

LE RONDINI Continua la nuova collaborazione iniziata nel 2023 con alcune proiezioni di foto dei nostri monti per gli ospiti della RSA "Le Rondini" per ricordare un po' il loro vissuto. Inoltre ora sono state concordate e realizzate alcune uscite con la joelette con la quale alcuni ospiti hanno potuto trascorrere una mattina un po' diversa dal solito in ambiente a rivedere alcuni posti del nostro territorio. Anche questa collaborazione continuerà sempre in accordo con lo staff medico della RSA.



GINNASTICA PRESCIISTICA Da qualche anno un gruppo di Soci nei mesi autunnali si ritrova per fare ginnastica ed esercizi fisici funzionali a raggiungere un buon allenamento in vista della stagione di scialpinismo o altro. Il giorno scelto solitamente è il martedì sera e basta rivolgersi ai referenti.

CINEMA ALL'APERTO Un altro appuntamento fisso che risale oramai al 2004 è il cinema all'aperto insieme al Gruppo Alpini di S. Sebastiano nell'ambito del Luglio Alpino. Quest'anno la proposta è stata "L'Ascension", divertente film sull'avventura di un giovane che si impegna a salire l'Everest come promessa d'amore verso una ragazza. La sua volontà vincerà le difficoltà dell'impresa.



CLUB ALPINO ITALIANO
SEZIONE LUMEZZANE E
GRUPPO ALPINI
DI LUMEZZANE SAN SEBASTIANO

L'Ascension
 Regia di Ludovic Bernard

Cinema all'aperto nel Luglio Alpino
 Giovedì 11 Luglio 2024 alle 21.30
 presso il parco Don Gnocchi,
 via Moretto, 9. Lumezzane-Faidana (BS)



UNA COMMEDIA
 AVVENTUROSA DEL 2017
 PER LA 21ª EDIZIONE
 DEL CINEMA
 ALL'APERTO
 DEL LUGLIO ALPINO.

IL FILM RACCONTA
 LE VICENDE
 DI UN INTREPIDO
 RAGAZZO SENEGALESE
 CHE SI APPRESTA
 A PORTARE A TERMEINE
 UNA DIFFICILE
 MISSIONE:
 SCALARE L'EVEREST
 PER IMPRESSIONARE
 LA DONNA CHE AMA,
 DAVANTI AGLI OCCHI
 DEL MONDO INTERO.

CE LA FARÀ!
 VI ASPETTIAMO
 PER SCOPRILO
 INSIEME!



ESCURSIONI CON LA COOP. C.V.L. Come tutti gli anni si sono svolte due escursioni facili con gli amici della Coop. C.V.L. che camminano in autonomia; abbiamo raggiunto il Rifugio dei Fanti di Bione che ci hanno accolto molto bene con un piacevole pranzo apprezzato da tutti; la seconda ci ha portato invece nel prato dei Grassi sulla via per S. Emiliano e qui ci ha raggiunto anche un amico sulla joelette con un percorso un po' più lungo.



GIORNATA SULL'USO DELL'ARTVA Si è ripetuta la giornata di addestramento all'uso dell'artva e gli altri dispositivi di sicurezza necessari per frequentare l'ambiente innevato. Grazie agli Istruttori della Scuola di Alpinismo e Scialpinismo Intersezionale delle Sezioni di Gardone VT e Lumezzane, i Soci interessati hanno potuto testare le prime manovre utili in caso di valanga in attesa dei soccorsi.



ScheggediCinemaediMontagna
a cura di Enrico Danesi **2024**

TEATRO COMUNALE ODEON LUMEZZANE
Via Marconi, 5 INGRESSO LIBERO

Una collaborazione tra Teatro Odeon di Lumezzane, Trento Film Festival 365 e Club Alpino Italiano - Sezione di Lumezzane

GIOVEDÌ 3 OTTOBRE ORE 20,30
LE FILS DU CHASSEUR di Juliette Riccaboni (Svizzera, 2024, 54')
Genziana d'Oro e Premio CAI al miglior film di alpinismo al Trento Film Festival 2024

VENERDÌ 11 OTTOBRE ORE 20,30
LA CANZONE DELLA TERRA di Margreth Olin (Norvegia, 2023, 90')

VENERDÌ 25 OTTOBRE ORE 20,30
LE COSE RITROVATE di Chiara Bazzoli (Italia, 2021, 36')
Sarà presente in sala la regista

LES VAGABONDS DU LOGAN di Mathieu Rivoire (Francia, 2022, 40')

GIOVEDÌ 7 NOVEMBRE ORE 20,30
A PASSO D'UOMO di Denis Imbert (Francia, 2023, 95')

Città di Lumezzane Assessorato alla Cultura | Trento Film Festival 365 | teatro de on | CAI - Sezione Lumezzane

SCEGGE DI CINEMA Per il quarto anno consecutivo abbiamo organizzato, grazie alla competenza e professionalità del nostro Socio Enrico Danesi, al supporto dell'Amministrazione Comunale e del Trento Film Festival 365 la Rassegna "Schegge di Cinema e di Montagna" con 5 film molto diversi fra loro, in alcuni casi con la presenza dei registi; la presenza anche quest'anno è stata buona e ha fatto diventare la serie di questi incontri un appuntamento annuale prestigioso per Lumezzane, ma non solo. L'augurio è di continuare su questa strada.

ALTRE SERATE CULTURALI Oltre alle serate di cui avete visto negli articoli ricordiamo che si sono svolte anche altre belle serate di cui presentiamo le locandine dei nostri ospiti: Alberto Contessi, Giancarlo Sardini, Giulia Scovoli e Stefano Miglietti.

FOTOGRAFIA E MONTAGNA, IL MOTORE DELLE MIE PASSIONI

TROVO DA SEMPRE NELL'AUDIOVISIVO FOTOGRAFICO PER CONDIVIDERE LE MIE ESPERIENZE NELLA NATURA. IL CONFINIO TRA IMMAGINE E MUSICA EMOTIVAMENTE CAMMINEREMMO SU SENTIERE TRACCIATI DAI PRIMI ALPINI, COSTRETTI NELLA PRIMA GUERRA MONDIALE A VIVERE IN CONDIZIONI INACCETTABILI. SOGNEREMMO INGIENE MARCIANDO IN MONDOLFERRA. NON MANCHEREMMO PARLARE DELL'ARCO ALPINO E NUOVI MODI SPORTIVI E VELOCI DI VIVERE LA MONTAGNA.

CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE LUMEZZANE IN COLLABORAZIONE CON IL PHOTO CLUB LUMEZZANE

Presentano **In cammino con Alberto Contessi**

Giovedì 23 Maggio 2024 alle 20.45 presso la Sede C.A.I. di Lumezzane, via C. Cavour 4

Ingresso libero

Proviamo insieme Nel deserto del Sahara marocchino con Giulia Scovoli e Stefano Miglietti

Martedì 23 Aprile 2024 alle 20.30 presso la Sede C.A.I. di Lumezzane, via C. Cavour 4

NEL NOVEMBRE DEL 2019 ORAIA E L'ULTRAMARATONIERA STEFANO DECIDONO DI PROVARE A COMPERE UN'IMPRESA UNICA. NEL SUO GENERE: A TRAVERSARE IL DESERTO DEL SAHARA MAROCCINO PER OLTRE 400 KM DA ZAGORA A AHILAMUD. UN'A FIDELE LEI IN SEDIA A POSTELLE.

UNA SERATA PER CONOSCERLI INSIEME CON IL SOSTO DI GIOVANNI GHIRO E DELLE IMMAGINI DI DANIEL MIGNOLA.

VI ASPETTIAMO!

CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE LUMEZZANE

Giancarlo Sardini presenta **Salire in alto per aiutare chi sta in basso**
Una STORIA di vita, tra Ande e Campesinos

Martedì 27 febbraio ore 20:45 presso la sede del C.A.I. Lumezzane via Cavour, 4

GIANCARLO CI MOSTRERÀ, CON IMMAGINI E FILMATI, LA SUA ESPERIENZA NELLA FORMAZIONE DI GUIDE ANDINE E L'AVVENTURA DEI RIFUGI DELL'OPERAZIONE MATO GROSSO

Durante la serata sarà presentato il libro "Sulle Ande con le scarpe bucate" (editing Montura)

SULLE ANDE CON LE SCARPE BUCATE



CARTA DEI SENTIERI DI LUMEZZANE Continua la distribuzione ai Soci della bella cartina pieghevole, che sta facilmente nello zaino, con tutta la rete sentieristica di Lumezzane. Sul retro sono riportati i dati sintetici di tutti i nostri sentieri, numerose foto, la descrizione della Via del Sacro e alcune notizie storiche sulla nostra città. E' un omaggio per tutti i Soci, ma disponibile anche per i cittadini interessati. Una prova evidente del grande lavoro che durante l'anno svolge la nostra Commissione Sentieri; ricordiamo che sul sito CAI LUMEZZANE cercando l'icona Sentieri di Lumezzane si possono trovare in modo dettagliato dati, immagini, schemi, profili altimetrici per poter conoscere la nostra fitta rete sentieristica che supera i 100 km.



VISITA CON LA BIBLIOTECA La collaborazione con la Biblioteca Civica "Felice Saleri" con il pomeriggio culturale in ambiente per far conoscere angoli montani e collinari della nostra provincia con visite guidate è stata particolarmente apprezzata e in un solo giorno i posti sono andati esauriti. La scelta di quest'anno è caduta su Gussago con la passeggiata alla collina della Santissima (recentemente restaurata in una porzione) e la successiva visita all'Antica Pieve di S.Maria, con la competente guida di Agostino che ha raccontato la lunga storia di questi monumenti storici; la pioggerella di un ottobre molto bagnato non ha fermato nessuno e la pizza finale ha concluso allegramente il pomeriggio.

La montagna, una grande passione
 Osservare, conoscere, rispettare la natura, ci aiuta a vivere in un mondo più sostenibile.
RICORDATI, I RIFIUTI NON FANNO PARTE DELL'AMBIENTE NATURALE NON VANNO MAI ABBANDONATI

3 mesi Fazzoletti di carta	1 - 2 anni Filtri di sigaretta
3 - 6 mesi Resti di frutta/verdura	10 - 1000 anni Stoviglie/sacchetti di plastica
10 - 100 anni Lattine di alluminio	1000 anni Polistirolo
3 - 12 mesi Giornale	5000 anni Vetro

LEGENDA DIFFICOLTÀ ESCURSIONI

T	Percorso turistico con poco dislivello
E	Percorso escursionistico senza difficoltà oggettive con medio dislivello
EE	Percorso escursionistico impegnativo, si richiede un buon allenamento alla camminata
EEA	Percorso escursionistico con attrezzatura alpinistica (cordini, moschettoni, imbracatura, dissipatore, casco, etc.). E' necessario saper utilizzare in sicurezza l'equipaggiamento tecnico e avere una certa abitudine all'esposizione e ai terreni alpinistici e vie ferrate
P	Sci in pista
EAI/MS	Itinerari in ambiente innevato sci alpinismo e ciaspole
MC	Percorso cicloescursionistico con medie difficoltà tecniche

E. sociale E. Senior E. su neve Eventi

IL SOCIO C.A.I. È ASSICURATO CON UNA POLIZZA INFORTUNI CHE È ATTIVA DURANTE L'ATTIVITÀ SOCIALE
 (escursioni e attività svolte ufficialmente in ambito C.A.I.)

Massimali Combinazione A: la quota è compresa nel costo tessera

Caso morte	€ 55.000
Caso invalidità permanente	€ 80.000
Rimborso spese di cura (franchigia € 200)	€ 2.500

Massimali Combinazione B: per coloro che aggiungono per loro scelta € 5,15 alla quota tessera

Caso morte	€ 110.000
Caso invalidità permanente	€ 160.000
Rimborso spese di cura (franchigia € 200)	€ 3.000

È possibile, come scelta facoltativa, stipulare una polizza personale aggiuntiva, che può essere utile soprattutto per coloro che praticano l'attività in montagna con continuità; questa polizza copre anche le attività personali

Massimali Combinazione A: costo annuale € 126,50

Caso morte	€ 55.000
Caso invalidità permanente	€ 80.000
Rimborso spese di cura (franchigia € 200)	€ 2.500

Massimali Combinazione B: costo annuale € 252,90

Caso morte	€ 110.000
Caso invalidità permanente	€ 160.000
Rimborso spese di cura (franchigia € 200)	€ 3.000

Per entrate: diaria giornaliera in caso di ricovero € 30

Le polizze sono consultabili sul sito del C.A.I. Nazionale

PER ATTIRARE L'ATTENZIONE IN CASO DI INCIDENTE

DI GIORNO Lanciare grida d'aiuto e, se ci sono persone in vista, alzare le braccia leggermente aperte e tenerle alzate (è il segnale per la richiesta di aiuto).	DI NOTTE Fare segnali intermittenti con la pila. Quando è possibile, uno del gruppo si rechi al più vicino posto telefonico o di chiamata del Soccorso Alpino.
--	--

CONSIGLI UTILI

- In montagna è bene avere scarpe e abbigliamento adatti, zaino, non troppo pesante, con il necessario.
- Portare acqua a sufficienza nelle giornate calde.
- Riportare a valle i propri rifiuti.
- Non abbandonare i sentieri segnalati, se non si conosce il territorio.
- Valutare le condizioni meteo.

363 **363-12** **367-3**

Corona di Sondino Campo di Gallo

Questi punti codificati che trovi sui pali della segnaletica, in caso di emergenza, consentono ai soccorritori del 112 di conoscere le coordinate del punto in cui ti trovi, accelerando così gli interventi.



CALENDARIO DA MURO Oramai il calendario da muro è atteso a fine stagione dai nostri Soci che lo aspettano anche perché cominciano a vedere per la prima volta il programma escursioni del 2025 indicato sulle giornate. Bisogna sempre ringraziare i nostri sponsor che ci consentono di realizzare un bel regalo e ricordo per tutti i Soci, e anche per coloro che



apprezzano le nostre attività. La novità del 2025 è che, dopo i primi anni in cui le foto le ha fornite il nostro bravo Paolo Bonusi, ora si è pensato di dare la possibilità a tutti i Soci di fornire una foto ciascuno a rappresentare un mese, accompagnata sempre da una bella frase. Un invito quindi a preparare una foto per il 2026!!

ARRAMPICATA IN PALESTRA Nel 2024 è continuata l'attività di arrampicata in palestra per i Soci, svolta il giovedì sera. L'ingresso è libero per i Soci del C.A.I. Lumezzane e consente sia a chi è esperto, sia a chi vuole avere qualche nozione di base per avvicinarsi all'arrampicata. Chi intende svolgere un percorso strutturato può poi fare il corso specifico alla Scuola di Scialpinismo e Alpinismo Intersezionale di Gardone V.T. e Lumezzane. La nostra palestra indoor ha vissuto un'altra bella stagione il mercoledì con la presenza di molte bambine e bambini che l'hanno frequentata, divertendosi, con la speranza che possano poi trovare passione anche per l'arrampicata in ambiente. Circa 50 Soci collaborano a coprire i turni per svolgere l'attività con la massima sicurezza possibile. Anche con gli amici della Coop. C.V.L. e le altre due Cooperative di altri Comuni "Natale Elli" e "Il Vomere" è stata intensa l'attività di arrampicata con due lunedì mattina al mese. Come avete letto negli articoli specifici c'è stato un grande ampliamento e quindi avanti con lo sviluppo di questo settore dell'attività del nostro C.A.I. Lumezzane.



PERSEIDI Abbiamo collaborato con l'Associazione Eracle che ha organizzato Perseidi 2024, accompagnando sul Ladino un piccolo gruppo al concerto di un musicista con strumenti acustici molto originali in un'atmosfera molto suggestiva.

Il silenzio e l'attenzione hanno creato un legame molto forte tra i partecipanti.

GREST E SCUOLE Come tutti gli anni si è cercato di rispondere alle richieste di collaborazione provenienti da grest, scuole per svolgere attività con i giovanissimi. Una delle nostre "mission" è cercare di comunicare alle giovani generazioni la passione per l'ambiente, la conoscenza del territorio, il piacere di un'attività che consente di socializzare e crescere. E così con i giovanissimi del Grest di Albatros si sono svolte alcune escursioni, alcune più lunghe altre più corte, che hanno consentito di far scoprire angoli dei nostri monti talvolta non conosciuti; tra i luoghi raggiunti segnaliamo i Grassi, Gabbie. Con la Scuola Caduti della Patria si è svolta una escursione sui nostri monti, con l'ausilio anche di rappresentanti dell'Anpi che hanno raccontato gli episodi della Resistenza nella zona del Sonclino. Presso la Scuola di Rossaghe si è svolto invece un'attività di arrampicata, come già accaduto tante volte in passato.



CONSULTE COMUNALI

Da molti anni la nostra Sezione è presente nelle due Consulte Comunali, quella Sociale e quella Culturale e partecipa agli incontri e alle iniziative. Quest'anno per la terza volta si è ripetuto l'Open Day dei Gruppi Culturali il 21 Settembre; inoltre all'Odeon abbiamo presentato lo spettacolo della Compagnia Slegati nel cartellone di "Vers e Us" 2023/24 di cui trovate un articolo specifico.

La Città di Lumezzane e la Consulta Culturale di Lumezzane promuovono

OPEN DAY DELLA Cultura

III edizione
LUMEZZANE

15 INFOPOINT
Per informazioni e attività laboratoriali

ESIBIZIONI Live

- 15.00 Corpo musicale SA
- 15.30 G.A.L.
- 16.00 Centro Danza
- 16.30 Quelli della Piazza
- 17.00 Banda Cittadina SS
- 17.30 All'Unisono

APERTURA BIBLIOTECA E HUB TECNOLOGICO
14-18,30

SABATO 21 SETTEMBRE
DALLE 14,30
PARCO DON GNOCCHI FAIDANA

SERVIZIO BAR PRESSO LA SEDE DEL GRUPPO ALPINI SAN SEBASTIANO

SERATA CON IL SOCCORSO ALPINO

In collaborazione con il Soccorso Alpino abbiamo fatto la serata "A tu per tu con il Soccorso Alpino". Un incontro con gli amici volontari che intervengono in occasione di incidenti in montagna.

A TU PER TU CON IL SOCCORSO ALPINO

Un incontro per conoscere il soccorso alpino e scoprire come i tecnici della stazione Valtrompia vivono il loro servizio.

MARTEDÌ 13 FEBBRAIO
ORE 20:30
SERATA GRATUITA PRESSO LA SEDE DEL CAI DI LUMEZZANE IN VIA CAVOUR 4

MUSEO MESSNER E BOLZANO Il pullman esaurito ha dimostrato che anche alcune visite sono ben apprezzate dai Soci che, anche senza scarponi, scoprono alcuni aspetti culturali legati alla montagna. Il Museo Messner di Castel Firmian in un vecchio castello collocato su una collina molto panoramica ha offerto la possibilità di vedere il rapporto dell'uomo con la montagna da tutti i punti di vista. Nel pomeriggio la giornata si è poi arricchita della visita alla "Casa di Otzi" e ai luoghi più importanti della città di Bolzano.

Considerata l'esperienza positiva di questi due ultimi anni, l'intenzione è di continuare a fare proposte che possano far conoscere l'ambiente e il mondo della montagna anche senza un impegno fisico importante.

