



GAM - GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA Sottosezione del CAI Milano

NOTIZIARIO N. 5/2018
NOVEMBRE-DICEMBRE

Dall' ultima ASSEMBLEA dei SOCI

Carissimi Soci e Socie (e Simpatizzanti tutti che presto speriamo di avere tra i soci) che non avete potuto partecipare all'Assemblea tenutasi lo scorso 18 ottobre 2018 vi aggiorniamo su quanto ci siamo detti perché l'Assemblea non è solo un momento "formale" voluto dal nostro Statuto ma un importante momento di dialogo e scambio di pareri nonché un momento di verifica dello stato di "salute" della nostra Associazione. Infatti durante l'Assemblea non solo abbiamo approvato un Bilancio Preventivo 2019 caratterizzato da ottimismo e fiducia nel futuro ma ci siamo confrontati sulle nostre modalità di partecipazione alle attività sociali e sulle proposte presenti nei nostri Calendari. Vorremmo continuare a migliorare la nostra sede anche con un rinnovamento degli arredi interni.

Auspiciando una sempre maggiore partecipazione alla vita associativa attraverso la fattiva collaborazione all'organizzazione delle attività, abbiamo ribadito che **ogni socio e socia è importante** e deve mettere a disposizione di tutti le sue abilità piccole o grandi che siano con spirito costruttivo e con la generosità e la disponibilità che ci hanno da sempre caratterizzati!!! Nel GAM infatti i Referenti delle attività non sono "operatori turistici" né tanto meno "guide alpine" ma solo soci e socie che mettono a disposizione il loro tempo libero e le loro capacità per il piacere di tutti. Non dimentichiamo che il GAM è un Gruppo di Amici della Montagna!!!

FESTA del TESSERAMENTO: SOCIO E' IMPORTANTE!

Il GAM ha iniziato la sua campagna di Tesseramento 2019. L'anno che si chiude, il 2018, ha confermato il trend positivo delle iscrizioni, siamo arrivati a più di 300 soci e ci piace pensare che ognuno di questi soci **sia importante** ovvero al "centro" della Associazione consapevole dell'appartenenza a un gruppo che partecipa con la collaborazione di tutti alla diffusione dell'amore e la passione per la montagna.

Tesseramento quindi!!

Anche per quest'anno abbiamo deciso di mantenere le stesse quote (che sono riportate in fondo) confidando nel rinnovo di tutti e nell'arrivo di nuovi soci. La quota associativa consente al GAM di esistere e di far sentire forte la sua voce all'esterno.

Diamo ai soci vecchi e nuovi un caloroso benvenuto: il bollino 2019 è già in vendita.

L'intero Programma delle Attività Invernali sarà presentato in sede Via Merlo 3 Milano

GIOVEDI' 8 NOVEMBRE h. 21

La serata sarà accompagnata da chiacchiere vino castagne e.....**tessere 2019!!!!**

QUOTE ASSOCIATIVE GAM 2019

| SOCIO | QUOTA € |
|--|---------|
| ORDINARIO (dai 18 anni) | 23 |
| VETERANI (dai 65 anni con almeno 10 anni di anzianità Gam) | 15 |
| FAMILIARI conviventi | 8 |
| JUNIORES (fino a 17 anni) | 8 |
| SOSTENITORE | 40 |

E' possibile associarsi al GAM anche passando dalla sede negli orari di apertura: martedì h 18:30-20:30 e giovedì h 21-23 (no POS) oppure con bonifico sul c/c del GAM MPS Iban: IT62D0103001654000061104572 causale: Cognome Nome quota 2019. I nuovi soci dovranno compilare il modulo di iscrizione al link: <http://www.gam.milano.it/wp-content/uploads/2012/01/Modulo-iscrizione-GAM-1.pdf> e farlo pervenire al GAM via mail: gam.milano0@gmail.com

CIASPOLIAMO!

Camminare sulla neve con le ciaspole.

Anche quest'anno ci appoggeremo sia alle uscite di scialpinismo GAM che a quelle di sci di fondo ARCI. Inizieremo con un' uscita prima di Natale sempre neve permettendo. Le uscite proposte saranno sempre da confermare in base alle condizioni metereologiche e nivologiche.

Referente GAM per le ciaspole Gemma Assante mail: gemma.assante2017@gmail.com

Sabato 1 dicembre 2018 - RIALE (Val Formazza) - Rifugio Maria Luisa Dal parcheggio si prende la traccia che conduce al rifugio), situato nei pressi della diga di Toggia. **Cartina** KOMPASS K89; **Lunghezza A/R** circa 12 km; **Dislivello** 430 m
Tempi di percorrenza andata: 2h

7-8-9 Dicembre 2018 - S. Ambrogio in Valle STURA o MAIRA o d'AVERS in base all'innnevamento con il gruppo degli scialpinisti GAM **ma** faremo ciaspolate in autonomia.

Sabato 15 dicembre 2018 - VAL ROSEG (Engadina – CH) da Pontresina (1800 mt) – Roseg Gletscher (2000 mt) **Dislivello:** 200 mt. – **Lunghezza A/R** 14 Km.

Sabato 12 gennaio 2019 – FLASSIN (Val d'Aosta). Ciaspolata nei boschi dell'alta valle del Gran San Bernardo, soprastanti il comune di Saint Oyen. Dagli al di Flassin de sot mt 1535 si prosegue a Flassin di meiten mt 1640 e Flassin Damon mt 1696 fino ad arrivare a quota 1800 mt seguendo le tracce che portano al colle Flassin.

Panorama sul Mont Velan e sulle belle montagne che segnano il confine con la Svizzera.
Quota min.: 1367; Quota max.: 1800; Dislivello 430 m; Lunghezza A/R 11.2 km. Tempo: 3h 30'.

Il Programma completo sul sito <http://gam.milano.it>

ALPINISMO

Falesia: con rammarico dobbiamo comunicarvi che il socio Angelo Carraro detto "Brassi" che l'anno scorso ci ha fatto divertire in falesia è indisposto e non potrà continuare questa attività. Gli auguriamo una rapida guarigione, vogliamo rivederlo di nuovo in azione.

Al momento ci aspettiamo che qualcuno delle tante "Lucertole" del GAM si faccia avanti e si proponga ricordando ancora una volta a tutti che l'attività ha un carattere puramente amatoriale e NON verranno impartite lezioni di arrampicata. I partecipanti potranno esprimere le proprie capacità e divertirsi. Perché anche l'arrampicata può essere un momento di attività sociale. Chi volesse dare una mano può scrivere al GAM mail: gam.milano0@gmail.com o al Referente per l'Alpinismo: Giovanni Gaiani mail: giovanni.gaiani@tin.it.com tel. 02 89301570

SCIALPINISMO

La Commissione di Scialpinismo ha preparato uno strepitoso programma.....non ci resta che attendere le abbondanti nevicate!!!

Referente GAM per le uscite di scialpinismo: Paolo Cesa Bianchi mail: p.cesabianchi@sacebi.com cell. 335 261795

Le destinazioni proposte possono subire cambiamenti in base all'innevamento e alle condizioni metereologiche.

7-8-9 dicembre S. Ambrogio in Valle Stura o Maira o d'Avers

Contiamo di iniziare come sempre la stagione scialpinistica con tre giorni di belle sciater!

La località verrà scelta in base all'innevamento.

Proporranno gite da inizio stagione.....per ungere le gambe!!

16 dicembre Gran Pays 2724m

Da Lignan 1633m proseguire verso Clemensod fino al ponte a 1615m. Dal ponte salire al meglio il ripido e fitto bosco sino a sbucare su terreno aperto poco sotto l'Alpe Brevaz. Volgere a destra per toccare l'Alpe Fontin 2002m. Seguirlo, toccando i resti diruti dell'Alpe Collet 2246m, e proseguire sino a quando si apre, in vista sulla destra dei ripidi pendii che scendono dalla vetta. Risalirli e giunti in cresta, percorrerla sino a raggiungere la Cima
Dislivello 1080m – Difficoltà: BS

Il Programma completo sul sito <http://gam.milano.it>

I CORSI del GAM con LUCA & VALENTINA guide alpine

Referente GAM per le iscrizioni: MICHELE CARDILLO mail: michele_cardillo@hotmail.it
Cell: 3392069657

- Ghiaccio invernale: **CASCATE di GHIACCIO (C1) -**

Lezioni e salite su ghiaccio: livello base C1

Per cominciare e approfondire la conoscenza della disciplina: lezioni di tecnica di arrampicata e di tecnica di sicurezza. Due giornate saranno dedicate alla salita di una cascata di più lunghezze di corda.

Periodo: Gennaio - Febbraio 2018

PROGRAMMA: Uscite

13 gennaio Nozioni di base, uso degli attrezzi, schemi motori

19 gennaio Schema omologo e progressione fondamentale Protezioni da ghiaccio, inserire e recuperare una vite da ghiaccio

2 febbraio Progressione fondamentale, introduzione alla progressione a triangolo, schiodatura in arrampicata

Lezioni teoriche

10 gennaio Neve, valanghe e sicurezza

31 gennaio Carte topografiche e uso GPS

27 marzo Chiusura corso in sede GAM

- Con gli sci su neve libera: ***CORSO di SCIALPINISMO (SA1)***

Per apprendere e perfezionare le tecniche per una pratica sicura ed autonoma di questa disciplina. Lo sci alpinismo non è solo discesa in neve fresca ed ebbrezza della velocità. E' molto di più: uno strumento per visitare il mondo della Montagna quando indossa il suo vestito più scintillante.

Periodo: Gennaio - Marzo 2018

PROGRAMMA: Uscite

12 gennaio Tecnica di discesa fuoripista con utilizzo degli impianti di risalita

3 febbraio Tecniche di salita Esercitazione ARVA

10 febbraio Gita

3 marzo Gita

16-17 marzo Gita con pernottamento in rifugio

Lezioni teoriche

10 gennaio Neve, valanghe e sicurezza

31 gennaio Carte topografiche e uso GPS

7 febbraio Pianificazione della gita

19 marzo Chiusura corso in sede GAM

I Programmi completi sul sito: <http://gam.milano.it>

ESCURSIONISMO, NATURA, CULTURA

E' in preparazione il calendario 2019, con tante belle iniziative che avranno bisogno di essere prenotate per tempo. E, dunque, **Attenti alle scadenze.**

20 - 24 giugno Le Isole della Toscana

1-7 luglio: la tradizionale Nonni & Nipoti,

15-21 luglio: **Settimana Verde in Dolomiti**

21- 28 settembre: **settimana al Gargano**

Prenotatevi per tempo, mandando una mail di preiscrizione a Gemma Assante mail: gemma.assante2017@gmail.com o Cristina Mazzetti mail: cristina.mazzetti@alice.it

SERATE IN SEDE

6 novembre h 21 Consiglio Direttivo aperto a tutti i soci

8 novembre h 21 PRESENTAZIONE CALENDARIO INVERNALE & FESTA del TESSERAMENTO

I programmi di: Scialpinismo, Ciaspole e Corsi Invernali per propiziare un nevoso inverno. Vi aspettiamo numerosi!

22-27-29 novembre h 21 INTRODUZIONE ALLA FOTOGRAFIA DEGLI ANIMALI SELVATICI E DEGLI AMBIENTI NATURALI.

Il ciclo delle presentazioni saranno tenute da Silvestro Franco (LIPU, Milano), prestigioso fotografo autore di memorabili scatti, con la seguente traccia:

22/11 - Primo incontro: la fotografia naturalistica, semplice e facile, è alla portata di tutti. Bibliografia essenziale e Equipaggiamenti: la dotazione minima, leggera e poco impegnativa, consente già risultati di grande livello

27/11 - Secondo incontro: la strumentazione necessaria. Macchine fotografiche, obiettivi, accessori, corredi, come usare gli strumenti fotografici

29/11 - Terzo incontro: attrezzature complementari, luoghi, stagioni, ambienti. Oasi e parchi, ricerca vagante del soggetto da fotografare, etica del comportamento.

4 dicembre h 21: Consiglio Direttivo tutti i soci sono invitati a partecipare

13 dicembre h 21: Francesco Tomasinelli, divulgatore scientifico naturalistico, presenterà le sue ultime pubblicazioni

20 dicembre h 20: SERATA di AUGURI NATALIZI e PREMIAZIONE dei Soci 50ennali e 25ennali con la tradizionale formula "Porta e Condividi". Tutti i Soci e i Simpatizzanti sono invitati a partecipare e a mostrare la loro abilità culinaria

MANIFESTAZIONI SOCIALI

Su segnalazione di Soci volentieri vi segnaliamo alcune manifestazioni sociali di particolare interesse

Dal 6 novembre 2018 al 10 gennaio 2019 SILVIA NAVA - L'ARTE NEL CENTRO

La nostra Socia pittrice Silvia Nava espone i suoi ultimi lavori al ADVANCED OSTEOPATHY CLINIC Via San Siro 7 Milano (lunedì-venerdì 9-18)

Una boccata d'aria fresca, un'immersione nel respiro vitale di una natura gentile e suggestiva, una carezza di pace e serenità. Questo potremmo ricevere in dono varcando la porta dell'Advanced Osteopathy Clinic.

A partire dal 6 novembre nelle stanze del Centro saranno esposte 20 opere di Silvia Nava, acquarellista milanese di grande bravura e sensibilità.

Perché guardare, e non soltanto vedere, è la ragione che conduce ad ammirare il bello, al di là delle sole apparenze. L'acquerello propone, nella sua appassionata gestualità, la bravura di Silvia Nava. (Giuseppe Casiraghi)

..La montagna della Nava è invece serenità completa, che dall'esterno si mostra disponibile a improntare anche la nostra interiorità, conciliazione col mondo. A ben pensarci, c'è un senso dell'immanenza più rinascimentale che romantico: non c'è Dio sopra o dentro la montagna, semmai la montagna è già Dio per proprio conto, ma un Dio per nulla lontano, a contatto continuo con l'ambito umano.. (Vittorio Sgarbi)

Maggiori informazioni ai link: [Locandina Nava-l'arte nel centro](#) [invitosilvianavapdf](#)

Dal 5 ottobre al 9 dicembre 2018 Wildlife Photographer of the Year,

L'esposizione di fotografie naturalistiche più prestigiosa al mondo torna nei suggestivi spazi della Fondazione Luciana Matalon in Foro Buonaparte 67 Milano, grazie all'Associazione culturale Radicediunopercento che ogni autunno porta nel capoluogo lombardo le immagini premiate al concorso di fotografia indetto dal Natural History Museum di Londra e arrivate in Italia grazie all'esclusiva concessa alla PAS EVENTS di Torino.

Blogger Contest 2018 - 7° edizione: il tema è "Sentieri neri"

Avete voglia di scrivere una storia? Il tema della settima edizione è suggerito dall'omonimo libro di Sylvain Tesson, scrittore e viaggiatore francese che, dopo un incidente, decise di percorrere la Francia a piedi, dalla Provenza alla Normandia, raccontando la sua terra natia come un paesaggio impervio e sconosciuto, che si rivela soltanto percorrendo vie secondarie: i sentieri neri, appunto. Il concorso promosso da Altitudini (www.altitudini.it) assegnerà quattro premi speciali, in due categorie: racconto breve e audio storia. Il valore dei premi offerti dagli sponsor è di 6000€. Per saperne di più consultare la pagina del Blogger Contest sul sito <http://www.altitudini.it/2018-2/>

BACHECA: chi offre e chi cerca...

chi cerca...

- ARTVA da chi ha smesso l'attività e volesse disfarsene. Potete mandare una mail al GAM mail: gam.milano0@gmail.com

chi offre....

- **Il GAM AFFITTA** la sua bella sede rinnovata ai Soci **per attività personali** durante le ore diurne/serali. La tariffa varia a seconda della durata dell'utilizzo da € 50 a €150 (+ IVA) da concordare con il Consiglio Direttivo

Ricevete questa newsletter perché il vostro indirizzo si trova nella mailing list del GAM. Assicuriamo che i vostri dati sono trattati con estrema riservatezza e non vengono divulgati. Le nostre informative sono comunicate individualmente anche se trattate con l'ausilio di spedizioni collettive. In ogni momento ci si può cancellare dalla lista: rispondendo a questa mail con "CANCELLAMI" in oggetto, sarete espunti immediatamente con tante scuse. Parimenti per iscriversi alla nostra newsletter, mandate una mail a gam.milano0@gmail.com

Notiziario G.A.M. – N. 5 – NOVEMBRE-DICEMBRE 2018 - Spedito il giorno 4.11.2018

Pubblicato dal GRUPPO AMICI della MONTAGNA Sottosezione del C.A.I. Milano

Via G.B.Merlo, 3 – 20122 MILANO – Telefono: 02.799.178 - e-mail: gam.milano0@gmail.com <http://www.gam.milano.it>