

Montagna per tutti

A CURA DI PIETRO IVALDI

PANORAMI ALPINISTICI. Nell'ambito della rassegna «Panorami Alpinistici 2010», il Cai di Cumiana organizza per venerdì 12 marzo alle 21, nella Sala Incontri Carena, una serata a ingresso libero in compagnia di Nicolas Favresse (www.nicolasfavresse.com), che racconterà la sua passione per l'alpinismo e l'esplorazione con l'ausilio di video e immagini sulle sue imprese. Sabato 13 marzo è in programma una salita al rifugio Jervis con concerto jazz e cena valigiana. Info 0121/011.000, email info@jervis.it

LA SFIDA DELLE TERRE ALTE. Venerdì 12 marzo, alle 21 nel Salone pluriuso di Alice Superiore (piazza Adriano Olivetti), si terrà la presentazione del libro «La sfida dei territori nella Green Economy» di Enrico Borghi (ed. Arel Il Mulino), presidente nazionale Unccem. Il volume traccia le linee guida del futuro economico e sociale della montagna nei prossimi decenni. Oltre all'autore, intervengono Luigi Sergio Ricca, Lido Riba e Marco Balagna. Info www.unccem.piemonte.it. Ingresso libero.

IMMERSIONI IN ALTA QUOTA. Venerdì 12 marzo, a partire dalle 20 nella sede del Cai Coazze (via Matteotti 128), è in programma il «Diaperitivo» con proiezioni di immagini e videoconferenza di Elvio Dardanelli, esperto subacqueo alpino che presenterà un'immersione in alta quota effettuata al lago di Rouen nel 2008. Ingresso libero.

PARCO NAZIONALE GRAN PARADISO. Naturalp propone per sabato 13 marzo una facile escursione sulle tracce dei lupi nei boschi di Ceresole Reale, con partenza da Chiapilli di Sotto alle 18; dislivello di 200 m (per info e prenotazioni info@naturalp.it o 340/3653595). Domenica 14 marzo è invece in programma una passeggiata a Nivolastro, vecchia borgata ora abitata solo da camosci e mufloni; ritrovo alle 9 in piazza Mistral a Ronco Canavese (info e prenotazioni 329/3030236, email: casamatatta@libero.it).

PROPOSTE CAI-UGET. Domenica 14 marzo il Cai-Uget di Torino (Galleria Subalpina 30, www.caiuget.it) propone una facile gita di alpinismo giovanile in Val Tronca, adatta per famiglie.

Martedì 16 marzo, alle 21 in sede, si tiene una lezione su topografia e orientamento con in-

gresso libero. Sabato 20 e domenica 21 marzo è in programma un weekend scialpinistico nel Queyras (Francia) per sciatori esperti. Sono inoltre aperte le iscrizioni al raid di fondo escursionismo di Acceglio in Val Maira (26-28 marzo) e al trekking Grigna e Resegone (24-27 giugno). Info 011/537.983.

TRA TERRA E CIELO. Venerdì 12 marzo, alle 21 nella sede della sezione Ana di via Balangero 17, la guida alpina Antonio Balma Mion presenta la serata «Tra terra e cielo», un racconto per immagini delle montagne piemontesi tra il 1957 e il 1980. Ingresso libero.

INAUGURAZIONE ANNO SOCIALE. Il Salone polifunzionale del Cai di Foglizzo (sottosezione del Cai Chivasso), ospita l'inaugurazione dell'anno sociale venerdì 12 marzo alle 21. Sarà presentato il programma delle escursioni, del Cai Giovani e del Cai Scuola e sarà proiettata una selezione delle più belle immagini del 2009. Concluderà la serata un momento conviviale.

CIASPOLATA A CHAMPORCHER. La Scuola Nordic Walking di Andrate organizza per domenica 14 marzo una facile escursione guidata con le ciaspole al rifugio Dondena di Champorcher in Valle d'Aosta. Ritrovo alle 10,15 in località Petit Mont Blanc a Champorcher. La quota di iscrizione comprende il noleggio di ciaspole, bastoncini e ghettoni. Info e iscrizioni 334/6604498, email scuolawalking@viviandrate.it.

WALKING CENTER PIEMONTE. Giovedì 18 marzo, alle 21 nel Salone del Circolo Dipendenti Comunali (corso Sicilia 12), l'associazione Walking Center Piemonte presenta i programmi del 2010 dedicati alla camminata nordica e agli itinerari nell'Anello Verde della Collina Torinese. Interverrà Mario Orsi, ideatore dell'Anello Verde. Info 392/4258175, email: walkingcenterpiemonte@alice.it. Ingresso libero.

VALLONE DEL BOURCET. L'accompagnatore escursionistico Paolo Canino organizza per domenica 21 marzo una ciaspolata nel Vallone del Bourcet (Val Chisone). Iscrizioni entro giovedì 18 marzo. È indispensabile munirsi di ciaspole, bastoncini, scarponi e ghettoni. Prenotazione al 334/3948983 oppure e-mail paolocanino@virgilio.it.

LE GITE DEL CAI DI TORINO. Domenica 21 marzo il Cai di Torino (via Barbaroux 1, tel.

011/546031 www.caitorino.it) propone cinque gite per tutti i gusti. La prima è una traversata scialpinistica da Cervinia a Zermatt per buoni sciatori, organizzata dalla sottosezione Sucai che raccoglie le iscrizioni mercoledì 17 marzo dalle 21 alle 22,20 al Centro Incontri «Monte dei Cappuccini».

La sottosezione di Chieri ha invece in programma un'escursione scialpinistica alla Rocca dell'Abisso in Valle Vermentina, con iscrizioni nella sede di via Vittorio Emanuele 76 giovedì 18 dalle 21 alle 22. La sottosezione di Santena propone una camminata con le racchette da neve alla Tete de Parassac nella Valle dell'Ubaye; iscrizioni entro il 18 marzo nella sede di vicolo S. Lorenzo 27 dalle 21 alle 22. Per gli amanti dell'escursionismo, la sottosezione Geat organizza una traversata in quota dal Monte Carmo a San Pietro in Baratella, nell'entroterra ligure; iscrizioni giovedì 18 al Centro Incontri «Monte dei Cappuccini». Infine la sottosezione Geb propone la giornata «Monte Rosa Sky» dedicata allo sci di pista; iscrizioni entro giovedì 18 al Centro Incontri «Monte dei Cappuccini».

LE VOUTE DI FORESTO. Domenica 14 marzo il Parco Orsiera Rocciavre (www.parcorsiera.it) propone una gita guidata nella Riserva dell'Orrido di Foresto. Meta dell'escursione sono le «Voute», grotte naturali utilizzate da pastori del Neolitico come riparo.

Ritrovo alle 10 nella piazzetta di Foresto, pranzo al sacco e rientro previsto per le 15. Info e prenotazioni tel. 0122/47064, email parco.orsiera@ruparpiemonte.it.

ECO SKIPASS. Fino al 31 marzo a Bardonecchia promuove lo «sci ecologico». Per tutti coloro che si recheranno a sciare in treno oppure in auto (ma con almeno quattro sciatori a bordo), sarà possibile acquistare uno skipass al prezzo ridotto di 20 euro (anziché 30). Info 0122/99137, www.bardonecchiaski.com.

PERCORSI INSOLITI. Giovedì 18 marzo, alle 18,30, la libreria La Montagna (via Sacchi 28 bis, Torino) ospita la presentazione del libro «Percorsi insoliti in Piemonte, Liguria e Val d'Aosta» di Dario Gardiol (Graphot Editrice). Il volume raccoglie 80 itinerari curiosi che si snodano tra le montagne e le colline delle tre regioni. Seguirà aperitivo. Ingresso libero.

Per le vostre segnalazioni fax 011/6639036, email torinosette@lastampa.it.

MERCOLEDÌ 17

Gli Appuntamenti

CENTRO CONGRESSI UNIONE INDUSTRIALE, VIA VELA 17, ORE 10
Sarà presentata la Pinacoteca Agnelli dalla sua direttrice Marcela Pralormo. Info 011/5718246.

Nati per leggere

CONSULTORIO PEDIATRICO, VIA DELGI ABETI 16, ORE 14
La biblioteca porta i libri in consultorio e incontra i genitori per promuovere la lettura ai bambini fin dal primo anno di vita; a cura della Biblioteca civica Falchera.

Ionesco e Simenon

BIBLIOTECA CIVICA PRIMO LEVI, VIA LEONCAVALLO 17, ORE 15
Incontri di lettura e conversazione in lingua francese per discutere insieme di libri e autori, condotti da Sarafina Pipicella. Info 011/4431262.

Regio dietro le quinte

TEATRO REGIO, PIAZZA CASTELLO 215, ORE 15,30
"Il Regio dietro le quinte - itinerari segreti di un grande teatro d'Opera", visita guidata al teatro. Ingresso 6 euro. Info 011/8815557.

Meno Uno

CENTRO POLIVALENTE, VIA DEGO 6, ORE 15,30
Percorso guidato "Il Risorgimento rivive nel ricordo degli umili: fanti, bersaglieri, carabinieri". Prenotazione obbligatoria presso Volarte. Info 011/0702110.

Menopausa

EDUCATORIO DELLA PROVVIDENZA, CORSO GOVONE 16/4, ORE 15,30
La Dott.ssa Anna Togliani parla di "La menopausa". Ingresso riservato agli Iscritti Unire. Info 011/4342450.

La parola

BIBLIOTECA VILLA AMORETTI, CORSO ORBASSANO 200, ORE 16
"Il potere della parola che libera", poesia anche come mezzo di elaborazione e superamento di sofferenze fisiche, morali e psicologiche, a cura di Mirka Corato. Ingresso libero. Info 011/4438604.

Massaggio ludico

CENTRO STUDI OLISTICI BRAHMA VIDYA, VIA VANDALINO 82/28, ORE 16,30
Corso "Il massaggio ludico", dedicato alle mamme e ai bambini in età scolare. Info 011/4119849 o 334/3145040.

See you

BIBLIOTECA CIVICA CESARE PAVESE, VIA CANDIOLO 79, ORE 17
See you @ your library: lettrici e lettori si incontrano in biblioteca per conversare in inglese. Info 011/4437080.

Unità d'Italia

CONVITTO NAZIONALE UMBERTO I, VIA BLIGNY 1/BIS, ORE 17
Milo Juni interviene su "1860: Torino alla vigilia dell'Unità d'Italia". Ingresso libero. Info 011/4365452.

Pittura

SUPERCIBARIUS, VIA DOMODOSSOLA 9, ORE 17,30-19
Incontro di pittura meditativa e creativa, per adulti e bambini, a cura di Nadia Spezzilli. Partecipazione gratuita. Gradita la prenotazione. Info 011/7509973 o 338/2931097.

Aperitivo informativo

CENTRO INFORMA GIOVANI, VIA DELLE ORFANE 20, ORE 17,30
Tema affrontato "IL lavoro nel terzo millennio: professioni creative per giovani flessibili", intervengono i Cuochi Volanti, l'Agenzia Animando e alcune Personal Shoppers. Info 800/166670 o www.torinogiovani.it.

Mercoledì dell'Accademia

CIRCOLO DEI LETTORI, VIA BOGINO 9, ORE 17,30
"Einaudi e Keynes: visioni e interpretazioni della grande crisi a confronto", interviene Roberto Marchionatti.

Cellule staminali

SALA KEPLERO, VIA NIZZA 52, ORE 18
Per il ciclo di seminari divulgativi organizzati dal Centro per le Biotecnologie dell'Università, incontro dal titolo: "Cellule staminali nella terapia delle malattie del pancreas e del rene", interviene G. Camussi.

Cultura & Politica

SCUOLA DI FORMAZIONE REBAUDENGO, PIAZZA REBAUDENGO 22, ORE 18
Incontro "Cultura & Politica. Il futuro possibile", intervengono Giovanni Oliva e Giampiero Leo, moderato Bruno Geraci. Ingresso libero.

Psicoterapia

SALA INCONTRI, VIA BAGETTI 19/A, ORE 18,30-20,30
Pamela Melato e Raffaele Penna intervengono su "Un colloquio di counselling: proiezione di un caso pratico e tecniche". Info 347/2103410 o www.associazionepsicologiitaliani.it.

Recitazione

SALA INCONTRI, VIA BAGETTI 19/A, ORE 18,30-20,30
Maria Luisa Norgia interviene su "Psicoterapia in rete". Info 347/2103410 o www.associazionepsicologiitaliani.it.

Progetto Salute 2010

OSPEDALE SAN GIOVANNI, VIA CAVOUR 31, ORE 19-22
Incontro "L'essenziale è invisibile agli occhi", interviene Sergio La Terra Maggiore. Info 011/9874917.

Cucina indiana

SHRI GANESH, VIA PIGAFETTA 15, ORE 19-21,30
"Incredibile Moghul India", un nuovo corso di cucina dedicato ai sapori dell'India: serata dedicata alle tradizioni della cucina indiana Moghul e Punjabi. Info e iscrizioni chef@kumale.net.

Danza contemporanea

CENTRO DAIVA JYOTI, VIA TIRRENO 151, ORE 19,30
Laboratorio di Danza Contemporanea. Info 011/3270145 o 339/8757696.

Yoga

CENTRO BUDDHA DELLA MEDICINA, VIA CENISCHIA 13, ORE 20-22
Uno dei sistemi più antichi per lo sviluppo dell'equilibrio fisico e della conoscenza di sé, che può essere praticato con successo da chiunque e ad ogni età. Info 011/355523 o 011/3241650.

Astrologia

EDUCATORIO DELLA PROVVIDENZA, CORSO TRENTO 13, ORE 20-21,30
Grazia Mirti interviene su "I pianeti angolari secondo Michel Gauquelin". Info 011/4376192.

Emozioni

PRET A MANGER, PIAZZA STATUTO 2, ORE 20
Incontro teorico-empirico "I colori delle emozioni"; introduzione all'intelligenza emotiva a cura di Ivan Bono, con assaggi di cucina naturale, creativa a buffet. Contributo 15 euro. Info 011/4363993.

Lotta al dolore

CIRCOSCRIZIONE UNO, VIA DEGO 6, ORE 20,30
"Il dolore del malato cronico e terminale", interviene Luigi Maria Pernigotti.

Verità

SALA DELLE CONFERENZE, VIA ARNALDO DA BRESCIA 22, ORE 20,45
"Bisogno di verità. Tolleranza del relativismo", interviene Diego Marconi. Info 011/3133141.

Appunti di viaggio

CENTRO DELLA NORMA SOGGETTIVA, VIA ASSISI 6, ORE 21
Rubrica "Appunti di viaggio", a cura di Giancarlo Gramaglia: "Dire fare baciar lettera testamento: scemo chi legge, furbo chi norma", a cura di Ernesto Rinaldi. Info http://www.psicologo-gramaglia-torino.net.

Animali

A CURA DI LAURA SERAFINI



Bullock

ADOZIONE. CANI Tata è un incrocio Rottweiler di 10 anni, abituata alle persone e a stare con gli altri cani. Bullock è un meticcio boxer buonissimo, recuperato sull'autostrada; aveva trovato casa, ma dopo un anno la sua famiglia adottiva l'ha portato in canile per l'arrivo di un bebè. Si trovano entrambe presso il «Canile l'Arca di Piera», in via Valgioie 39 in frazione Prabernasca a Rivalta. Per adozione Tata: Silvana 333/21.26/232; per Bullock: Maria Teresa 335/631.28.28.

Oliver è un lupo cecoslovacco puro di circa 2 anni. Taglia grande, manto grigio perlato e occhi gialli. Molto caratteriale, per cui necessita di un affido speciale: qualcuno che conosca la razza in pieno. E' stato gestito presso la pensione Queen's Cavaliers di Arluno e ritrattato con un percorso specifico adatto, ottenendo ottimi risultati. Si affida previo periodo di affiancamento. Per info: Paola 393/40.01.492

UOVA. Sabato 13 e domenica 14 marzo la Lav di Torino è presente in via Po numero 2 ed in piazza Cln, di fronte alla Feltrinelli dalle 10,30 alle 18,30. E' possibile firmare contro l'allevamento delle galline in gabbie di batteria, che verrà consegnato a amministrazioni e supermercati. Si può inoltre acquistare l'uovo di pasqua Equosolidale.

GIPETI E AQUILE. Lunedì 15 marzo alle 21 presso il Ristorante didattico Cascina Prato Pascolo del Parco della Mandria, l'ornitologo Maurizio Chierenghin racconta come riconoscere i principali rapaci che popolano le nostre Alpi, la situazione attuale nella quale si trovano le coppie di aquile reali, la loro presenza sul territorio, le zone frequentate, il successo delle nidificazioni. Ingresso gratuito, prenotazione obbligatoria. Dalle 19.30 è organizzata un'apericena al costo di 8 euro. Info: 011/49.93.381; info@parcomandria.it

Per le vostre segnalazioni, fax 011/663.90.36, e-mail torinosette@lastampa.it

Storia d'Italia

CIRCOLO DEI LETTORI, VIA BOGINO 9, ORE 21
"Storia d'Italia 1.0", a cura di Roberto Tarasco: "Giuseppe Garibaldi. Poema autobiografico", spettacolo con David Riandino e Paolo Bessegato. Ingresso 5 euro. Info e biglietteria 011/4326827.

Scripta manent

CIRCOLO UFFICIALI, CORSO VINZAGLIO 6, ORE 21
Nell'ambito del ciclo di conferenze sul tema "I libri che hanno fat-

Ogni 2° sabato del mese

EXTRAVAGANZA

VINTAGE FASHION SHOW & MODERNARIATO DI DESIGN

VINTAGE SHOPPING IN TURIN CITY

SABATO 13 MARZO

Piazza Carlo Alberto - Torino

EFFETTO VINTAGE info 335.66.96.605 - 338.92.52.867 - fax 0121.33.19.15
www.effettovintage.it e-mail: info@effettovintage.it