



## ECHI D' ESTATE

Carissimi Socie e Soci, questa estate 2019 ci ha giocato qualche scherzetto straordinariamente calda ma con temporali nel weekend, ci ha costretto a modificare il programma di Alpinismo mentre invece abbiamo realizzato tutti gli entusiasmanti programmi di Escursionismo. La tradizionale proposta GAM "Nonni & Nipoti", che da anni aggrega le generazioni e l'altrettanta consueta Settimana Verde, quest'anno in una splendida località della Val di Fassa Moena, hanno avuto grande successo tra i soci che le hanno accolte con molto entusiasmo. Bellissimo anche il trek nelle Isole Toscane, splendido itinerario proposto dal GAM in esclusiva. I Trek del GAM continueranno anche in autunno nel programma sotto riportato troverete interessanti proposte. Vi aspettiamo numerosi alle serate di foto e racconti in cui come sempre condivideremo le emozioni e le avventure vissute. Con l'Alpinismo non siamo riusciti a mettere in saccoccia le due cime molto importanti il Castore e la Punta San Matteo a causa del meteo dispettoso ma verranno riproposte per non far mancare le alte quote agli amanti dei 4000. Entrambe queste gite hanno avuto la partecipazione di soci molto bravi e tecnicamente molto preparati e con loro speriamo di condividere tante altre avventure. A settembre continua il programma di alpinismo una lunga serie di domeniche su e giù per le nostre montagne che ci consentirà di arrivare allenati all'inverno e alla neve che speriamo sia abbondante come la scorsa stagione.

A grande richiesta in collaborazione con le guide alpine Luca & Valentina proponiamo per l'autunno il Corso di Arrampicata sia base che avanzato il consueto appuntamento con il Corso di Free Ride e a grande richiesta sul territorio milanese il Corso di Uso del GPS e Cartografia Digitale. Le iscrizioni a tutti i corsi sono già aperte e i posti limitati quindi affrettatevi!!!!

Tante proposte e tante iniziative che vedono la partecipazione sempre crescente di nuovi soci che si avvicinano alla nostra Associazione condividendone lo spirito e la passione. Proprio perché siamo un'Associazione di volontari abbiamo bisogno dell'impegno e della collaborazione di tutti i soci i quali, ognuno con le proprie competenze, necessariamente deve collaborare. Abbiamo bisogno di "capogita" che per il GAM non sono agenti turistici o istruttori e meno che mai guide ma solo soci che mettono a disposizione le loro conoscenze a titolo volontario per diffondere l'amore per la montagna, la cura di questo ambiente così affascinante e l'entusiasmo per la condivisione degli sforzi e delle conquiste piccole o grandi che siano. Vi aspettiamo numerosi.....

In questo senso ci piacerebbe far partire anche altre attività come Seminari di consapevolezza del movimento e del proprio corpo quali FELDENKREIS, YOGA, TAICHI e SCI DISCESA e BIKE, sia in montagna che su strada, cerchiamo Referenti per iniziare queste belle iniziative che nello spirito del GAM consentono a tanti di passare belle giornate in montagna e in compagnia.

Tu, Socio che leggi.....Se hai voglia di "provare" a impegnarti vieni al Consiglio di settembre ne parliamo insieme e troverai tutto l'aiuto necessario per iniziare!!!!

Se avete iniziative da proporre, il GAM è il luogo ideale per realizzarle o semplicemente se avete bisogno di una "location" per eventi o per un set, scriveteci a [gam.milano0@gmail.com](mailto:gam.milano0@gmail.com) o venite a conoscerci alle riunioni del Consiglio.

Di seguito, come sempre, potete trovare la descrizione delle nostre proposte per l'autunno e alcune anticipazioni per l'inverno e la primavera che arriveranno.

**ATTENZIONE:** Cari Soci e Simpatizzanti vi raccomandiamo di consultare periodicamente il sito GAM al link: <http://www.gam.milano.it> per una tempestiva conoscenza delle iniziative . La comunicazione delle proposte e gli aggiornamenti avviene sul Sito prima che sul Notiziario!!!! Può succedere che le proposte qui sotto riportate siano di fatto già esaurite al momento dell'uscita del Notiziario.....la modernità richiede questo aggiornamento della comunicazione!

## ASSEMBLEA PER IL BILANCIO PREVENTIVO 2020

E' convocata l'Assemblea dei Soci **per giovedì 24 ottobre 2019 alle ore 8:00 in prima convocazione, e ALLE ORE 21 in seconda convocazione** presso la sede sociale, per deliberare sul seguente ordine del giorno:

1. Relazione del Presidente
2. Bilancio preventivo 2020
3. Richiesta di inserimento del GAM nel registro delle Associazioni senza scopo di lucro
4. Varie ed Eventuali.

I soci impossibilitati a partecipare sono pregati di delegare (ogni socio può portare fino a 2 deleghe) un altro socio, le DELEGHE si trovano in allegato

## ALPINISMO

.....si riparte alla grande!

Per informazioni generali sul programma di Alpinismo: Giovanni Gaiani tel. 02-89301570 mail: [giovanni.gaiani@tin.it](mailto:giovanni.gaiani@tin.it)

Il programma dettagliato delle gite (costi, orari..) verrà pubblicato sul sito e comunicato via mail.

### ATTIVITA'

#### **7-8 settembre PIZZO CENGALO 3367m**

Bellissima ascensione, lunga e dal dislivello importante, permette di entrare in un santuario di granito tra i più maestosi delle alpi,

Sabato: dal parcheggio si sale al Rifugio Gianetti.

Domenica: dal rifugio salita del Cengalo Dislivello complessivo: 2200m Capogita: Gabriella Russo.  
Difficoltà: EEA – PD-

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/pizzo-cengalo-3367m/>

### **14-15 settembre MONTE ARGENTERA 3297m**

La salita alla cima più alta delle alpi Marittime lungo il versante nord, una vera rarità!!

Sabato: salita al rifugio Morelli Buzzi 2351m, che raggiungeremo partendo da Terme di Valdieri con una salita di circa 1000m. Domenica: raggiungeremo la cima dell'Argentera. La discesa avverrà in direzione del rifugio Remondino così da compiere un percorso circolare che ci riporterà al Gias delle Mosche, dove avremo lasciato qualche auto per evitarci l'ultimo tratto di strada verso Terme di Valdieri. Dislivello complessivo: 2000m Capogita: Valentino Pistone Difficoltà: EE – F+  
Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/monte-argentera-3297m/>

### **14-15 settembre PUNTA SAN MATTEO 3678m**

**Proponiamo il recupero di questa bella gita che siamo stati costretti ad annullare a causa del maltempo**

Sabato: arrivo al Rifugio Berni

Domenica: Dal Rifugio Berni 2541 m salendo al meglio sulla destra si risale la seraccata sul bordo e al di fuori dei grandi crepacci, raggiungendo un ampio pianoro glaciale. Si prosegue ora con percorso evidente verso una sella posta tra la Cima Dosegù (a sinistra) e la Punta San Matteo (a destra) sempre ben visibile,

Dislivello complessivo: 1300m Capogita: Ferdinando Viganò Difficoltà: PD

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/punta-san-matteo-3678m/>

### **21- 22 settembre LAGGINHORN 4010m**

Il Lagginhorn è una bella e possente montagna rocciosa, dalla forma trapezoidale, abbastanza frequentata lungo la sua non banale via normale della Cresta W.

Sabato: Dalla stazione intermedia di Kreuzboden, si segue l'ampia e frequentata mulattiera che in ca un' ora conduce alla Weissmieshutte (2726 m).

Domenica: si prosegue sempre su ampia mulattiera per la Hohsaashutte, poi su roccia fino alla cima.

Dislivello complessivo: 1650m Capogita: Paolo Cesa Bianchi Difficoltà: PD

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/lagginhorn-4010m/>

### **29 settembre RESEGONE via del CAMINETTO 1875m**

La salita al Resegone da Erve (595m) è meno nota della via normale dai Piani di Erna ed affronta un dislivello decisamente superiore, ma offre una gita assai più varia ed interessante. Dislivello: Capogita: Valentino Pistone Difficoltà: F

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/resegone-via-del-caminetto/>

### **13 ottobre MONTE TAGLIAFERRO 2964m**

Posto sul contrafforte che discende dalla Punta Gnifetti, il Tagliaferro divide la Val Sermenza dalla Valsesia, di cui è una tra le cime più conosciute. E' una magnifica piramide. Da Rima al Rifugio Ferioli e da lì senza particolari difficoltà si raggiunge la vetta.

Dislivello: 1550m Capogita: Gabriella Russo Difficoltà: EE

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/monte-tagliaferro-2964m/>

### **20 ottobre BECCA DI TORCHE' 3016m**

Elegante ed imponente piramide, la Becca Torché è una delle due cime gemelle definite les Dames de Challand, visibile sulla destra all'imbocco della Val d' Aosta appare in tutto il loro

splendore. Dal bellissimo alpeggio di Chalex si prosegue giungendo ad un colletto dal quale si segue quest' ultima sino alla vetta, Difficoltà: EE

Dislivello: 1250 m

Dislivello complessivo: 1250m Capogita: Gabriella Russo

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/becca-di-torche-3016m/>

## **FALESIA**

**Riprendono le giornate in Falesia del GAM!!** Andiamo il mercoledì e il sabato. Il coordinatore del gruppo è Ferdinando Viganò mail: v.ferdinando@libero.it cell: 3939012151

Questa attività ha solo un carattere amatoriale ma è un gradito momento di condivisione delle abilità e delle difficoltà di ciascuno. Abbiamo creato una chat “ GAM arrampicata” chi è interessato a essere inserito nella chat segnali il suo nominativo a Michele Cardillo amministratore del gruppo al numero di cell: 339 2069657

## **CORSI .....con Luca & Valentina guide alpine**

A grande richiesta tornano anche per il prossimo autunno i **Corsi del GAM**.

### ✓ **USO del GPS per la montagna e CARTOGRAFIA DIGITALE**

Link: <http://www.gam.milano.it/attivita/uso-del-gps-per-la-montagna-e-cartografia-digitale/>

Il Gps è ormai uno strumento irrinunciabile per l'orientamento in zone sconosciute o in caso di scarsa visibilità. Il suo utilizzo escursionistico differisce però di molto da quello autostradale e presuppone anche una conoscenza solida di cartografia per poter essere sfruttato appieno senza incorrere in grossolani errori.

### CONTENUTI

Il corso è strutturato in due lezioni teorico pratiche e un'escursione guidata in un parco dell'area Milanese (Monte Stella o Parco Lambro). Le lezioni saranno tenute da Luca Biagini, geologo e Guida Alpine – Maestro di Alpinismo, presso la sede del GAM, Via Merlo 3 Milano. Il corso è strettamente orientato all'utilizzo pratico degli strumenti di navigazione e verranno utilizzati da parte del docente strumenti GARMIN; per chi ne fosse sprovvisto possiamo prestare qualche strumento GARMIN in diversi modelli e tipologie.

### PERIODO

Ottobre – Novembre 2019

### PROGRAMMA

**17 ottobre** h.20.45 presso la sede GAM 1° lezione GPS:

Introduzione alla strumento

Funzioni, A cosa serve, Inserimento manuale dei Waypoints, Preparazione dell'escursione: costruire una rotta

**22 ottobre** h 20:00 (I turno) e **24 ottobre** (II turno) in parco milanese 2° lezione/escursione:

Fare il punto, Marcare il punto, Raggiungere un punto noto, Seguire una rotta, Tornare indietro, Registrare un itinerario

**7 Novembre** h 20:45 presso la sede GAM 3° lezione GPS:

GPS + PC, Collegare il GPS al PC, Inserire Waypoints e tracce, Scaricare waypoints e tracce (utilizzo dei dati raccolti durante l'escursione), Cartografia digitale (vettoriale e raster), Georeferenziare una carta

### **ISCRIZIONE**

Per Informazioni e iscrizioni contattare: Michele Cardillo mail: [michele\\_cardillo@hotmail.it](mailto:michele_cardillo@hotmail.it) cell. 339 2069657

### **COSTO**

€ 100 (min 6 – max 12 iscritti) + Iscrizione al GAM valida per il 2019. I nuovi soci che dovranno iscriversi al GAM potranno già avere la tessera valida per il 2020.

Iscrizioni con versamento di caparra di € 40 + 23 ( tessera GAM 2020) sul c/c del GAM IBAN **IT62D0103001654000061104572**; causale: NOME E COGNOME corso di uso GPS; saldo ad inizio corso.

Termine per il versamento della caparra: **30 settembre 2019**. La caparra è confirmatoria della partecipazione al corso e NON verrà restituita per rinuncia dopo tale termine.

### ✓ **ARRAMPICATA su ROCCIA corso livello base R1**

Link: <http://www.gam.milano.it/attivita/corsi-di-arrampicata-r1-e-r2/>

Obiettivo del corso è di fornire i “fondamentali” dell'arrampicata a chi vuole avvicinarsi alla disciplina. Corso adatto anche a chi ha già esperienza di arrampicata in modo istintivo, per comprenderne i principi e sviluppare consapevolezza.

**CONTENUTI** Corso outdoor di 4 giornate. Tecnica di arrampicata: schemi motori di base, progressione fondamentale, progressione a triangolo. Tecnica di sicurezza: terreno sportivo, monotiri, arrampicata da secondo.

### **PERIODO**

Settembre – Novembre 2019

### **PROGRAMMA**

Prima parte, fondamentali

**29 Settembre:** Schemi motori di base, spostamento del peso, isolamento bacino-busto, uso dei piedi

**6 Ottobre:** Progressione fondamentale, individuazione ed uso del “finale”

**19 Ottobre:** Progressione fondamentale, su due appoggi, in spaccata, bilanciamento e sfalsata, sostituzione.

**9 Novembre:** Progressione a triangolo

### **COSTO**

€ 240 + € 23 per associazione GAM valida per 2019

Iscrizioni con versamento di caparra di € 60+23 (tessera GAM 2019) sul c/c del GAM IBAN **IT62D0103001654000061104572**;causale:NOME E COGNOME corso di Arrampicata R1; saldo ad inizio corso.

Per Informazioni: Michele Cardillo mail: [michele\\_cardillo@hotmail.it](mailto:michele_cardillo@hotmail.it) cell. 339 2069657

La quota da diritto agli insegnamenti e all'accompagnamento della Guida Alpina ed all'utilizzo del materiale comune. La quota non comprende: spese di viaggio, vitto e alloggio. Tali spese, anche della Guida Alpina, saranno sostenute dai partecipanti.

### ✓ **ARRAMPICATA su ROCCIA corso livello avanzato R2**

Link: <http://www.gam.milano.it/attivita/corsi-di-arrampicata-r1-e-r2/>

Lezioni di approfondimento e perfezionamento riservate a chi abbia già frequentato un corso di Tecnica di Arrampicata. Per riprendere i concetti e l'esercizio della Tecnica.

## **CONTENUTI**

Corso outdoor di 4 giornate.

Tecnica di arrampicata: schemi motori di base, progressione fondamentale, progressione a triangolo. Tecnica di sicurezza: terreno sportivo, monotiri, arrampicata da secondo e da primo.

## **PERIODO**

Novembre 2019

## **PROGRAMMA**

Ottobre – Novembre 2019

**19 Ottobre** Progressione fondamentale; individuazione ed uso del “finale”; anticipo del tallone.

**9 Novembre** Progressione a triangolo; triangolo a vertice fisso; “passi pari e passi dispari”.

**23-24 Novembre** Stage a Finale Ligure.

## **ISCRIZIONE**

Per Informazioni e iscrizioni contattare: Michele Cardillo mail: [michele\\_cardillo@hotmail.it](mailto:michele_cardillo@hotmail.it) cell. 339 2069657

## **COSTO**

€ 240 (min 4 iscritti) + Iscrizione al GAM valida per il 2019. I nuovi soci che dovranno iscriversi al GAM potranno già avere la tessera valida per il 2020.

La quota comprende: Onorario Guida Alpina, utilizzo del materiale comune. La quota non comprende: spese dei trasferimenti e di vitto e alloggio.

Iscrizioni con versamento di caparra di € 60 + 23 ( tessera GAM 2020) sul c/c del GAM IBAN **IT62D0103001654000061104572**; causale: NOME E COGNOME corso di Arrampicata R2; saldo ad inizio corso.

Termine per il versamento della caparra: **30 settembre 2019**. La caparra è confirmatoria della partecipazione al corso e NON verrà restituita per rinuncia dopo tale termine.

## **Corsi Invernali 2019**

### **✓ Free Ride - TECNICA di SCI fuoripista**

(con impianti e pelli per imparare a sciare in neve non battuta)

Link: <http://www.gam.milano.it/2019/07/17/tecnica-di-sci-fuoripista/>

Un corso per perfezionare la propria tecnica di discesa: imparare divertendosi sugli sci, senza disdegnare l'uso di impianti così come quello delle pelli di foca.

Per arrivare preparati alle grandi discese invernali e primaverili.

## **DATA**

Dicembre 2019 – Gennaio 2020

## **CONTENUTI TECNICI DEL CORSO**

Gli schemi motori, i principi di equilibrio, le forze che agiscono sul corpo umano disposto su un pendio non sono differenti da quelli che agiscono su una parete...

- Gestione del peso del corpo per condurre gli sci in condizioni variabili di neve
- Centralità ed apprendimento degli schemi di ambio ed incrociato
- Parallelo con cambio di peso e movimento incrociato simultaneo
- Parallelo con distensione marcata, “doppio peso” e movimento incrociato simultaneo

## **OBIETTIVI**

Acquisizione di consapevolezza nel movimento: sapere cosa si vuole fare ed imparare a farlo.

## Lezioni teoriche

5 Dicembre Matrici di base del movimento

9 Gennaio Neve, valanghe e sicurezza

19 Marzo Chiusura Corso in sede GAM

## Uscite

14- 15 Dicembre Esercizi di tecnica di discesa fuoripista con utilizzo degli impianti di risalita

18-19 Gennaio Esercizi di tecnica con utilizzo degli impianti di risalita e pelli di foca

## ISCRIZIONE

Per Informazioni e iscrizioni contattare: Michele Cardillo mail: [michele\\_cardillo@hotmail.it](mailto:michele_cardillo@hotmail.it) cell. 339 2069657

## COSTO

€ 320 (min 8 iscritti) + Iscrizione al GAM valida per il 2020.

La quota comprende: Onorario Guida Alpina, utilizzo del materiale comune. La quota non comprende: spese dei trasferimenti e di vitto e alloggio.

Iscrizioni con versamento di caparra di € 70 + 23 ( tessera GAM 2020) sul c/c del GAM IBAN **IT62D0103001654000061104572**; causale:NOME E COGNOME corso di Free Ride; saldo ad inizio corso.

Termine per il versamento della caparra: **30 novembre 2019**. La caparra è confirmatoria della partecipazione al corso e NON verrà restituita per rinuncia dopo tale termine.

E con l'inverno arriverà anche il tradizionale **CORSO di Scialpinismo SA1**

## ESCURSIONISMO, NATURA, CULTURA E TURISMO

I programmi e i dettagli si trovano sul sito <http://www.gam.milano.it> ; le gite contrassegnate con\* sono in collaborazione con Arci – Cime tempestose condividendo il pullman. I programmi vengono inviati per E-mail a richiesta.

### INFO ESCURSIONI GIORNALIERE

- La partecipazione alle gite è riservata ai soci G.A.M e/o C.A.I. con tessera in corso di validità. I soci aventi entrambe le tessere GAM e CAI godono di sconto
- La prenotazione va fatta inviando una mail al referente-gita indicando un cellulare per ricevere comunicazione e conferma della disponibilità del posto.
- L'iscrizione è valida con il versamento della quota indicata da effettuarsi in GAM in orario di apertura o su IBAN IT62D0103001654000061104572

### - QUOTE:

**Gite giornaliere con mezzi propri:** spese viaggio condivise, escludendo il guidatore + quota GAM 5€. Tutti i pagamenti verranno effettuati direttamente durante il viaggio.

**Gite giornaliere con mezzi pubblici:** ciascun partecipante deve farsi autonomamente il biglietto del treno/bus + quota GAM 5€ che verrà ritirata dal capogita.

**Gite giornaliere con pullman: 25 €**, quota ridotta a 20 € con almeno 28 adesioni. Con meno di 20 iscrizioni si deciderà caso per caso, se effettuare la gita con auto e spese condivise o con pulmino e quota rivista per recupero costi fissi. Prenotazione ed iscrizione con pagamento anticipato 20 €. Eventuale saldo in pullman. Per pagamento ritardato in pullman, maggiorazione di 5€.

**Per le gite di più giorni** consultare il programma sul sito

La quota non è rimborsabile salvo sostituzione. In caso di disdetta pervenuta dopo il martedì antecedente la gita, la quota è da versare comunque.

## SETTEMBRE

**15 domenica gita in VAL BEDRETTO\*** E' la valle dove nasce il Ticino. Percorreremo un itinerario da Airolo Nante (1423M) sino All'Acqua (1614m) attraversando diverse frazioni. Durata: 5,30 ore soste escluse - Difficoltà E - Percorso a saliscendi; Dislivello +/- 650 metri. Gita con pullman privato. Iscrizioni entro il 10/9. Quota 20€ salvo conguaglio. Orario di partenza e ritrovo: ore 7,15 p.le Lotto-Lido. Referente Gemma Assante mail:[gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com)

## OTTOBRE

**12 ottobre CASTAGNATA IN VAL CURONE (AL)\*** Facile traversata da Fabbrica Curone e Selvapiana in ridenti boschi, per raccogliere castagne. Dislivello totale ridotto - Durata 2h30 + raccolta castagne. Gita giornaliera con pullman. Partenza: ore 7,30 Liguria MM2 Romolo; 7,00 Pit-stop Loreto. Difficoltà: E Coordinatrice: da definire

**19 ottobre LEVANTE LIGURE TRAVERSATA USCIO-CAMOGLI\*** Una classica traversata del levante ligure. Durata 5h00 Gita giornaliera con pullman. Partenza: ore 7,30 Liguria MM2 Romolo; 7,00 Pit-stop Loreto. Difficoltà: E Referente Gemma Assante mail:  
[gemma.assante2017@gmail.com](mailto:gemma.assante2017@gmail.com)

## NOVEMBRE

**31/10- 4/11 L'ANELLO DEL RINASCIMENTO** Altro modo di conoscere la storia: un percorso circolare di trek in Toscana e intorno a Firenze, accompagnati da guide ambientaliste.

31/10 Arriveremo a Fiesole da Milano con mezzi pubblici (treno+autobus). Hotel e cena a Fiesole

1/11 Fiesole-S.Brigida Lunghezza 18km; dislivello in salita 680 metri percorsi su tratti a saliscendi. Pernottamento e cena in agriturismo

2/11 S. Brigida – Bigallo. Lunghezza Km 14; Dislivello 600 mt difficoltà M. Pernottamento e cena in Ostello (camere multiple)

3/11 Bigallo – Impruneta. Lunghezza 22 Km dislivello salita 650 mt.

4/11 Impruneta –Pzza Michelangelo. Lunghezza 13,5 km dislivello salita 200 mt.

Andata 31/10: FRECCIA ROSSA Milano - Firenze ore 08,20 arrivo ore 10,00. Ritorno 4/11 partenza ore 19,00 arrivo previsto Ore 20,45.

Quote di partecipazione: Soci GAM 330,00€ + € 10 Assicurazione infortuni obbligatoria; Soci CAI € 350,00 + € 10 Assicurazione Infortuni obbligatoria. Supplemento singola 20,00€ (eccetto Ostello Bigallo ove non è prevista). Caparra € 150,00 entro il 19/08; saldo entro 10/10.

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/anello-del-rinascimento-antiqua-itinera/>

ISCRIZIONI APERTE presso la Referente Cristina Mazzetti cell: 339 8320257 email:  
[cristina.mazzetti@alice.it](mailto:cristina.mazzetti@alice.it)

**10 novembre FOLIAGE AU COL DU JOUX in Valle d'Aosta\*** Alla ricerca dei colori autunnali di larici e faggi. Dislivello totale 500 m - Durata 5 ore. Gita giornaliera con pullman Partenza: ore 7:15 Lotto-Lido. Coordinatrice: Cristina Mazzetti/Barbara Savy

## SERATE IN SEDE

Riprendono le **Serate in Sede** GAM via Merlo 3 h. 21, un'occasione per passare una serata tra amici.....

- 3 settembre** – Consiglio Direttivo Tutti i soci sono invitati a partecipare
- 12 settembre** – Riunione della Commissione Escursionismo tutti i Soci per la stesura del Programma
- 19 settembre** – Presentazione del libro “Paul Grohmann. Guida biografica alle sue vie”. Autore: Livio Sposito
- 2 ottobre** – Consiglio Direttivo Tutti i soci sono invitati a partecipare
- 3 ottobre** – Invito al cinema. Continua la selezione di film di montagna curata da Gilberto Grassi: un film ambientato nel Parco Nazionale del Gran Paradiso “**In un altro mondo**” Regia di Joseph Péraquin
- 10 ottobre** – Riunione della Commissione Scialpinismo. Tutti i soci sono invitati alla stesura del Programma con idee, proposte.
- 24 ottobre** – Assemblea dei soci per il Bilancio Preventivo 2020
- 14 novembre** – Presentazione in sede GAM del Programma Invernale
- 19 dicembre** – Festa di Natale e premiazione dei Soci 25ennali e 50ennali e oltre.....

## MANIFESTAZIONI SOCIALI ed EVENTI

### **26-29 settembre**

**GREEN WEEK a Milano:** nell'ambito di una serie di eventi all'insegna del verde e della sostenibilità urbana, segnaliamo due iniziative ONC-CAI, Sezioni di Milano e Comitato Scientifico Lombardo CSL – CAI, che saranno meglio precisate prossimamente

- **27 settembre** ore 20.30 presso la sede SEM – CAI in Piazza Coriolano, serata culturale **SORPRENDENTE NATURA URBANA : I NOSTRI INATTESI “VICINI DI CASA”:** nelle città da tempo ritroviamo piante ed animali facenti parte di un'inattesa biodiversità. I nostri centri urbani sono ora il nuovo rifugio di molte specie animali e vegetali: un esperto ci mostrerà questo “mondo parallelo” molto vicino a noi.

- **28 settembre NON SOLO MONTAGNA : ALLA SCOPERTA DELLA NATURA IN CITTA':** giro in città dove vive una insolita biodiversità, con specie animali e vegetali ben adattate a questi ambienti difficili. Visitiamo oggi assieme il più “classico” degli habitat urbani per scoprire le molte sorprese che esso può riservarci.

### **17-20 ottobre**

**TRACCE DI MONTAGNA IN CITTA'.** Dopo il successo delle prime quattro edizioni, il Milano Montagna Festival **2019** si allarga alla città con il Fuori Festival: una costellazione di eventi realizzati con il patrocinio di Regione Lombardia e del Comune di Milano, in collaborazione con CAI Milano e BASE Milano, sede del Festival. <https://www.milanomontagna.it/milano-montagna-festival/>

### **27-30 novembre**

#### **MIMOF Milano Mountain Film Festival**

Quest'anno presso la Sala Gregorianum

Tutte le informazioni al link: <http://www.gam.milano.it/attivita/milano-mountain-film/>

**Progetto di Citizen Science “Stambecco nelle Orobie e in Lombardia”:** al sito <http://www.stambeccoorobieelombardia.it/> trovate tutte le istruzioni per contribuire all’osservazione partecipata e alla raccolta di informazioni sulla distribuzione e sul comportamento degli stambecchi.

Anno 2019: siamo alla terza edizione di questa iniziativa avviata dalla Sezione CAI di Bergamo con il Comitato Scientifico Centrale e Lombardo CAI e che si è dimostrata nelle precedenti edizioni un valido strumento educativo per la conservazione dell’ambiente. La “scienza fatta dai cittadini” sta avendo sempre maggior successo in tutto il mondo. Obiettivo della terza edizione del progetto è stimolare, nel rispetto di una fruizione sostenibile dei sentieri delle montagne lombarde, il coinvolgimento attivo e la partecipazione degli escursionisti all’osservazione consapevole delle bellezze naturalistiche presenti sul territorio con particolare riferimento allo stambecco di cui oggi si stima la presenza di oltre 3.500 esemplari in regione. Durante le escursioni si possono segnalare avvistamenti e inviare dati tramite il sito, via mail o utilizzare l'app **Biodiversità dell'Osservatorio Regionale per la Biodiversità di Regione Lombardia;** oppure scattare una fotografia e inviarla completa dei dati (data, ora, localizzazione). Si partecipa alla terza edizione del Contest fotografico e al progetto di geolocalizzazione degli stambecchi in Lombardia.

## LA BACHECA DELLE OCCASIONI

### **Il GAM AFFITTA**

la sua bella sede rinnovata ai Soci e ai Simpatizzanti **per attività personali/ professionali** durante le ore diurne. La tariffa varia a seconda della durata dell’utilizzo da € 50 a €150 (+ IVA) da concordare con il CD. Segnalate ad amici e conoscenti....anche questo è un modo per consentirci di andare avanti.

### **I Soci**

che volessero pubblicare in questa finestra sono invitati a far pervenire le loro segnalazioni a: [gam.milano@gmail.com](mailto:gam.milano@gmail.com) in tempo utile ovvero per il prossimo Notiziario entro il mese di ottobre.

## LUTTO

Con grande tristezza vi comunichiamo che **ALDO GENTILI**, socio venticinquennale, dopo lunga malattia è deceduto. Il GAM si stringe con affetto alla famiglia.

*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](mailto:gam.milano0@gmail.com)*

**Notiziario G.A.M. – N. 4 – SETTEMBRE-OTTOBRE 2019 - Spedito il giorno 30.8.2019**  
**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](mailto:gam.milano0@gmail.com)**  
**<http://www.gam.milano.it>**

# ASSEMBLEA PER IL BILANCIO PREVENTIVO 2020

DELEGA

Il sottoscritto socio del Gam.....

delega il socio..... a rappresentarlo

all'Assemblea Ordinaria dei Soci indetta per il 24 ottobre 2019

Il delegato

Il delegante

DELEGA

Il sottoscritto socio del Gam.....

delega il socio..... a rappresentarlo

all'Assemblea Ordinaria dei Soci indetta per il 24 ottobre 2019

Il delegato

Il delegante