruderi del Gias Alvè e del Gias Balmetta.

L'ascesa continua con tornanti fino a una selletta prativa, per poi dirigersi verso nord. Poco prima del Colle di Fenestrelle si

passa vicino al Lagarot di Fenestrelle e ai ruderi del Ricovero Fenestrelle, dedicato al Tenente Angelo Bertolotti.

Dopo una breve discesa si affronta l'ultima risalita al Colle di Fenestrelle, godendo di uno splendido panorama. Ritorno sulla strada di salita.

Traccia e altimetria al [link](#)

3° GIORNO: Rifugio Soria Ellena – Colle di Finestra

L'escursione al Colle di Finestra inizia dalla vecchia rotabile ormai inerbita, attraversando il Piano del Praiet fino a trasformarsi in una comoda mulattiera. La salita prosegue sul versante destro del vallone, con ampi tornanti, lasciando a sinistra il bivio per la Pera de Fener e il Lago della Maura. Si passa sulla sinistra orografica quando la valle si restringe, con un sentiero che sale tra tornanti e traversi, superando una biforcazione per i ruderi della vecchia casermetta Ricovero Testata Gesso della Barra. Si incontra una mulattiera che porta al Ricovero, e poco dopo si supera un contrafforte roccioso per raggiungere il Lago del Praies



Più in alto, si lascia a sinistra una diramazione che porta a una vecchia imposta di caccia, quindi si arriva al Colle di Finestra attraverso detriti e una mulattiera che porta alla Casermetta difensiva. Quest'ultima è un grosso edificio in pietra e cemento, conservato discretamente, costruito per ospitare 50 uomini. Durante la Seconda guerra mondiale, il valico era difeso da altre opere fortificate, tra cui un ricovero e due opere di tipo 7000 appartenenti al Vallo Alpino sul versante francese.

Il Colle di Finestra è stato un importante valico di comunicazione tra la Valle Gesso e la Vallée de la Vésubie, utilizzato anche come via di commercio del sale. Il nome "Finestra" fa riferimento a un foro naturale lungo la cresta nord-ovest del Cayre de la Madone. Durante la Seconda guerra mondiale, il valico era difeso da varie opere fortificate, tra cui la Casermetta e altre strutture sul versante francese. La zona è anche ricordata per essere stata

attraversata da profughi ebrei durante l'armistizio del 1943, che fuggivano dalle truppe tedesche e italiane. Una targa commemorativa al Colle di Ciriègia e un monumento a Borgo San Dalmazzo ricordano questi tragici eventi. Traccia e altimetria al [link](#)

4° GIORNO: Rifugio Soria – Lago della Maura



La gita al Lago della Maura è caratterizzata da un percorso un po' fuori mano, attraverso distese di detriti, ideale per chi desidera una giornata lontano dalle mete più frequentate ma allo stesso tempo desidera esplorare luoghi affascinanti.

Partendo dal rifugio Soria-Ellena e attraversando il Piano del Praiet su una comoda mulattiera, si arriva al bivio per la Pera de Fener e il Lago della Maura. Il sentiero inizia con un breve traverso verso NE, poi si snoda in una serie di tornanti tra erba e rododendri, offrendo ampi panorami sul Vallone della Barra e sul Piano del Praiet sottostante. Il percorso continua accanto a un ruscello, attraversando il corso d'acqua più volte.

Il sentiero diventa più detritico e si raggiunge una piccola lapide su una roccia, dove si stacca una traccia per la Forcella Roccati. Da qui, è necessario abbandonare il sentiero principale e dirigersi verso nord, avendo come riferimento il Lago della Maura sottostante. È possibile attraversare direttamente la pietraia o costeggiarla sul lato a valle per raggiungere il lago senza un percorso obbligato.

Ritorno al rifugio sulla stessa traccia di salita e successivo ritorno a valle per la fine del trekking

Traccia e altimetria al [link](#).

N.B: IL PROGRAMMA POTRA' SUBIRE VARIAZIONI IN BASE ALLE CONDIZIONI METEO E A ALTRE VARIABILI CHE VERRANNO VALUTATE DURANTE IL TREKKING DALLO STAFF DEGLI ACCOMPAGNATORI

Costi del progetto Montagna Amica

I costi del progetto Montagna Amica sono quantificati, ipotizzando un gruppo di 15 ragazzi e 10 accompagnatori (tra volontari del CAI e personale medico) in Euro **6'000 così suddivisi:**

- Euro 165 a persone per il soggiorno in rifugio comprensivo di pernottamenti, colazioni, pranzi e cene a partire dalla cena del giovedì sino al pranzo della domenica (3 giorni di pensione completa) e così per complessivi Euro 4,125
- Euro 275 per spese di parcheggio alla partenza del trekking
- Euro 1600 per transfer in bus da Torino a San Giacomo di Entracque (il giovedì) e da San Giacomo di Entracque a Torino (la domenica)

I volontari del CAI non richiederebbero rimborsi di spese di viaggio

A carico dei ragazzi partecipanti il costo di iscrizione al CAI (Euro 20 circa il primo anno con costo della tessera) per la copertura assicurativa durante le attività.