



Valle d'Aosta Vallée d'Aoste

GUIDA TURISTICA DELLA VALLE D'AOSTA



SOMMARIO

INTRODUZIONE

Valle d'Aosta. Il tempo ritrovalo qui

NATURA E TERRITORIO

» I giganti delle Alpi

Monte Bianco (4.807 m)

Gran Paradiso (4.061 m)

Monte Cervino (4.478 m)

Monte Rosa (Punta Dufour 4.634 m)

A 4.000 metri d'altitudine

» Vivere la natura

Tra i parchi più belli al mondo

Le Riserve Naturali

I Giardini botanici

Arboreti: Aree per la biodiversità

I parchi faunistici

I laghi, l'acqua e le cascate

Ammaliati dalle cascate

Prima di arrivare ai monti: sui colli

ARTE, CULTURA E TRADIZIONE

» Vivere la Valle d'Aosta tra Borghi, paesi e città

Aosta, città romana e medioevale

Dai Salassi ai Romani

Saint-Vincent

Courmayeur

Gressoney-Saint-Jean e la cultura Walser

Cogne, perla delle Alpi

Chamois, angolo di infinito

Tra i borghi più belli d'Italia:

Entroubles e Bard

» Una valle per 100 castelli

» Musei e luoghi d'arte

I musei del capoluogo

Castello Gamba e l'arte contemporanea

Castello di Saint-Pierre

e Museo Regionale di Scienze Naturali

Il forte di Bard e i suoi musei

Tra artigianato e mondo rurale

ESPERIENZE DA VIVERE

» Sport in Valle d'Aosta

Nella stagione invernale

Nella bella stagione

» Scoperta e avventura

Trekking

Le Alte Vie

I Tour Internazionali

Il cammino Balteo

La via Francigena

Bicicletta e Mountain Bike

Traversate sospese sui ghiacci

A guardar le stelle

Emozioni in volo

Il benessere in montagna

Nelle viscere della terra

Attrattori speciali per i più curiosi

BUONO A SAPERSI

» Prodotti del territorio

Formaggi

Salumi

Frutta

Prodotti tipici

e specialità gastronomiche

Viticultura eroica

Tradizione, artigianato e eventi

EDITA DA

Office Régional du Tourisme
Viale Federico Chabod, 15
11100 Aosta

PROGETTO, TESTI, COORDINAMENTO EDITORIALE

Fabrizio Fazzari,
per Grafiche G7 – Savignone (GE)

STAMPA

xxx (nome della tipografia)

© 2023, Office Régional du Tourisme
www.lovevda.it

FOTOGRAFIE

Sime Photo (pp. 2, 4-5, 6, 8 in alto, 10, 11, 12 in alto, 16, 20 in basso, 22, 24-25, 26, 27 in basso, 31, 33 in alto, 35 in basso, 38 al centro, 39 in alto, 40, 42, 43 in alto, 44-45, 46, 48, 49 in alto e in basso, 50, 51 in basso, IV di copertina)

Tutte le altre appartengono all'**Archivio fotografico della Regione Autonoma Valle d'Aosta** e sono state realizzate dai seguenti fotografi:

Roberto Andrighetto (pp. 20 in alto, 22 foto piccola)

Giovanni Antico (p. 55 in basso)

Giacomo Buzio (p. 29)

Davide Camisasca (p. 36 in basso)

Matteo Cappe (p. 53 al centro)

Anita Carmonini (pp. 12 in basso)

Pietro Celesia (pp. 47 in basso, 52 in alto)

Alexis Courthoud (p. 17)

Davide D'Acunto (p. 56 in alto a destra)

Enrico De Santis (p. 34)

Fabio Dibello (p. 56 in basso a destra)

Giordano Garosio (p. 56 in alto a sinistra)

Stéphane Gimel (p. 30 in alto)

Raffaella Gobbo (pp. 53 in alto, 57 in alto)

Deborah Lettry (p. 19)

Leonardo Lucarelli (pp. 23 in alto, 37)

Gaetano Madonia (p. 39 in basso a destra)

Sébastien Montaz (p. 54 in alto)

Lorenzo Ramella Pralungo (pp. 7 in basso, 51 in alto e al centro)

Enrico Romanzi (pp. 7 in alto, 8 in basso, 13, 14 in alto, 15 in alto, 21, 27 in alto, 28, 30 in basso, 32, 33 in basso, 35 in alto, 38 in basso, 39 in basso a sinistra, 41, 43 in basso, 47 in alto, 49 al centro, 52 in basso, 55 in alto, 57 in basso a destra, 58-59, 60, 61, 62, 63 in basso, 64)

Roberto Vallet (p. 14 in basso)

Stefano Venturini (pp. 36 in alto, 38 in alto)





VALLE D'AOSTA IL TEMPO RITROVALO QUI

Verde, azzurro, bianco. Acque trasparenti e neve.

Natura e paesaggi mozzafiato. Esperienze memorabili, attività sportive all'aperto e **cucina tradizionale d'eccellenza.** La Valle d'Aosta è la meta turistica che somma tutte queste qualità, e molto altro!

Nell'estensione del suo territorio – la regione più piccola della penisola italiana – si condensano alcune delle bellezze paesaggistiche più importanti d'Europa. Il suo arco di monti, costituito dai quattro massici più alti delle Alpi – il **Monte Bianco**, il **Monte Rosa**, il **Cervino** e il **Gran Paradiso** – ne decreta la fama internazionale.

Le valli che si snodano tra le sue montagne racchiudono **meraviglie naturali e incredibili manufatti**,

testimonianza dell'innamoramento che gli uomini di tutte le epoche hanno avuto per queste terre.

Una **storia millenaria**, quella della Valle d'Aosta, un territorio di confine con **particolarità linguistiche, etnografiche e di tradizione**, che la rendono **unica e speciale.**

La nostra guida ti offre una chiave per entrare in Valle d'Aosta, esplorarne il meraviglioso territorio e comprenderne la storia, la vita, i valori. Sarai guidato attraverso la **bellezza**, unica, del **paesaggio montano**; conoscerai le **esperienze, esclusive e particolari**, che il viaggio potrà regalarti; potrai pianificare la degustazione dei nostri **prodotti tipici**, ma anche rilassarti sulla riva di un **lago alpino** o in una vasca termale e conoscere la storia che ha modellato e antropizzato le **città** e i **borghi**; potrai viaggiare tra **castelli incastonati** in teatrali scenografie naturali, attraversare gli intensi colori dell'avvicinarsi delle stagioni e riscoprire **tradizioni e manifestazioni** che si perdono nelle pieghe del tempo.

Nel tuo viaggio in Valle d'Aosta avrai la sensazione di aver recuperato il senso del tempo, di averlo dilatato e permeato di **autentica bellezza**: la Valle d'Aosta è un **viaggio infinito**, le sue emozioni le porti sempre con te, nel cuore...
Buon viaggio!



*Una cima raggiunta
è il bordo di confine
tra il finito e l'immenso.*

Erri De Luca



NATURA E TERRITORIO



I GIGANTI DELLE ALPI

Guardandoli dalla valle si possono solo definire giganti: i **Giganti delle Alpi**, per la loro maestosa imponenza e per l'altitudine che li caratterizza. Sono giganti soprattutto per le loro storie e per quelle degli uomini che, passo dopo passo, palmo dopo palmo, li hanno conquistati. In ogni stagione la magia che li circonda è in grado di rapire il cuore.

Monte Bianco, Cervino, Monte Rosa e Gran Paradiso sono la **spina dorsale della Valle d'Aosta**, su cui gravita la vita di un territorio unico, puro concentrato di bellezza, meta tra le più ambite a livello internazionale.

Da sempre la montagna è anche **saggezza**.

Le montagne della Valle d'Aosta contengono l'infinita saggezza che ha accompagnato l'uomo nel suo divenire. Raccontano la storia, la tradizione, la natura di un popolo generoso che da sempre conosce le vie per condividere **sapere, esperienza, amore e bellezza**.

MONTE BIANCO (4.807 M)

Non esiste viaggiatore che non ne rimanga incantato. Il *luccichio* che lo attraversa assume un'aura di mistero in grado di turbare l'animo, ma anche di attrarre irresistibilmente. La storia della più celebre e alta vetta d'Europa ci rivela che la sua prima conquista avvenne nel 1786. Le sue pareti oggi rappresentano la meta più ambita dagli alpinisti di tutto il mondo: il suo potere ipnotico diventa un'emozione simile al rapimento dell'anima, a quell'istante di infinito che può essere compreso solo da chi raggiunge le sue vette eternamente innevate. Lo spettacolo che si gode dalla terrazza panoramica sospesa di Punta Helbronner (3.466 m), l'ultima stazione della avveniristica funivia Skyway Monte Bianco, è impagabile e, da solo, vale il viaggio in Valle d'Aosta.



GRAN PARADISO (4.061 M)

L'etimologia del suo nome nasce proprio dalla dimensione paradisiaca che avvolge tutta l'area del Parco Naturale. Verde smeraldo per la primavera, blu intenso per l'estate, oro ambrato per l'autunno e bianco candido per l'inverno: sono i colori che meglio dipingono il paesaggio che sovrasta le valli di Cogne, Valsavarenche e Rhêmes. Salendo dalle valli lungo i versanti della montagna, i boschi di larici, abeti rossi e pini cembri lasciano spazio ai vasti pascoli alpini, costellati da una moltitudine di fioriture autoctone tardo primaverili. Un tempo riserva di caccia di Casa Savoia, nel 1922 l'area territoriale ai piedi del Gran Paradiso divenne il primo Parco Nazionale istituito in Italia, per scongiurare l'estinzione dello stambecco, vero simbolo faunistico del territorio.



MONTE CERVINO (4.478 M)

Il “nobile scoglio d'Europa” da sempre attira artisti e alpinisti. Per la sua memorabile forma, è uno dei panorami più noti e celebrati al mondo. Gli abitanti del luogo lo appellano *Gran Becca* ovvero “grande montagna”.

La sua forma a piramide – simile *ad un asceta assorto in preghiera contro la notte* (Antonia Pozzi) – si mostra nella migliore delle pose dal Lago Blu, dopo Valtournenche, salendo verso Breuil-Cervinia.

Il pianoro perennemente ghiacciato del Plateau Rosa (dal francese *plateau* – pianoro – e dal patois valdostano *rosà*, che significa “ghiacciato”) è luogo eletto per lo sci estivo e, grazie alla nuova funivia (Matterhorn Alpine Crossing) è raggiungibile, tutto l'anno, sia da Breuil-Cervinia che da Zermatt (in Svizzera).

La conquista della vetta del Cervino ha rappresentato per più di cento anni un mito in tutto il mondo dell'alpinismo. Il 14 luglio 1865, Edward Whymper e la sua cordata ebbero l'intuizione di selezionare un percorso con partenza sul versante svizzero del Cervino, che gli permise di espugnare l'ambita meta prima di Jean-Antoine Carrel, che la raggiunse pochi giorni dopo, il 17 luglio, dal versante italiano.



MONTE ROSA (PUNTA DUFOUR 4.634 M)

A piè del monte la cui neve è rosa scriveva in un celebre verso Giosuè Carducci, chiamato dalla Regina Margherita di Savoia a Gressoney, nel 1889. Un soggiorno celebre per un noto *influencer* del tempo, per comporre liriche in onore della Valle d'Aosta. La catena montuosa del Monte Rosa si caratterizza per la presenza del maggior numero di alte vette delle Alpi oltre i 4.000 metri. Tra queste, il Lyskamm (4.527 m), la più elevata del gruppo in territorio valdostano, il Colle del Lys (4.253 m) con il suo scenografico passo alpino, Punta Gnifetti (4.554 m) che accoglie la mitica Capanna Regina Margherita, il rifugio più alto d'Europa. Punta Dufour (4.634 m) è la seconda cima più alta della catena alpina.

A 4.000 METRI D'ALTITUDINE

La Valle d'Aosta è costituita da una vallata centrale, che si sviluppa lungo il corso del fiume Dora Baltea attraversando in senso longitudinale l'intera regione, e da vallate laterali che, a destra e a sinistra, risalgono verso i monti. Elencandole in senso orario, a partire dal fondo, si trovano la Val digne (o Area del Monte Bianco) e, sul versante esposto a sud (sinistra orografica della Dora Baltea), chiamato anche *adret*, le valli del Gran San Bernardo, la valle del Monte Cervino e quelle del Monte Rosa (Val d'Ayas e Valle del Lys); sul versante opposto (destra orografica della Dora Baltea), chiamato anche *envers*, si incontrano la valle di Champorcher, che insieme al vallone di Champdepraz costituisce una delle porte di accesso al Parco Regionale del Mont Avic, i valloni di Saint-Marcel e Clavalité e le tre valli del Gran Paradiso (Cogne, Valsavarenche e Rhêmes) con la Valgrisenche, sormontata dalla testa del Rutor.

Tutto il territorio valdostano è fortemente caratterizzato dalla presenza di una natura, che si offre con le suggestioni dell'ambiente montano incontaminato.

Nell'immaginario collettivo, mutuato da eloquenti immagini di documentari e film, la Valle d'Aosta è la rappresentazione dell'idea di

PAESAGGIO ALPINO: ghiacciai, laghi, cascate, boschi di conifere e vette innestate sublimano panorami mozzafiato, dalle cromie stagionali cangianti, rendendo unico e di irripetibile fascino ogni viaggio in Valle d'Aosta, nei diversi momenti dell'anno.

La **CATENA DEL MONTE BIANCO** incornicia Courmayeur, uno dei centri abitati più famosi della regione. Ai piedi della catena si allunga il fondovalle, quasi pianeggiante, che si sviluppa in due suggestive diramazioni, la **VAL VENY** e la **VAL FERRET**. Ampio il ventaglio di attività sportive praticabili nel comprensorio, dal trekking estivo alla mountain bike, dal rafting alla pesca, dal pattinaggio sul ghiaccio allo sci nelle sue varie declinazioni.

Il **GRAN PARADISO** è il cuore del Parco Nazionale omonimo. L'area è ambita meta turistica soprattutto per chi cerca un contatto più autentico con la natura e le tradizioni. Il suo territorio restituisce relax ai viaggiatori: il tempo sembra sospendersi in un luogo pervaso completamente dalla bellezza della natura. La fitta trama di sentieri che lo attraversano alterna panorami ad appaganti incontri con la fauna e la flora locale. I larici, in autunno, assumono tonalità che virano dal giallo aranciato al rosso cadmio, suggestiva scenografia per il periodo degli amori dei camosci che abitano questi boschi. La neve cade copiosa nella stagione invernale: è questa l'occasione per lunghe passeggiate a piedi, con le racchette da neve o con gli sci di fondo per contemplare la natura, nel silenzio assoluto.

L'area turistica del **MONTE CERVINO** è caratterizzata da una ricca varietà di paesaggi. Il dislivello del territorio offre boschi di conifere, pascoli verdeggianti, laghi cristallini e nevi perenni che, malgrado i cambiamenti climatici, appagano gli amanti dello sci

anche in estate. La vallata è anche terra di tanti allevatori e artigiani: qui si celebra ogni anno la *Désarpa* (discesa a valle delle mandrie dopo l'estate passata in alpeggio) e operano alcune tra le manualità più celebri della Valle, le cui realizzazioni sono esposte in tipici mercatini o nel corso delle grandi fiere d'artigianato.

La **CATENA DEL MONTE ROSA** è il rilievo che marca il confine con la Svizzera: la sua estensione protende dal colle del Théodule, situato ad est del Cervino, al Passo di Monte Moro, in Valle Anzasca. Il suo comprensorio include un gran numero di vette che toccano i 4.000 metri di quota. Lungo questa catena di monti si trovano i grandi ghiacciai della Valle d'Aosta. Purtroppo l'aumento del riscaldamento globale terrestre ha apportato pesanti modifiche alla loro estensione. Di grande suggestione sono i corsi d'acqua e i laghi da essi generati: come preziosi diamanti lucenti impreziosiscono il paesaggio, diventando ambite mete nelle numerose escursioni praticabili. Tra questi, a quote più basse troviamo il Lago di Villa, nel quale cresce spontaneamente una varietà di ninfea bianca, biotipo emblematico della variegata flora della Valle. Ai piedi del massiccio si snodano la **VAL D'AYAS** e la **VALLE DEL LYS** o **DI GRESSONEY**. In queste due vallate sono rintracciabili le specificità della cultura dell'antica popolazione dei Walser, che ha fortemente caratterizzato il territorio, lasciandovi segni indelebili tanto nel patrimonio materiale quanto in quello immateriale.



Guarda la playlist dei video dedicati alla natura in Valle d'Aosta

VIVERE LA NATURA



La Valle d'Aosta detiene un **patrimonio naturale** di insuperabile bellezza, tutelato attraverso un sistema di **aree protette** composto da due parchi naturali, il più antico parco nazionale e l'unico parco regionale, dieci riserve naturali, quattro giardini botanici alpini e da una **rete ecologica** (Natura 2000) che individua siti di interesse comunitario (SIC) e zone di protezione speciale (ZPS). Questo sistema è riunito sotto il marchio "VIVA, Valle d'Aosta unica per natura".

TRA I PARCHI PIU' BELLI AL MONDO

All'improvviso appare uno **STAMBECCO**. L'emozione è forte. Le sue corna dominano l'aria e fiero appare il suo passo. È alla ricerca dell'erba migliore, per questo motivo si spinge fino ai bordi del ricco prato. Fotografarlo rende indelebile l'incontro con lo spettatore. Non è tanto scattare una bella fotografia, quanto avere la possibilità di conservare nel tempo quel ricordo, unico e sempre emozionante. Sarà la suggestione generata dal panorama, sarà la sensazione di essere in un **PARADISO TERRESTRE**: quello che gli occhi possono catturare è amplificato dal silenzio, dalla melodia dell'acqua che libera scorre e dal vento che lentamente muove all'unisono gli stretti coni dei larici e degli abeti rossi. Il parco nazionale del Gran Paradiso è sicuramente un luogo di grande suggestione. Quando si legge

delle sue bellezze sui libri e sulle riviste se ne può cogliere solo l'idea; visitarlo è la vera rivelazione. E si comprende perché questa porzione di infinito è chiamata Gran Paradiso. Lo stambecco era in estinzione. Meritava la preservazione e la conservazione del suo habitat. La prima intuizione alla tutela di questo territorio fu di Re Vittorio Emanuele II che, nel 1856, lo decretò Riserva Reale di Caccia, per proteggere i pochi animali rimasti. Lo stesso Re istituì un corpo di guardie specializzate, con il compito di salvaguardare tutti gli animali inclusi nell'area del Gran Paradiso e di realizzare i sentieri e le mulattiere necessarie a esplorare il territorio. Ancora oggi quei percorsi rappresentano l'ossatura viaria che serve ai guardaparco per l'attraversamento del Parco. Re Vittorio Emanuele III, nel 1919, donò allo Stato Italiano i 2.100 ettari della riserva di caccia di famiglia, con la prescrizione che diventassero parco naturale. Fu così che, oltre 100 anni fa, il 3 dicembre del 1922 venne istituito il **PRIMO PARCO NATURALE D'ITALIA**, con lo scopo di conservare per le generazioni presenti e future gli ecosistemi che ruotano attorno al massiccio del Gran Paradiso. Oggi il Parco Nazionale del Gran Paradiso consta di una rete sentieristica di 850 km, di dieci centri di visita (tra Valle d'Aosta e Piemonte) e conta più di un milione di visitatori l'anno. Oltre al mantenimento della **BIODIVERSITÀ** e del paesaggio, alla ricerca scientifica, alla promozione della cultura

e alla conoscenza legata al territorio, l'ente Parco si occupa dell'incremento faunistico, adoperandosi, per esempio, per le nidificazioni del gipeto sulle Alpi Occidentali o per la valorizzazione dei prodotti e delle imprese locali. Dal 1989 in Valle d'Aosta è attivo il **PARCO REGIONALE DEL MONT AVIC**, nel territorio dei Comuni di Champdepraz ("campo dei prati" nell'idioma francese, dalla sua caratteristica saliente) e di Champorcher. Il parco è attraversato dal torrente Chalamy ed è costellato da innumerevoli laghi, facilmente raggiungibili grazie a sentieri ben segnalati. Una delle escursioni più note del parco è quella del **TOUR DEI LAGHI**: lungo il percorso se ne possono incontrare cinque (Muffé, Vallette, Bianco, Nero e Cornuto), arrivando fino al colle del Lago Bianco, dove si trova anche il **RIFUGIO BARBUSTEL LAC BLANC** (2.154 m), dal quale si gode tutta la maestosità del Mont Avic, del complesso del Monte Rosa, del Cervino e del Dent d'Hérens. Da qui, si può proseguire fino a raggiungere il Gran Lac, uno dei bacini naturali più grandi della Valle d'Aosta.



LE RISERVE NATURALI DELLA VALLE D'AOSTA

» Riserva naturale LAGO DI VILLA

(Challand-Saint-Victor, Montjovet)

Oasi di pace dalle grandi dimensioni (25 ettari) nella quale contemplare la natura tipica dell'ambiente lacustre-torbo. Il lago, di origine glaciale, è alimentato dal sottosuolo. Le sue acque ospitano la *ninfea bianca* e il *poligono anfibio*, due specie assai rare. Particolarmente adatto per bambini e ragazzi, con il percorso artistico Challand Art che si sviluppa nelle sue vicinanze.

Visita virtuale del Lago di Villa



» Riserva naturale LES ÎLES

(Brissogne, Nus, Quart, Saint-Marcel)

L'area umida, situata lungo il corso della Dora Baltea, rappresenta il più importante sito regionale di sosta e di

alimentazione per l'avifauna migratrice (airone bianco, airone rosso, garzetta). Molte le specie stanziali. Interessante come esperienza la passeggiata, di circa un'ora e mezza, all'interno dell'area.

» Riserva naturale DEL MARAIS

(La Salle, Morgex)

Si estende su una piana alluvionale, è caratterizzata da una vegetazione tipica degli ambienti ricchi d'acqua. Luogo di nidificazione e stazione di migrazione per l'avifauna, presenta un raro esempio di bosco igrofilo di ontano bianco. Il sito accoglie un centro di ricerca scientifico-naturalistico, che conserva una fondamentale biblioteca tematica.

» Riserva naturale MONT MARS

(Fontainemore)

Scenari da fiaba sono puntinati dalle tipiche costruzioni in legno e pietra locale, sotto gli intensi contrasti del cielo e della montagna. È la riserva più estesa della Valle d'Aosta. Conche disposte a gradinata

rappresentano la testimonianza di un antico ghiacciaio, oggi ridotto a piccolo nevaio. L'ambiente alpino è ricco di foreste di larici, interrotte da zone di arbusti (rododendri, mirtilli e ginepri nani).



Vai al sito della Riserva naturale di Mont Mars



» Riserva naturale CÔTE DE GARGANTUA

(Gressan)

Secondo la leggenda lo sperone dalla forma allungata – la *côte* – che lo caratterizza sarebbe il dito mignolo del gigante Gargantua. In un habitat plasmato dai ghiacciai e dal sole trovano terreno fertile la rara *Artemisia vallesiaca* e il *Telephium imperati*. La riserva è ricca di entomofauna. Primavera e autunno sono i periodi migliori per la visita.

» Riserva naturale STAGNO DI LOSON

(Verrayes)

Il piccolo lago, collocato su un terrazzo glaciale, ospita una ricca popolazione zooplanctonica, libellule e anfibii.

» Riserva Naturale LAGO DI LOLAIR

(Arvier)

Il lago, alimentato da tre sorgenti, è considerato uno degli ambienti più tipizzanti la natura della Valle d'Aosta. La riserva è circondata da un esteso canneto e dalle



rocce montonate di origine glaciale. Riparo per diverse specie animali, accoglie una variegata flora, tra cui la rarissima *Potentilla pensylvanica*.

» Riserva naturale MONTAGNAYES

(Bionaz)

Grazie alla sua posizione strategica, nel tipico paesaggio subalpino, accoglie camosci, stambecchi, cervi, caprioli, lepri, marmotte e altri predatori, oltre all'aquila reale e alla civetta nana. Offre splendide fioriture.

» Riserva naturale STAGNO DI HOLAY

(Pont-Saint-Martin)

Una riserva molto piccola nelle adiacenze dei ruderi del castello di Suzey, è l'habitat di due anfibii assai rari: il *Tritone punteggiato* e il *Tritone crestato*. È l'unica stazione valdostana nota di *Isolepis setacea* e *Lythrum portula*.

» Riserva naturale LO TSATELET

(Aosta, Saint-Christophe)

La riserva, a Nord-Est di Aosta, si presenta come una collina dai fianchi scoscesi e si connota per la presenza di un tumulo in località Busseyaz, che si ipotizza essere una tomba di epoca salassa (Età del Ferro, VII-V secolo a.C.). Il luogo ha alto valore paesaggistico e archeologico. Boschi di roverella permettono la nidificazione di rapaci e corvidi.

Per un approfondimento su lovevda.it



I GIARDINI BOTANICI DELLA VALLE D'AOSTA

Il modo migliore per familiarizzare con le varietà botaniche presenti in Valle d'Aosta è visitare uno dei quattro giardini botanici presenti sul territorio regionale. Queste oasi naturali sono destinate alla ricerca scientifica e alla salvaguardia del patrimonio floristico, pur rappresentando anche delle occasioni turistiche per imparare a riconoscere le tipologie degli ambienti di montagna e la flora alpina che li abita.

A Valnontey, nella valle di Cogne, è ubicato il **GIARDINO BOTANICO ALPINO PARADISIA**, a cui fa da sfondo naturale il Gran Paradiso. È gestito dall'Ente Parco e deve il suo nome alla presenza in questo luogo del *Paradisaea Liliastrum*, una varietà di giglio bianco. Venne fondato nel 1955 e ad oggi ospita più di mille specie botaniche. La visita al giardino è organizzata



attraverso due percorsi, lungo i quali si trovano la collezione di licheni, l'esposizione petrografica, l'area delle piante officinali e il giardino delle farfalle. Di fronte alla catena del Monte Rosa, proprio all'interno del parco del Castello Savoia a Gressoney-Saint-Jean, il **GIARDINO BOTANICO ALPINO DI CASTEL SAVOIA** è attrazione di grande interesse turistico. Presenta diverse aiuole rocciose nelle quali è possibile ammirare la flora alpina.

Di particolare fascino la fioritura della *Stella alpina*. A Courmayeur, esattamente alla prima stazione della

Skyway Monte Bianco, si trova il **GIARDINO BOTANICO ALPINO SAUSSUREA**.

Fu inaugurato nel 1987 come attrazione dall'alto valore scientifico. Il parco botanico conta più di novecento specie. Il giardino deve il suo nome a Horace Bénédicte de Saussure, che nel 1786 fu tra i promotori della prima ascensione al Monte Bianco.

Il **GIARDINO BOTANICO ALPINO CHANOUSIA**, al Colle del Piccolo San Bernardo (La Thuile), chiude la rassegna. Venne ideato nel 1897 dall'abate Pierre Chanoux, rettore del vicino Ospizio dell'Ordine Mauriziano. In pochi anni il giardino acquisì fama internazionale, dotandosi di circa 4.000 specie alpine. A causa dei bombardamenti della seconda guerra mondiale venne abbandonato. Nel 1976, grazie all'interessamento della Société de la Flore Valdôtaine, della Société d'Histoire Naturelle de la Savoie e di diversi botanici, si diede impulso alla ricostruzione del giardino, che oggi conta 1.600 specie provenienti dall'ambiente alpino e nivale.

Giardino alpino Saussurea e SkyWay
Stella alpina



ARBORETI: AREE BOSCHIVE PER LA BIODIVERSITÀ

In Valle d'Aosta esistono luoghi speciali, nei quali viene tutelata la biodiversità arborea: gli *arboretum*. Aperti al pubblico, hanno finalità didattiche e pedagogiche e sono orientati alla ricerca scientifica e di classificazione delle specie oltre che rappresentare vere e proprie opere di architettura ornamentale naturale.

L'**ARBORETUM "BORNA DU LAOU"** ("tana del lupo" in patois) si trova a Verrès. In esso, a partire dal 1951, furono messe a dimora molte essenze autoctone ed esotiche (tra le quali il pino marittimo, il pino domestico, il pino nero, il pino strobo, il cedro dell'Atlante, l'abete del Caucaso, il leccio, il carpino, la tuia...) che si sono adattate al microclima locale. Con la scenografia naturale della Val d'Ayas e del Castello di Verrès, l'arboreto è dotato di diversi percorsi di visita, facilmente accessibili: apposita infografica permette di riconoscere le specie presenti.



A Verrayes, l'abate Pierre-Louis Vescoz progettò e fece realizzare un arboreto sul promontorio del Pointys (**ARBORETUM PIERRE-LOUIS VESCOZ**). L'attivo abate naturalista intuì, a fine Ottocento, che la riforestazione poteva far rivivere aree botanicamente degradate e soggette a erosione. A partire dal 1905, vennero piantati oltre undicimila alberi che, con la complicità del clima, oggi costituiscono un habitat unico visitabile, in cui vegetazione e fauna si sviluppano naturalmente.

A pochi km da Aosta, a Entrebin, chiude la rassegna degli arboreti del territorio, quello de **LE PARQUE D'ENTREBEUN** ("piccolo bosco" in patois).

I PARCHI FAUNISTICI



» Il **PARC ANIMALIER D'INTROD** rende protagonista la fauna della Valle d'Aosta in un'oasi artificiale protetta, abitata da diverse specie animali (stambecchi, camosci, caprioli, cervi, cinghiali, lupi, gufi reali, civette delle nevi, allocchi, barbagianni, aquile reali, marmotte, lepri, volpi, tassi, scoiattoli, ghiandaie, trote, salmerini, rane alpine, gamberi di fiume) in equilibrio con il loro ecosistema. I visitatori, attraverso un semplice itinerario, devono aguzzare la vista e rispettare il silenzio per farsi stupire.

Vai al sito
del parco
faunistico



» A Champdepraz, all'interno del Parco del Monte Avic, è attivo il **PARCO FAUNISTICO CHEVRÈRE**, immerso in una splendida pineta, entro la quale, in un itinerario ad anello, è possibile vivere il contatto diretto con la fauna tipica valdostana. Gli animali ospiti di questa oasi provengono da centri di recupero, nei quali sono stati curati in seguito a incidenti. Qui gli animali possono continuare a vivere sereni, ricevendo la protezione necessaria.

Vai al sito
del parco
faunistico



Arboretum
Pierre-Louis Vescoz



I LAGHI, L'ACQUA E LE CASCATE

A contarli uno a uno si oltrepassa il numero cento. Ogni lago della Valle d'Aosta si incastona all'interno di paesaggi naturali di grande bellezza. I forti contrasti cromatici delle Alpi trovano nel riverbero dell'acqua potenti riflettori di bellezza, che colpiscono, in ogni momento dell'anno, il cuore del visitatore. Il loro silenzio e i loro armoniosi colori rendono i laghi valdostani appaganti approdi di tante escursioni, di varia lunghezza e difficoltà. Figli del disgelo, nascono dai secolari ghiacciai, per correre verso il fondovalle, dove vanno ad alimentare i principali corsi d'acqua della regione.

» **LAGO D'ARPY (2.066 m)**
È il fiabesco specchio d'acqua che si raggiunge con una facile passeggiata dal Colle San Carlo, a poca distanza da Morgex e da La Thuile. Corroborato da un suggestivo paesaggio alpino, nella sua limpidezza si affacciano le granitiche Grandes

Jorasses del massiccio del Monte Bianco. Il lago d'Arpy, di origine glaciale, è uno dei più fotografati e noti dell'intera Valle d'Aosta. In esso vivono trote e il raro tritone alpino.

Tour
virtuale
del Lago
d'Arpy



» LAGO LICONY (2.554 m)

I percorsi che portano al Lago Licony sono considerati, da alcuni escursionisti, lunghi ma molto appaganti per la vista che offrono su tutta la catena del Monte Bianco. È uno dei più grandi laghi naturali della Valle d'Aosta. Al variare delle condizioni atmosferiche, il lago assume colorazioni molto suggestive che virano dal verde smeraldo al blu intenso. Dal lago si possono raggiungere facilmente la cresta della Testa Licony e il bivacco Pascal (2.920 m).

» LAGO DEL MIAGE (2.020 m)

Le sue acque grigiastre sono alimentate dall'omonimo ghiacciaio, racchiuso dalla

sua morena destra. È particolarmente noto e studiato per i distacchi di piccoli iceberg sulla sua superficie. Si trova nel comune di Courmayeur e si raggiunge in poco più di un'ora di cammino da La Visaille in Val Veny. Ha una curiosa forma che molti romantici riconducono ad un cuore.

» LAGO BLU DI CERVINIA (1.980 m)

Le sue acque rappresentano una tappa obbligata per tutti coloro che visitano la valle del Cervino: è nel suo limpido specchio cristallino che il *Nobile scoglio d'Europa* si riflette. La vegetazione circostante permette mirabili scenografie quando l'erica e il rododendro si vestono del loro caldo colore, a contrasto con il verde intenso degli abeti. Il suo fascino esoterico è anche teatro di una delle leggende più note nella cultura della tradizione valdostana.

LA LEGGENDA DEL LAGO BLU

C'era una volta un giovane e buon pastorello. La sua famiglia, però, non era accogliente e caritatevole come lui. Un giorno un pellegrino bussò alla porta della sua casa.

– “Vi prego, posso avere qualcosa da mangiare?” chiese lo

sconsolato davanti alla porta dei pastori.

– “Non abbiamo nulla per te, mendicante!” rispose arrogantemente la mamma del giovane pastorello.

– “Mamma, ti prego aiutiamolo. Posso cedergli la mia scodella di latte. Lo faccio volentieri, voi non dovete dargli nulla”, sussurrò a voce supplicante il giovane pastorello.

– “Ci disonori figlio! Noi non abbiamo nulla per il mendicante.

Né tu, né noi. Deve andarsene via!”, tuonarono gli orridi genitori, sbattendo la porta sulla faccia del povero pellegrino, che sconsolato lasciò il luogo, non prima di aver proferito oscure parole. Il pastorello venne punito severamente dai genitori: lo mandarono a raccogliere legna nel pieno della notte. Facendosi coraggio nel buio e tra gli animali il giovane riuscì ugualmente a raccogliere sufficiente legna per tornare a casa.

Con stupore e desolazione, scoprì che nel luogo dove sorgeva la sua abitazione, ora c'era un lago dalle fredde acque blu. Il resto della sua famiglia era stato punito.

Da allora, i discendenti del pastorello che si stabilirono nelle adiacenze del lago, furono sempre accoglienti verso tutti coloro che, bisognosi d'aiuto, bussavano alla loro porta.

» LAGO BLU DI AYAS (2.297 m)

Dalla forte colorazione turchese, il lago di Ayas, nell'omonima valle valdostana, è nota meta turistica. Con partenza dalla frazione di Saint-Jacques nel Comune di Ayas, dopo due ore circa di cammino e dopo aver oltrepassato una maestosa pineta e un pianoro si arriva al lago, dal quale si gode una stupefacente vista della catena del Monte Rosa. Durante il periodo estivo, nelle giornate terse, il luogo è ideale per rilassarsi nella comoda spiaggia e godere dei raggi del sole.

» LAGHI DEL PARCO DEL MONT AVIC

Il Parco del Mont Avic offre una considerevole serie di esperienze naturalistiche, tra queste è di sicuro fascino l'escursione ai suoi laghi. Il percorso – durata di circa 2 ore – che li raggruppa si sviluppa da Cort (1760 m.), località di Champorcher, fino allo specchio d'acqua del Gran Lago (2.539 m), attraversando una natura incantata e incontaminata, dominata da foreste di pino uncinato, pino silvestre, larici e faggi. Nelle adiacenze del rifugio Barbustel, si incontrano in successione il **LAGO VALLETTE**

(2190 m.), il Lago Bianco (2.153 m), il Lago Nero (2.166 m) il Lago Cornuto (2.172 m) per continuare poi con l'ascesa al Gran Lago. Sempre nel territorio del Parco, da Dondena, è possibile compiere l'escursione che porta al limpido **LAGO MISÉRIN** (2.591 m): sulle sue sponde sorge il Santuario della Madonna delle Nevi, meta usuale di molti pellegrini nel periodo estivo, e il rifugio omonimo.

» LAGO DI LOD (2.019 m)

Una quinta di montagne fiabesche, dalla Cima Longhède fino al Château des Dames, offre la naturale scenografia per



Lago Blu in inverno





questo piccolo lago che si trova a trenta minuti da Chamois, uno dei paesi più caratteristici di tutta la Valle d'Aosta, raggiungibile solo a piedi o tramite una funivia. Il lago è raggiungibile anche attraverso una comoda seggiovia dalla piazza centrale, in frazione Corgnolaz.

» **LAGO DI PLACE MOULIN (1.968 m) E LAGO DI LEXERT (1.555 m)**

I due laghi si trovano in Valpelline e si raggiungono facilmente in automobile. Il **LAGO DI LEXERT** si trova a Bionaz, in prossimità di un comodo parcheggio. Sulla sua riva sorge un'area attrezzata

per picnic, immersa in un bosco di abeti rossi e larici. Dal suo specchio d'acqua è possibile ammirare imponenti montagne: Dent d'Hérens, il Ghiacciaio Tza de Tzan, la Becca de Luseney, Les Grandes Murailles, il Vallone di Vessona, la catena del Morion e il Colle Crête Sèche. Proseguendo lungo la stessa strada si arriva al più grande bacino artificiale della Valle d'Aosta, il **LAGO DI PLACE MOULIN**. La diga, realizzata negli anni '60 del secolo scorso, è una tra le più grandi in Europa con i suoi 155 metri di altezza e 678 metri di lunghezza. Il colore turchese delle sue acque lo rende uno dei luoghi più fotografati

e riconoscibili della Valle d'Aosta.

» **LAGO DI VERNEY (2.088 m)**

Facilmente raggiungibile in automobile, il **LAGO DI VERNEY** si raggiunge da La Thuile con la strada che porta al Colle del Piccolo San Bernardo. Il suo bacino è uno dei più grandi tra i laghi valdostani (20,3 ettari di superficie) e meta rinomata per i pescatori. Un percorso ad anello permette di costeggiarlo nella sua interezza (durata della passeggiata: 30 minuti). Il panorama spazia su decine di vette alpine, ma particolarmente suggestiva è la vista sulla vallata di La Thuile.

Dallo stesso lago si snoda un percorso escursionistico che, in circa 40 minuti, conduce al **LAGO VERNEY SUPERIORE** (2.278 m).

Ogni percorso escursionistico di montagna prevede l'attraversamento di zone ricche d'acqua, siano esse piccoli bacini lacustri o semplici zone umide nelle quali rinvigorisce una vegetazione caratterizzante. Le destinazioni con visita a laghi, in Valle d'Aosta, sono innumerevoli. Alcune di queste, oltre al percorso escursionistico a piedi, sono agevolate dall'utilizzo degli impianti di risalita, funzionanti anche in

estate. Ad esempio da Pila, viaggiando in telecabina e poi in seggiovia, si può raggiungere il **LAGO DI CHAMOLÉ**, dal quale è impagabile la vista sul Monte Bianco, sulla Valle del Gran San Bernardo e sul Grand Combin. A Estoul, la seggiovia porta in quota agevolando così l'escursione verso i cinque laghetti di origine glaciale (**LAGHI DI PALASINAZ**). Da Gressoney-La-Trinité, impiegando gli impianti di risalita oppure con diversi percorsi escursionistici, è raggiungibile il **LAGO GABIET** (2.371 m), collocato in una conca dalla quale si gode un'ampia visuale sulla catena del Monte Rosa.

Altre interessanti destinazioni: il **LAGO GOILLET** (2.603 m), nel comprensorio di Breuil-Cervinia, facilmente raggiungibile con una escursione a piedi dal paese o con una passeggiata dalla stazione Plan Maison della telecabina; il **LAGO DI LOIE** (2.346 m) a Cogne, all'interno del Parco del Gran Paradiso, con il suo adorabile percorso ad anello che parte dalle cascate di Lillaz; i **LAGHI DEL NIVOLET** raggiungibili dalla Valsavarenche; il **LAGO SAN GRATO** in Valgrisenche; i **LAGHI DELLE LAURES** raggiungibili da Brissogne, il **LAGO DI CIGNANA** nella Valtournenche.



AMMALIATI DALLE CASCATE



In Valle d'Aosta acqua e verticalità sono elementi distintivi e ricorrenti del paesaggio; il binomio dà origine a suggestive cascate che si incontrano in quasi tutte le vallate. Con l'arrivo della bella stagione e con l'innalzamento delle temperature, le nevi si sciolgono e l'acqua fluendo dalle cime dei monti verso la valle, produce spettacoli carichi di pura energia e di fragorosi *scroscii* nei salti di roccia. Questi balzi disegnano suggestive cromie: la limpidezza dell'acqua si impreziosisce dei limi dei ghiacciai o delle alghe di alcuni fondali dei laghi che incontra nella sua strada o semplicemente della rifrazione della luce alpina, opacizzata dai colori delle montagne. L'effetto emozionale è tale che

nessuno rimane indifferente ad una cascata e, la Valle d'Aosta, ne regala di estanti.

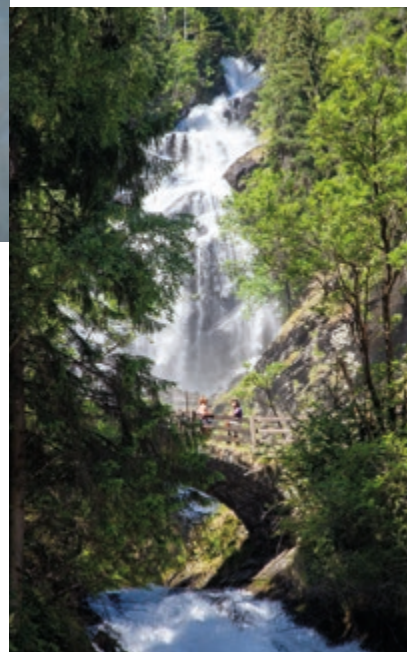
A Cogne, nel Parco Nazionale del Gran Paradiso, il torrente Urtier forma le **CASCATE DI LILLAZ** (1.610 m). Il luogo è tra quelli da non perdere, grazie anche al percorso che permette di accedere facilmente ai suoi tre salti d'acqua. Anche in inverno lo spettacolo è assicurato, soprattutto per gli amanti di arrampicata su ghiaccio. Affianca il percorso escursionistico anche una dettagliata informativa geologica che ragguaglia i visitatori sul processo di formazione delle cascate. Il parco geologico è accessibile ai disabili. Dal vasto Ghiacciaio di Rutor (3.486 m), scendono verso La Thuile le limpide acque dell'omonimo torrente e, prima di arrivare a valle, giocano con tre salti, regalando un'altra scenografia

Cascata di ghiaccio
Cascate di Lillaz | Cascate del Rutor



fiabesca alla Valle d'Aosta: le **CASCATE DEL RUTOR**. Le cascate si raggiungono attraverso un percorso che risale il torrente partendo dalla frazione La Joux. Si consiglia di non fermarsi alla prima, ma di procedere fino alla terza cascata, prevedendo eventualmente un pernottamento al rifugio Albert Deffeyes, in prossimità del lago di Santa Margherita.

La **CASCATA DI ISOLLAZ** (695 m), in Val d'Ayas, si raggiunge attraverso un breve sentiero in discesa, da Challand-Saint-Victor, località situata a pochi minuti dall'uscita autostradale di Verrès. Il luogo è intriso di



fascino e di mistero. Vicino alla cascata c'è la miniera abbandonata di Sache, dalla quale fino ad inizio Novecento si estraeva la pirite. Il luogo è al centro di una storia leggendaria: si narra che esista un'antica porta che si apre solo nella notte di Natale, il fortunato che la troverà e la oltrepasserà avrà in dono un vitello d'oro massiccio. Ma attenzione ad uscire prima che la porta si chiuda, altrimenti si rimarrà intrappolati nella montagna! Si segnala anche la **CASCATA DI LENTENEY**, raggiungibile e visibile lungo la statale che sale da Aosta verso Courmayeur, all'altezza di Derby (frazione di La Salle).

Il territorio della Valle d'Aosta è caratterizzato anche da diversi orridi, ovvero fenditure naturali scavate dal fluire dell'acqua nel tempo. Suggestivo per il punto panoramico, su una pendice artificiale sospesa

nel vuoto, è l'**ORRIDO DI PRÉ-SAINT-DIDIER**. A 160 metri di altezza, a strapiombo sulla Dora di Verney, dalla passerella lo sguardo spazia dalla catena del Monte Bianco fino alla sorgente termale di Pré-Saint-Didier. L'**ORRIDO GOUFFRE DES BUSSERAILLES** si raggiunge da Valtournenche. Scavato nella montagna dalla forza delle acque del torrente Marmore, ha una profondità di 35 metri e una lunghezza di 104 m. È visitabile tutto l'anno, ma la migliore suggestione si ha durante il periodo invernale, quando i cristalli di ghiaccio che pendono dalle sue pareti creano un ambiente ancora più gotico. Nella valle del Lys (o di Gressoney), a Fontainemore, si segnala l'**ORRIDO DI GUILLERMORE** (991 m), mentre nella valle di Champorcher si possono seguire i **PERCORSI DEGLI ORRIDI**, che si snodano nei Comuni di Hône, di Pontboset e di Champorcher.

Cascata di Isollaz
Passerella panoramica sull'Orrido di Pré-Saint-Didier



PRIMA DI ARRIVARE AI MONTI: SUI COLLI

Prima della costruzione dei tunnel del Monte Bianco e del Gran San Bernardo, prima dell'autostrada e delle comode strade regionali che risalgono le vallate, in Valle d'Aosta le comunicazioni tra le diverse valli e i paesi confinanti di Francia e Svizzera avvenivano tramite i colli, preziose vie di transito ricche di storia e di cultura. I passi, transfrontalieri e intervallivi, occupano quella fascia altimetrica mediana che sta tra il fondovalle e le alte vette che sovrastano la regione, offrendo postazioni di sosta e di meraviglia quando, terminata la salita, si scollina e si apre la vista dall'"altra parte".



I PASSI TRANSFRONTALIERI

Lungo la via Francigena, al confine tra Italia e Svizzera, il **COLLE DEL GRAN SAN BERNARDO** (2.472 m) è luogo carico di storia. La sua importanza strategica era conosciuta già dai Romani.

Nei primi decenni dopo il Mille, grazie all'opera di san Bernardo di Mentone, venne edificato l'Ospizio, luogo di riparo e protezione, che accoglieva viandanti e pellegrini. I canonici, a partire dal XVI secolo, impararono ad addestrare grossi cani molossi, particolarmente adatti alle proibitive condizioni climatiche del valico. La razza venne selezionata e oggi, il *Cane San Bernardo* (Barry), oltre ad essere il simbolo di questo luogo, è l'icona del salvataggio in montagna.



Celebre è il passaggio al Colle di Napoleone Bonaparte nel maggio del 1800, episodio rievocato dalle tipiche maschere (*Landzettes*) dei carnevali storici della Valle del Gran San Bernardo (detta anche *Coumba Freida* nel patois valdostano). Il **COLLE DEL PICCOLO SAN BERNARDO** (2.188 m) collega La Thuile con la Francia. La presenza di un *cromlech* testimonia una storia millenaria con radici nella preistoria. La *mansio* (magazzino e alloggio

per militari e viandanti) documenta la frequentazione del luogo da parte dei Romani, che utilizzavano il passo per raggiungere le *Gallie*. Molti dei reperti rintracciati sul colle sono esposti nel Museo Archeologico di Aosta.

San Bernardo, anche qui, fece edificare un ospizio, distrutto e ricostruito molte volte nel corso del tempo. Oggi, dopo i bombardamenti della seconda guerra mondiale, l'edificio è stato parzialmente ricostruito e oltre all'ufficio turistico, ospita il Museo sulla storia del Colle, della Valdigne e della Savoia. Da segnalare la *Colonna di Joux*, piedistallo della statua di san Bernardo.

La leggenda vuole che lo stesso santo demolì la statua di Giove posizionata sopra la colonna per dare corso a un rinnovato culto religioso.

I PUNTI DI CONGIUNZIONE TRA LE VALLI

Troppo numerosi per citarli tutti, alcuni colli sono più noti e transitati di altri. Il **COL DE JOUX** (1.640 m) – collega Saint-Vincent a Brusson (in Val d'Ayas) – rivela un territorio molto suggestivo, anche grazie al fascino del suo bosco, fruibile in tutte le stagioni dell'anno, dall'inverno alla primavera e dall'estate all'autunno. Il **COLLE DEL NIVOLET** (2.602 m) – nel Parco Nazionale del Gran Paradiso, percorribile solo a piedi – collega la Valsavarenche alla Valle dell'Orco in Piemonte. È il paradiso degli astrofili: la protezione delle montagne esautorò il rumore prodotto dagli impianti di illuminazione artificiale e si può godere appieno delle stelle.

Il **COLLE SAN CARLO** (1.971 m) – collega Morgex a La Thuile – è meta molto apprezzata dai ciclisti. La salita da Morgex è una delle più dure nel panorama alpino, teatro di diversi passaggi del Giro d'Italia e di cronoscalate amatoriali. Dal Colle, un percorso ad anello permette la visita al Lago d'Arpy e di godere del panorama dal **COLLE DELLA CROCE**.

Il **COLLE DI SAN PANTALEONE** – collega Torgnon a Saint-Denis – offre una suggestiva visuale sulla valle del torrente Marmore, con il Cervino sullo sfondo. Il **COL D'ARLAZ** (1.030 m) si raggiunge da più parti, con diversi itinerari escursionistici semplici e piacevoli: il Rû d'Arlaz, a partire da Brusson e da Challand-Saint-Anselme, dove nel bosco di pini silvestri, abeti e larici è possibile rintracciare incisioni rupestri e coppelle; il percorso artistico Challand Art a partire da Challand-Saint-Victor; il bosco delle fate, a partire da Emarèse. Il Col d'Arlaz si raggiunge anche in macchina da Montjovet. Il **COL D'OLEN** (2.880 m), valico alpino che unisce la Valle del Lys (o di Gressoney) alla Valsesia in Piemonte, all'inizio del Novecento, divenne noto punto di partenza per le ascese sul Monte Rosa, grazie ai suoi storici alberghi.





*Il mondo mi spaura
e ho scelto la valle
del bello e del buono
e dove il tempo non corre*

Giovanni Pascoli



**ARTE, CULTURA
E TRADIZIONE**



AOSTA, CITTÀ ROMANA E MEDIOEVALE

Il capoluogo della Valle d'Aosta mostra fieramente il suo passato. Visitando la città, ci si accorge immediatamente del suo impianto di origine romana: strade perpendicolari l'una all'altra sono contenute entro un grande rettangolo, delimitato dall'antica cinta muraria, ben conservata e visibile in diversi tratti. Le notevoli testimonianze monumentali dei Romani ne fanno uno degli esempi più importanti di architettura di epoca romana in tutto il Nord Italia: la *domus*, la Porta Praetoria, il teatro, le mura, il criptoportico ricordano lo splendore che Aosta vantò sotto l'imperatore Augusto, suo fondatore.

Da 2000 anni, l'**ARCO DI AUGUSTO** è uno dei simboli della città; il **TEATRO ROMANO**, con i suoi 22 metri di facciata quasi intatta è uno dei monumenti più suggestivi d'Italia; l'**AREA MEGALITICA**, portata alla luce nel 1969, è uno dei più interessanti siti archeologici della Preistoria del continente europeo.



Le possibilità di visita ad Aosta sono molteplici. Le guide turistiche propongono diversi itinerari, che di norma si possono sviluppare in uno o più giorni, se si tralasciano le innumerevoli realtà museali presenti, che meritano i giusti approfondimenti. La **CATTEDRALE** – dedicata a Santa Maria Assunta e a san Giovanni Battista – venne edificata sul preesistente edificio religioso, costruito sul criptoportico romano, a partire dall'XI secolo. Ampliata e modificata nel corso dei secoli, l'attuale assetto è riconducibile ai primi decenni del Cinquecento, con la facciata affrescata con episodi della vita di Maria. L'attuale fronte venne inserito in epoca neoclassica. Il suo deambulatorio ospita il **MUSEO DEL TESORO**.

Nella **COLLEGIATA DI SANT'ORSO**, in stile romanico e gotico, è stato portato alla luce un antico mosaico raffigurante *Sansone che uccide il leone*. Il coro ligneo, il ciclo di affreschi nel sottotetto e il chiostro – nei capitelli del suo colonnato è scolpita una narrazione riconducibile alla vita di Sant'Orso – la rendono uno dei luoghi più visitati della città. Non solo storia e cultura, però! Circondata dalle montagne e collegata con Pila (nota località sciistica) attraverso una funivia che in soli 17 minuti porta dal centro della città alle piste da sci (in inverno) e a diversi itinerari escursionistici (in estate), Aosta rivela anche una forte anima alpina.

Aosta su
lovevda.it



VIVERE LA VALLE D'AOSTA TRA BORGHI, PAESI E CITTÀ



L'evoluzione storica della Valle d'Aosta ha lasciato tracce indelebili sul territorio.

Arte, cultura e storia si intrecciano nel tessuto urbano dei borghi e dei paesi che, come una costellazione, rappresentano il segno tangibile di una **storia millenaria** e di **tradizioni** ancora vive che affondano le radici nel tempo passato. Testimonianze dei Romani, cinte murarie di poderosi castelli medioevali, torri di avvistamento e regali dimore arricchiscono in equilibrio il paesaggio della Natura, regalando agli ospiti e agli abitanti della Valle d'Aosta connubi di **bellezza assoluta**.



DAI SALASSI AI ROMANI



Tra l'VIII e il V secolo a.C., i Celti ebbero importante influenza sulle popolazioni indigene stanziati nell'attuale territorio della Valle d'Aosta, permettendo lo sviluppo della civiltà dei Salassi. I Romani, interessati alla conquista delle Gallie, si scontrarono con la popolazione dei Salassi, per rendere quella porzione di terra la porta di accesso verso l'attuale Francia e l'Inghilterra. Dal 25 a.C. i Romani diedero impulso alla fondazione di *Augusta Praetoria Salassorum*, l'odierna Aosta, e alla costruzione delle direttrici verso i colli del Piccolo e Gran San Bernardo. La dominazione romana durò cinque secoli.

Sul territorio sono molte le tracce lasciate dai Romani, nel loro desiderio di espansione verso il Nord. Aosta è sicuramente il luogo che offre il maggior numero di testimonianze.

Oltre al capoluogo, significativo è il ponte-acquedotto sul torrente Grand-Eyvia a Pont d'Ael, villaggio facilmente raggiungibile da Aymavilles, lungo la strada che porta a Cogne. È un imponente manufatto in muratura e blocchi di pietra da taglio, databile al 3 a.C. grazie ad un'iscrizione sul fronte nord, che riporta anche il nome di Caius Avilius Caimus, suo promotore e proprietario. Un recente progetto di valorizzazione consente ai visitatori un viaggio nel tempo,

verso la comprensione dell'opera e dell'attigua – oggi non più visibile – strada romana. A Donnas un arco e una porzione di 221 metri dell'antica strada romana delle Gallie, scavata lungo il promontorio roccioso sulle acque della Dora Baltea, testimoniano la grande tecnica nel costruire collegamenti viari dei Romani. Un'autentica pietra miliare ancora in posa, informa che Aosta è distante XXXVI miglia (circa 54 km). Verso Pont-Saint-Martin, si incontra il monumentale ponte romano, primo avamposto valdostano verso la strada per le Gallie, esemplare senza pari in Europa per l'ampiezza dell'unica arcata, dall'eccezionale lunghezza di 36 metri.

SAINT-VINCENT

La "Riviera delle Alpi" è un *unicum* nel territorio della Valle d'Aosta. La sua posizione riparata dai venti freddi grazie alla presenza del monte Zerbion, ha consentito in Saint-Vincent lo sviluppo di una vegetazione tipica delle aree mediterranee, con ulivi, pini e palme. La presenza delle **TERME** e del **CASINO DE LA VALLÉE**, rendono da sempre la cittadina ambita destinazione turistica e di villeggiatura. Saint-Vincent conserva diverse testimonianze del suo passato storico, tra le quali la chiesa dedicata a san Vincenzo,



rimaneggiata nell'Ottocento dall'architetto Camillo Boggio, celebre per il castello di Saint-Pierre. Sottostante la chiesa si trova un sito archeologico, che testimonia la presenza dei primi insediamenti nell'Età del Ferro. Meta turistica ideale per ogni stagione, Saint-Vincent è

un'ottima base per la visita dell'intera regione. Variegata è anche l'offerta sportiva: quella invernale fa perno sul vicino comprensorio sciistico di Cervinia, quella estiva propone una vasta gamma di itinerari per escursioni a piedi e in mountain bike.

COURMAYEUR

L'eco del suo nome, di fama mondiale, precede la celebre località alpina, vicina al confine con la Francia. Gli ingredienti che la rendono unica sono una moltitudine: la natura, il Monte Bianco, gli alberghi e i ristoranti, le case in pietra e in legno, la Skyway, la Val Veny, la Val Ferret, le vacanze dei Vip... e l'elenco potrebbe continuare all'infinito. Il «New York Times» la inserisce tra le 52 mete mondiali da visitare assolutamente.

Il modo migliore per vivere Courmayeur è quello di una lunga passeggiata nel suo centro storico, assaporandone l'aria frizzante, i colori, i bei negozi, i ristoranti e, soprattutto, l'appagante vista sul Monte Bianco. Dal 1786, anno della conquista della vetta del *gigante bianco*, è considerata una delle capitali storiche dell'alpinismo e dell'escursionismo di montagna. Soste alla **CHIESA DEI SANTI PANTALEONE E VALENTINO** e al **MUSEO ALPINO DUCA DEGLI ABRUZZI** permettono di amplificare il tempo di permanenza e la conoscenza di Courmayeur. Il **SANTUARIO DI NOTRE-DAME DE LA GUÉRISON**, sulla strada per la Val Veny, ai piedi del ghiacciaio della Brenva, offre l'occasione per momenti di raccoglimento in contemplazione dei numerosi ex voto.



Tappa obbligata è l'avveniristica **SKYWAY MONTE BIANCO**, la funivia che da **ENTRÈVES** (1.300 m) trasporta chiunque nel cuore del Monte Bianco, fino a **PUNTA HELBRONNER** (3.466 m). La stazione intermedia – **PAVILLON DU MONT FRÉTY** (2.173 m) – offre un grande ventaglio di attività: oltre a potersi rifocillare nel punto ristoro è possibile accedere al cinema, alla Cave Mont Blanc, dove si sperimenta la vinificazione di alta quota, alla boutique, e visitare, all'esterno, il **GIARDINO BOTANICO SAUSSUREA**. Si consiglia anche un approfondimento culturale all'**HANGAR2173**, museo che trova collocazione nella vecchia stazione della funivia e che permette di apprendere l'articolata storia della stessa funivia

e dell'alpinismo. Raggiunta la stazione terminale della Skyway, la terrazza circolare, affacciata sul ghiacciaio, offre una visuale a 360° sulle montagne circostanti. La libreria, la sala dei cristalli e lo **SKY VERTIGO** completano l'ampia offerta emozionale di una giornata in alta quota. Il comprensorio sciistico vanta 100 Km di piste e una moltitudine di attività sportive con le quali cimentarsi sia in inverno che in estate. Allo **SPORT CENTER DI COURMAYEUR** è aperta tutto l'anno l'arena del ghiaccio. Le vicine **TERME DI PRÉ-SAINT-DIDIER**, infine, offrono tutto il relax necessario per affrontare al meglio la vacanza a Courmayeur.

Scopri
Courmayeur



GRESSONEY-SAINT-JEAN E LA CULTURA WALSER

Incastonata ai piedi del massiccio del Monte Rosa con vista sul ghiacciaio del Lyskamm, Gressoney-Saint-Jean (1.385 m) è l'elegante località a misura d'uomo che, insieme alla vicina Gressoney-La-Trinité (situata alla sommità della valle), rappresenta una storica meta dei flussi turistici (tra gli ospiti più illustri la Regina Margherita), sia in inverno, per



la pratica dello sci alpino e dello sci alpinismo, che in estate per il trekking e l'alpinismo. La **CULTURA WALSER** è la caratteristica peculiare di Gressoney dove, più di otto secoli fa, passando per il Colle del Teodulo, si insediò la popolazione dei Walser, di origine germanica. Molti sono i riferimenti alla storia di questo popolo sul territorio, i cui elementi cardine sono la lingua *Titsch*, parlata dalla gente locale, l'architettura originale con i tipici *stadel* e l'uso di costumi tradizionali. Di grande fascino la versione femminile del costume: è composto da una lunga gonna rosso scarlatto, da un corpetto impreziosito da galloni dorati, da una camicia bianca merlettata, da un grembiule nero ornato, da una pettorina in velluto, da una giacca corta e da una cuffia ricamata in filigrana



d'oro. Da Gressoney-Saint-Jean partono gli itinerari che permettono di visitare i villaggi walser di **NOVERSCH, ECKÒ** e **ALPENZÙ**.

La regina Margherita di Savoia, che elesse Gressoney sua località prediletta per le vacanze estive, vi fece edificare la sua "residenza d'estate", il fiabesco **CASTELLO SAVOIA** che, assieme al giardino, rappresenta oggi una tappa obbligata del viaggio in Valle d'Aosta.

NELLA TERRA DEI WALSER



A partire dal XIII secolo, arrivando dall'attuale Svizzera, la popolazione Walser colonizzò la Valle del Lys (Gressoney, Issime e la frazione di Niel nel comune di Gaby) e l'alta Val d'Ayas (Canton des Allemands) in Valle d'Aosta e la Valsesia, la Val Formazza e la Valle Anzasca in Piemonte. Pastori, alpigiani, boscaioli e contadini avevano sviluppato strategie di sopravvivenza efficaci per l'adattamento all'ostile ecosistema montano.

Le loro tradizioni originarie si sono tramandate di padre in figlio, tanto che oggi in Valle d'Aosta, è facile identificare i luoghi nei quali questa popolazione ancora vive. Usi e costumi rappresentano una forte radice identitaria per la Valle d'Aosta. Tra questi spicca la lingua: stupisce udire persone parlare tra di loro in dialetti di origine tedesca, quali il *titsch* di Gressoney-Saint-Jean e Gressoney-La-Trinité e il *töitschu* di Issime. Le tipiche abitazioni, gli *stadel* o *rascard*, perfetto sistema organizzato, avevano la

funzione principale di essiccatoi per cereali, ma anche di stalla e di deposito latte, oltre che servire per viverci. I *rascard*, costruiti prevalentemente in legno di larice, invece di poggiare a terra, si ergono sui cosiddetti "funghi", grossi dischi di granito che permettevano una buona aereazione dei locali e protezione dai roditori. Il loro tetto è in *lose*, le lastre di ardesia tipiche delle case valdostane. Per avere una visione completa delle peculiarità della cultura Walser si consiglia la visita all'**Ecomuseo Walser di Gressoney-La-Trinité**.

COGNE, PERLA DELLE ALPI

Oasi di natura, nel cuore del **PARCO NAZIONALE DEL GRAN PARADISO**, Cogne (1.534 m) è una delle località più note della Valle d'Aosta. Il paese si affaccia sul **PRATO DI SANT'ORSO**, annoverato come "Meraviglia Italiana", una delle praterie di montagna più vaste d'Europa, che rappresenta un vero museo vegetale a cielo aperto, ancora modellato dal sapiente lavoro dei contadini.

Il nucleo abitativo del paese è un incantevole dedalo di piccole vie, negozi di prodotti tipici e case in legno e pietra locale, ristrutturate con grande gusto architettonico, attento a mantenere il fascino del tempo. Ne è un mirabile esempio visitabile la **MAISON GÉRARD DAYNÉ** (in località Sonveulla),

con il suo museo etnografico. La storia di Cogne è strettamente legata a quella delle sue miniere di magnetite che, insieme al villaggio dei minatori e al **CENTRO ESPOSITIVO PARCO MINERARIO VALLE D'AOSTA E DELLA MINIERA DI COGNE**, rappresentano oggi una bella testimonianza di archeologia industriale. La visita guidata alla miniera (partenza dalla località Costa del Pino) è emozionante: prima a bordo di un trenino d'epoca e poi a piedi, ci si addentra all'interno della galleria per rivivere la vita dei minatori. Cogne è anche famosa per i suoi **PIZZI AL TOMBOLO**. Sono ancora molte le artigiane che si cimentano in quest'antica arte, che permette di intrecciare in meravigliosi ornamenti refe di lino, avvolto in fuselli. In prossimità della **CHIESA PARROCCHIALE**

DI SANT'ORSO è ubicata l'esposizione permanente e vendita dei merletti di Cogne, curata dalle 40 merlettaie della **Cooperativa Les Dentellières**. Il territorio offre importanti attrattori naturali quali il **GIARDINO BOTANICO ALPINO PARADISIA** e le **CASCATE DI LILLAZ** e innumerevoli escursioni e attività sportive, sia in inverno che in estate. Con i suoi 80 km di piste si colloca tra i comprensori più interessanti per lo sci di fondo. Non si può lasciare il paese senza aver fotografato la **FONTANA DI FERRO** – realizzata a inizio Ottocento grazie all'interessamento del medico César Emmanuel Grappein – con lo sfondo del Gran Paradiso.



CHAMOIS ANGOLO DI INFINITO

A metà della Valtournenche, il minuscolo comune di **CHAMOIS** (1.816 m) si può raggiungere solo con la funivia o a piedi o in mountain bike e, in inverno, con le racchette da neve lungo un piacevole itinerario a partire da La Magdeleine. Abitato tutto l'anno da un centinaio di persone, alcune delle quali non indigene ma che, innamorandosene, l'hanno scelta come luogo di vita, è inserito nel novero delle "Perle delle Alpi", titolo che premia località montane virtuose per l'ecosostenibilità e per la mobilità dolce. È l'unico comune italiano completamente privo di automobili. Il nucleo del paese, Corgnolaz, è contornato da

sei piccoli borghi o *hameaux*, nell'idioma locale: La Ville, Lieussel, Crépin, Lo Lod, Suisse, Caillat. Esposto su un terrazzamento glaciale, il paese è un'oasi di pace assoluta, tanto che la campagna di promozione del suo percorso con ciaspole "Il Signore degli anelli" ha come claim: "oltre 20 km di assordante silenzio". Così lo stridio della neve sotto i piedi, il fruscio dei ruscelli e le voci rilassate delle persone diventano gli unici "rumori" udibili: un luogo d'incanto, a perfetta misura d'uomo.



Scopri
Chamois



TRA I BORGHI PIÙ BELLI D'ITALIA: ETROUBLES E BARD

Essere annoverati tra i **BORGHI PIÙ BELLI D'ITALIA** significa entrare a far parte di una rete di valorizzazione e promozione del patrimonio storico di alcuni piccoli centri italiani. È il caso di **ETROUBLES** (1.270 m), con il suo museo a cielo aperto, e di **BARD** (381 m): due tra i borghi più caratteristici della Valle d'Aosta.

A metà strada tra Aosta e il Colle del Gran San Bernardo si erge Etroubles, località di importanza strategica già a partire dai Romani e stazione della via Francigena durante il Medioevo. Ha la singolarità di ospitare una galleria d'arte contemporanea permanente a cielo aperto, allestita grazie all'apporto esperienziale della Fondazione Pierre Gianadda di Martigny, in Svizzera. Il caratteristico contesto di Etroubles rappresenta la scenografia ideale per le opere d'arte: passeggiando per le vie del borgo – tra fontanili, case in legno e pietra locale e il quattrocentesco campanile – si ha l'impressione di essere sospesi tra presente e passato. La stessa sensazione si prova visitando, in successione, la prima latteria turnaria valdostana (1853) e la prima centralina idroelettrica (1904), oggi entrambe musei. Arrivando a Bard si nota subito come la sua conformazione orografica sia strategica per il territorio. Il promontorio,

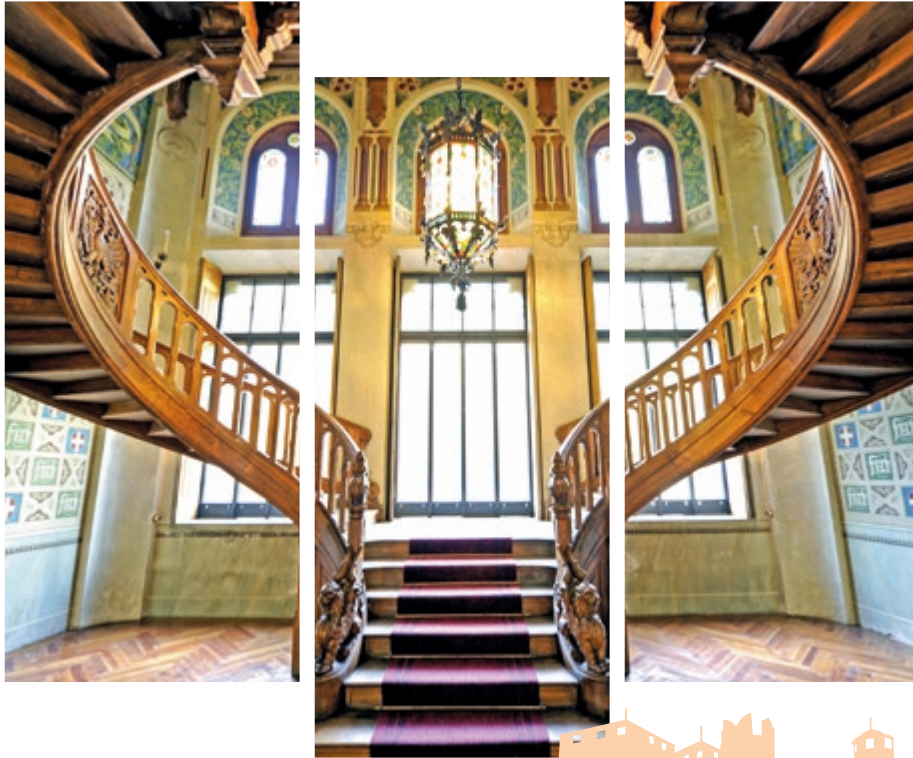
che invade il fondovalle sino a quasi ostruirlo, è uno sbarramento naturale sul quale si adagia il **FORTE**, fortezza militare che risale al primo Ottocento e teatro di storiche battaglie. Espugnato e ricostruito più volte nel tempo, oggi il Forte di Bard – di proprietà della Regione – è polo culturale e sede espositiva, ospita prestigiose mostre temporanee d'arte, eventi e attività. Tre ascensori panoramici consentono l'accesso a tutti i livelli della Fortezza, seguendo lo sviluppo altimetrico del promontorio. Bard è nota anche per lo **STORICO**

BORGO medievale.

Nel borgo possono essere rintracciate molte tipiche abitazioni locali, dichiarate monumento nazionale, arricchite da pregevoli elementi architettonici, quali bifore, archi o ornamenti dipinti. Bard è una tappa della via Francigena. Non lontano dal borgo è visitabile un geosito archeologico, sede delle "marmitte dei giganti" oltre che di interessanti esempi di incisioni rupestri.

Scopri
Bard





» CASTELLO SAVOIA

(Gressoney-Saint-Jean)

Rappresenta un'eccezione rispetto ai castelli della Valle d'Aosta: fu infatti costruito in epoca recente, per volere della Regina Margherita, che si era innamorata delle bellezze di Gressoney. L'eclettico castello sorge in località Belvedere e la sua prima pietra venne posata il 24 agosto 1899. In stile "medioevale", venne progettato dall'architetto Emilio Stramucci, con un corpo centrale sovrastato da cinque torri neogotiche. Molte furono le maestranze artistiche – impegnate anche nelle residenze reali di Torino – coinvolte nell'ampio apparato decorativo del regale maniero (tra gli altri Carlo Cussetti, Michele Dellerà). Dopo la morte di Re Umberto I, divenne l'abitazione abituale della regina madre durante la bella stagione. Nel 1936 venne acquistata da Ettore Moretti, che mantenne



praticamente intatti gli ambienti interni.

Nel 1981 subentrò nella proprietà la Regione Autonoma della Valle d'Aosta. Il percorso di visita che si snoda lungo il castello racconta molto della vita della regina Margherita. Il giardino botanico, il Romitaggio Carducci (l'abitazione destinata all'amico poeta della Regina) e la Villa Belvedere completano l'aura fiabesca del luogo.

» CASTELLO DI VERRÈS

La peculiarità di questo castello è quella di sorgere su uno sperone di roccia, che ne ha segnato l'inespugnabilità e la vita militare. È documentato a partire dal 1287 come proprietà della famiglia De Verretio. Verso la metà del XIV secolo non avendo più eredi, il castello tornò ai conti di Savoia, che lo affidarono alla potente famiglia Challant. Da Ibleto, il castello passò nelle mani di Francesco, primo conte di Challant, che morì senza eredi maschi: la contesa tra la figlia Caterina e il cugino Giacomo generò una tra le saghe famigliari più intriganti della storia valdostana. La tradizione narra che Caterina e Pietro Sarriod d'Introd, suo marito, per accattivarsi le simpatie del popolo si unirono alla grande festa da ballo del giorno della SS. Trinità. Da allora la festa è rievocata ogni anno, nelle quattro giornate dello storico Carnevale di Verrès.



UNA VALLE PER 100 CASTELLI



Tutti i castelli
della Valle d'Aosta
sul lovevda.it

Durante il **Medioevo**, come via d'accesso verso i valichi alpini, la posizione strategica della Valle d'Aosta rappresentò uno dei principali motivi di divisione e di contesa tra le diverse famiglie nobili locali. Fu così che il territorio vide il moltiplicarsi di **castelli, torri e case-forti** a controllo del fondovalle e delle vallate laterali. Col passare dei secoli, numerosi manieri si trasformarono da **sistemi di difesa** in **dimore signorili** adattandosi alle epoche e alle mode, mentre altri lentamente vennero abbandonati. Oggi questi luoghi carichi di arte, storia e leggende, esaltati dalla bellezza di un paesaggio straordinario, affasciano i visitatori con il loro **incanto fiabesco**.

Questo non fu, tuttavia, sufficiente a farle vincere la contesa, e Giacomo divenne il secondo conte di Challant. Nel 1536, con Renato di Challant, la fortezza venne adattata all'uso delle armi da fuoco e venne dotata di nuovi sistemi di difesa, quali una cinta muraria con contrafforti in grado di deflettere i colpi dei cannoni. Al castello venne aggiunto un ingresso – più sicuro – con antiporta e ponte levatoio. Nuove finestre a crociera e porte ad arco moresco completarono l'opera di ammodernamento. Morto Renato di Challant senza eredi maschi, il maniero passò nuovamente ai Savoia, che fecero trasferire al forte di Bard la dotazione militare. Il restauro del castello avvenne alla fine dell'Ottocento grazie all'azione di un gruppo di intellettuali. Il percorso di visita del castello è incentrato prevalentemente sul suo sistema difensivo. L'austerità geometrica e i limitati particolari decorativi sono indicativi della sua natura militare. I tre piani del maniero sono collegati da un monumentale scalone ad archi rampanti.

» CASTELLO DI ISSOGNE

La sua architettura è espressione della metamorfosi dello stile gotico in quello rinascimentale. Le sue vicende storiche sono legate al vicino Castello di Verrès della famiglia De Verretio e alle contese con i vescovi d'Aosta,

proprietari della casa-forte preesistente, che culminarono nel 1333 con l'assalto e la sua parziale distruzione. Nel 1379 la proprietà passò alla famiglia Challant che lo restaurò secondo i dettami dello stile gotico cortese. In periodo rinascimentale, a partire dal 1480, ulteriori lavori lo resero la sontuosa dimora attuale, definita "castello" per la sua bellezza: un unico palazzo a forma di ferro di cavallo, affacciato su un giardino all'italiana. Il muro di cinta venne decorato con storie di eroi, mentre il suo porticato venne dotato di lunette, affrescate con scene di vita quotidiana e di bottega. Al centro del cortile trova collocazione la *fontana del melograno*, antico simbolo di prosperità. Anche gli ambienti interni vennero ampiamente decorati. Alterne vicende portarono il pittore Vittorio Avondo all'acquisto del maniero, nel 1872. Egli stesso curò il restauro del castello,



insieme a Alfredo d'Andrade, e l'arredo con mobili provenienti dal mercato dell'antiquariato e, nel 1907, lo donò allo Stato Italiano. Oggi è di proprietà della Regione Autonoma della Valle d'Aosta.

Il percorso di visita si snoda dalla *fontana del melograno* fino alla stanza detta "del re di Francia". Una mostra permanente dedicata a Vittorio Avondo illustra la storia che lo ha legato al castello.



» CASTELLO DI FÉNIS

La storia del castello si intreccia con le vicende della famiglia Challant del ramo Fénis. Eretto su un lieve poggio senza difese naturali attorno, venne dotato nel XIV secolo di imponenti apparati difensivi e di mura merlate, ma anche di eleganti decorazioni e affreschi a partire dal XV secolo, per connotarlo quale sede di rappresentanza. Nell'immaginario collettivo, la sua forma rappresenta il tipico "castello medioevale". Nel 1716 passò nelle mani del conte Baldassarre Castellar di Saluzzo Paesana, le cui vicende familiari condussero il castello verso l'abbandono. Nel 1895 venne acquistato dallo Stato Italiano per intercessione dell'architetto Alfredo

d'Andrade, che aveva intuito l'importanza turistica dei castelli del territorio. È monumento nazionale dal 1896 e, oggi, appartiene alla Regione Autonoma della Valle d'Aosta. A pianta pentagonale, ogni angolo del castello presenta delle torrette circolari, ad eccezione dello spigolo sud-ovest, dotato di una poderosa torre circolare, e di quello sud, dove la torre ha sezione quadrata. Una doppia cinta muraria protegge il mastio. Allestite con antichi mobili, nel loro succedersi all'interno del percorso di visita, le stanze interne forniscono i connotati della vita medioevale. Modello architettonico usato da D'Andrade per la realizzazione

del Borgo Medievale di Torino, il cortile interno – decorato in stile gotico – si apre su un caratteristico scalone semicircolare, sulla sommità del quale svetta l'affresco raffigurante san Giorgio che trafigge il drago.

» CASTELLO DI CLY (Saint-Denis)

Le vicende legate alla storia di questo maniero, visitabile solo nel periodo estivo, hanno lasciato tracce indelebili nella sua struttura. Con il suo imponente *donjon* e la sua cinta muraria, dominava il feudo che oggi corrisponde alla Valtournenche. Dagli Challant tornò ai Savoia e poi ai Roncas, che lo depreदारono di molti materiali per la

costruzione del loro palazzo di Chambave. Spettacolare la vista sul fondovalle che si gode dal castello.

» CASTELLO DI USSEL (Châtillon)

Posto sulla sommità di una collina, dal castello si gode di una bellissima visuale sulla piana di Châtillon. Si presenta con un'architettura a monoblocco, evoluzione stilistica del modello medioevale. La sua costruzione iniziò nel 1343, in seguito ad una contesa all'interno della famiglia Challant. Seguendo le varie vicissitudini storiche divenne prigione e caserma. Nel 1983 passò alla Regione Autonoma della Valle d'Aosta. Venne restaurato grazie al mecenate barone Marcel Bich di origini valdostane, famoso in tutto il mondo per le penne *Bic*. Usato saltuariamente come sede di pregevoli mostre temporanee, è visitabile nei mesi estivi.

» CASTELLO DI AYMAYILLES

Con il suo profilo elegante e maestoso, si erge all'imbocco della valle di Cogne,



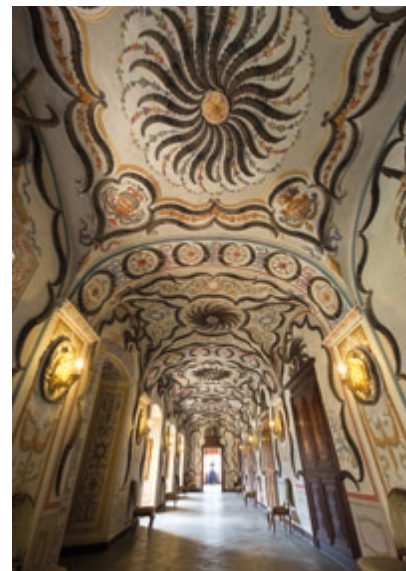
tra i vigneti e i primi contrafforti montuosi sulla sponda destra della Dora Baltea. La sua forma è espressione dei cambiamenti architettonici avvenuti nel tempo, dal nucleo medioevale fino alle facciate barocche, per opera della famiglia Challant. Recentemente restaurato e aperto al pubblico ospita la preziosa collezione d'arte e di archeologia dell'Accademia Sant'Anselmo. Il castello, che sorge su una collina morenica, è citato per la prima volta nel 1207. Nel 1354 i conti di Savoia affidarono il

maniero alla famiglia Challant. All'inizio del XV secolo fu implementato con quattro torri – due gelfe e due ghibelline – dotate di beccatelli e merlature. Nel 1728, Giuseppe Felice di Challant fece demolire le mura esterne, aprendo il maniero al parco naturale circostante, e fece edificare le logge barocche tra le torri, conformandolo allo stile Rococò, in voga al tempo. Passato poi nelle mani della famiglia Bombrini, nel 1970 venne acquistato dallo Stato Italiano e ceduto alla Regione

Autonoma della Valle d'Aosta, che lo ha fatto restaurare e recentemente riaperto – in tutte le sue stanze – al pubblico, dotandolo di un nuovo e articolato percorso museale. Di grande fascino il sottotetto quattrocentesco, che ospita anche tre modelli in legno delle diverse fasi costruttive del castello.

» CASTELLO REALE DI SARRE

Noto per essere stata la residenza di caccia in Valle d'Aosta del Re Vittorio Emanuele II, il castello si trova in località Lalex, sul promontorio che domina la piana di Aosta. Dal 1989 il castello è affidato alla Regione Autonoma della Valle d'Aosta, che lo ha fatto restaurare e trasformato in museo sulla storia che lega il territorio all'attività venatoria della corte sabauda, conservando gran parte degli arredi originali, tra cui la celebre “sala delle corna”, il salone



di rappresentanza decorato interamente da trofei di caccia, secondo il gusto dell'epoca.

» CASTELLO SARRIOD DE LA TOUR

Collocato in una zona pianeggiante che termina a strapiombo sulla Dora Baltea, circondato da meli che durante la fioritura ne accentuano l'aspetto fiabesco, il maniero appartenne alla famiglia Sarriod de la Tour e risale, nella sua parte più antica, al XI e XII secolo. La struttura architettonica ha subito, nei secoli successivi, interventi di ampliamento e sviluppo. All'interno della cappella è visibile un importante ciclo di dipinti murali del primo Duecento, mentre all'esterno, nella sala contigua, sono presenti affreschi quattrocenteschi. Singolare e affascinante è la cosiddetta “sala delle teste”, che prende il nome dalla decorazione del soffitto ligneo, le cui mensole sono intagliate con personaggi curiosi, esseri fantastici e mostruosi.

» CASTELLO DI INTROD

Protetto dalle gole del torrente Savara e della Dora di Rhêmes, il castello è ancora oggi privato, ma i proprietari hanno concesso in comodato al Comune di Introd il piano terra e il parco, che possono essere visitati. La storia del castello risale al XII secolo, quando la sua struttura era composta da un mastio cintato da mura. Pierre Sarriod lo fece convertire in una fortezza, simbolo del potere della sua famiglia. A fine Ottocento due rovinosi incendi hanno determinato il suo restauro, ad opera dell'architetto Jean Chevalley, nella versione che vediamo oggi. Nel 2007, dopo ulteriori lavori di messa in sicurezza, il castello ha riaperto al pubblico ed è visitabile durante la stagione estiva. Curiosa la vicina Cascina L'Ola, raro esempio di tipica costruzione quattrocentesca in legno, e il coevo granaio, dotato di una pregevole serratura gotica merlata che ricorda il profilo di un castello.





MUSEI E LUOGHI D'ARTE



Guida ai musei
della Valle d'Aosta
su lovevda.it

L'**offerta culturale** della Valle d'Aosta comprende anche numerosi **poli museali**, distribuiti sull'intero territorio regionale, spesso allestiti all'interno di edifici storici di pregio, appositamente restaurati per essere restituiti all'uso della collettività, turistica e residente. L'elenco sarebbe troppo lungo ma tanti meritano una visita per "saperne di più" del territorio, della storia, della cultura e della tradizione della piccola regione alpina.

I MUSEI DEL CAPOLUOGO

Siano installazioni permanenti o mostre temporanee, in ogni momento dell'anno ad Aosta è possibile effettuare visite ai musei, per approfondire la conoscenza della storia e della cultura del luogo e di



completare l'esperienza di ricognizione della città.

Il passato preistorico della regione è tracciato tra le arature rituali, i menhir, i dolmen e le stele antropomorfe dell'**AREA MEGALITICA DI SAINT-MARTIN-DE-CORLÉANS**.

Il luogo è ammantato da un profondo fascino esoterico, reso ancora più suggestivo da un percorso museale – 6 m sotto il livello della strada – modulato da una spettacolare illuminazione scenografica. Nel suo percorso ordinato cronologicamente, il **MAR – MUSEO ARCHEOLOGICO REGIONALE** ospita reperti che vanno dal Mesolitico fino alla fine dell'Impero Romano e al periodo medioevale. L'interattività fornita dai supporti multimediali consente di animare molti reperti del museo e di immergersi nella comprensione della storia della città e del territorio.

CASTELLO GAMBA (CHÂTILLON) E L'ARTE CONTEMPORANEA

La struttura del Castello Gamba ospita il **MUSEO DI ARTE MODERNA E CONTEMPORANEA DELLA VALLE D'AOSTA**, dove una mostra permanente accoglie opere di grandi artisti italiani e internazionali dell'Ottocento e del Novecento, quali: Turner, Ashton, Delleani, Maggi, Calderini, Bazzaro, Lupo, Martini, Mastroianni, Manzù, Arnaldo e Giò Pomodoro, Casorati, De Pisis, Carrà, Guttuso, Schifano, Baruchello, Rama e Mainolfi.

Il Castello Gamba è anche teatro di diverse mostre temporanee d'arte.

L'edificio, concepito come abitazione privata, fu progettato all'inizio del Novecento dall'ingegnere Carlo Saroldi per il barone Carlo Maurizio Gamba. Diventò di proprietà della Regione Autonoma della Valle d'Aosta nel 1982. È dotato di un grandioso parco all'inglese, con numerose essenze, molte delle quali monumentali. Di notevole bellezza la fioritura di narcisi e tulipani, in primavera.



CASTELLO DI SAINT-PIERRE E MUSEO REGIONALE DI SCIENZE NATURALI EFISIO NOUSSAN

Il suo profilo è riconoscibile e potrebbe essere confuso con il castello delle fiabe disegnato da Walt Disney. Posto sullo sperone roccioso della località Tache, è citato per la prima volta nella *Carta delle Franchigie* del 1191. Il suo nome è legato ai primi proprietari, la famiglia De Sancto Petro. Passato nelle mani dei Savoia e degli Challant, nel Seicento venne acquistato da Pietro Filiberto Roncas, che lo fece ampliare e trasformare in una sontuosa dimora cortigiana. Nella seconda metà dell'Ottocento divenne

proprietà del barone Emanuele Bollati, che incaricò l'architetto Camillo Boggio per il restauro. Al suo estro si deve la configurazione attuale con l'aggiunta delle quattro torri agli angoli del mastio. Passato nelle mani del Comune di Saint-Pierre, dal 1985 ospita la sede espositiva del **MUSEO REGIONALE DI SCIENZE NATURALI "EFISIO NOUSSAN"**.

Nel 2022, importanti lavori di restauro hanno permesso il riallestimento del museo. Oggi, in un doppio registro di visita, che abbina la storia del castello al museo, le sale mostrano tutta la varietà del patrimonio naturale alpino, contestualizzato nella cultura e nell'ambiente montano della Valle d'Aosta (www.museoscienze.vda.it).



IL FORTE DI BARD E I SUOI MUSEI

Costruita sullo sperone roccioso che ostruisce quasi completamente la valle centrale, occupata quasi esclusivamente dallo scorrere della Dora Baltea, questa fortezza è sempre stata un passaggio obbligato per chiunque attraversasse la regione: per questo motivo nel corso di secoli è stata sfruttata per imporre pesanti balzelli a mercanti e viaggiatori e come punto di salvaguardia dagli eserciti nemici. Memorabile è la strenua difesa che nel maggio del 1800 bloccò l'esercito napoleonico per due settimane: per rivalsa Napoleone lo fece radere al suolo.

La costruzione attuale fu voluta da Carlo Felice nel 1830 e fu terminata nel 1838; avviato al declino dalla fine dell'800, nel 1975 il forte fu dismesso dal demanio militare e fu acquistato dalla Regione Autonoma della Valle d'Aosta nel 1990.

Dopo un lungo restauro, viene aperto al pubblico nel 2006 come polo museale e culturale.

Al suo interno si possono visitare tre musei permanenti. Il **MUSEO DELLE ALPI**, che, con le sue 29 sale, offre la scoperta interattiva del mondo alpino. Il viaggio esperienziale permette di ascoltare il trascorrere delle stagioni, di volare come un'aquila tra le vette, di danzare nella magia

del carnevale tradizionale valdostano, di conquistare una vetta. Nelle **PRIGIONI** si possono vedere le celle in cui venivano rinchiusi i prigionieri ed un percorso multimediale accompagna i visitatori a rivivere la storia del forte.

Il **MUSEO DELLE FORTIFICAZIONI ALPINE E DELLE FRONTIERE** illustra gli apparati difensivi utilizzati nell'arco alpino dai tempi dei Romani fino al Novecento.

TRA ARTIGIANATO E MONDO RURALE

La storia della tradizione in Valle d'Aosta, per il suo radicamento e per le sue peculiarità, occupa diverse postazioni museali su tutto il territorio. Gli oggetti artigianali, nella loro essenza, sono depositari di sapere, creatività e adattamento alla vita. Non solo destinati al mantenimento della memoria, ma anche simbolo dell'intelligenza umana che li ha pensati e realizzati, in un tempo dove la funzione non era legata all'estetica, ma alla praticità d'uso. Materia, forma e gesto sono le chiavi di lettura che accompagnano i visitatori alla scoperta del **MAV – MUSEO DELL'ARTIGIANATO VALDOSTANO DI TRADIZIONE**, a Fénis. Alcune abitazioni rurali del territorio sono esempi significativi della vita in Valle d'Aosta. A Introd, il **MUSEO ETNOGRAFICO MAISON**



BRUIL racconta la vita rurale nel comprensorio del Gran Paradiso. Il percorso di visita permette di comprendere come avveniva la conservazione degli alimenti e presso l'*Atelier du Goût* è allestita una vetrina di prodotti enogastronomici tradizionali, con possibilità di degustazioni. Completa il museo un centro ludico e interattivo dedicato alla filiera del latte.

La **CASA MUSEO BERTON**, a La Thuile, mantiene l'aspetto di una raffinata abitazione montana, oltre ad ospitare una biblioteca con molti libri di storia locale, custodisce suppellettili e mobili tipicamente valdostani. Un videogioco interattivo permette la scoperta della casa museo. A Torgnon, due piccole frazioni compongono il romantico **PETIT-MONDE**, il più completo e complesso ecomuseo della Valle d'Aosta. La mostra permanente "Il labirinto della memoria" anima il luogo, rendendo vivi gli oggetti e le abitazioni rurali



che compongono il sistema, immergendo il visitatore nei tempi lenti del mondo contadino di montagna. Il percorso si completa con la visita al mulino, recentemente restaurato. Per la comprensione della vita in un alpeggio, si consiglia la visita alla **MAISON DE L'ALPAGE** a Valtournenche. A Cogne, il **MUSEO ETNOGRAFICO MAISON GÉRARD-DAYNÉ** è ospitato all'interno di una tipica abitazione rurale in legno e pietra: lo stesso edificio e la sua disposizione interna sono parte integrante del percorso culturale che racconta la "vita di una volta".

*La vita non si misura attraverso
il numero di respiri che facciamo,
ma attraverso i momenti
che ci lasciano senza respiro.*

Maya Angelou



**ESPERIENZE
DA VIVERE**



NELLA STAGIONE INVERNALE

Lo **SCI ALPINO** è una delle attrazioni sportive per le quali la Valle d'Aosta è maggiormente conosciuta. Un numero esemplifica al meglio la sua importanza: 800 Km totali di piste, senza contare gli itinerari fuori pista, una vasta rete di moderni impianti di risalita, comprensori internazionali tra Italia, Francia e Svizzera. **Courmayeur, La Thuile, Aosta-Pila, Cervino Ski Paradise, Monterosa Ski**

sono i comprensori principali per lo sci di discesa ai quali si aggiungono altre località più piccole, ideali per trascorrere il tempo con la propria famiglia. Sono molteplici le possibilità di sciare anche **FUORI PISTA** (freeride). L'adrenalinica disciplina va praticata con attenzione, affidandosi a guide alpine e maestri di sci e seguendo le prescrizioni di legge: nello zaino devono



essere sempre presenti artva, pala e sonda.

Al parco per sciatori **Fun Slope** (Colle Bettaforca – Gressoney-La-Trinité) è possibile mettersi alla prova nel superamento di diversi ostacoli, più o meno impegnativi, ma di grande divertimento: curve paraboliche, gobbe, tunnel... Per gli amanti dello **SNOWBOARD**, sempre alla

ricerca di neve fresca oltre alle forti emozioni, la Valle d'Aosta è la meta ideale: l'area freestyle polivalente dell'**Indian Park** (Breuil-Cervinia) da venti anni scrive la storia di questo sport; gli snowpark **Courmayeur** (Courmayeur), **Castore** (Gressoney-La-Trinité) e **Bordercross** (Torgnon) sono adatti ai rider di tutti i livelli; la musica segna il ritmo della discesa nello snowpark **Areaeiffe** (Pila); gli intrepidi del freeride con lo snowboard non possono non cimentarsi nello snowpark **Espace San Bernardo** (La Thuile). Gli amanti dello **SCI DI FONDO** accedono in Valle d'Aosta a un vero paradiso: sono centinaia i chilometri da percorrere immersi nella natura e nei boschi, circondati da rara bellezza. Tra le località dove trovare piste meravigliose si segnalano: **Val Ferret** (Courmayeur), **Cogne, Saint-Barthélemy, Brusson, Torgnon e Gressoney-Saint-Jean**.

SPORT IN VALLE D'AOSTA



Guida agli sport
della Valle d'Aosta
su lovevda.it

“Sport” e “Valle d'Aosta” sono un **accostamento perfetto**. Il territorio, per la sua naturale conformazione, si presta alla fruizione di molteplici **attività outdoor**, sia invernali che estive, mentre l'evoluzione della tecnologia consente a pubblici sempre più allargati di conquistare emozioni avvincenti e adrenaliniche sensazioni al cospetto di una **Natura mozzafiato**.





NELLA BELLA STAGIONE

Cosa fare in Valle d'Aosta nella bella stagione? La risposta a questa domanda trova un numero inimmaginabile di risposte. Le attività sportive che possono essere praticate sono letteralmente una miriade, dal trekking alla mountain bike, praticabili a tutti i livelli, ad attività specifiche e particolarmente adatte alle caratteristiche del territorio, che trovano qui la loro migliore espressione. È il caso dell'**ALPINISMO**.

I giganti delle Alpi ne rappresentano le storiche mete, attrattori mondiali per questa attività sportiva. Le **PALESTRE DI ROCCIA NATURALE** sono frequentate dai migliori arrampicatori, attratti dalla bellezza del territorio e dall'elevato grado di impegno che alcune di queste richiedono. L'elenco di tutte le palestre e delle vie ferrate, con i relativi percorsi escursionistici, è disponibile online (www.lovevda.it/it/sport/arrampicata). Per la pratica di questi sport si consiglia di affidarsi sempre alle guide alpine professioniste della Valle d'Aosta.

Lo **SCI ESTIVO** è praticabile sul Plateau Rosà, nel comprensorio del Cervino (Breuil-Cervinia). Con 25 km circa di tracciati si colloca tra i più grandi d'Europa. Lo snowpark **Gravity Park**, per gli amanti dello snowboard, è operativo nel periodo estivo. A completare l'offerta turistica

La storia dello **SCI ALPINISMO** è legata al territorio valdostano per l'incanto del paesaggio e per la qualità della neve, presente in innumerevoli aree nelle quali può essere praticato lo sport, oltre che per il **Trofeo Mezzalama**, la maratona dei ghiacciai, nata nel 1933: una delle più antiche e celebri competizioni sciistiche in questa disciplina.

Innumerevoli sono le escursioni praticabili con le **RACCHETTE DA NEVE**, anche organizzabili con guida. Questa pratica sportiva, meno impegnativa dello sci di fondo, permette a chiunque di avvicinarsi alla montagna. Passeggiare in luoghi incontaminati nel silenzio della neve può rappresentare la migliore forma di evasione dallo stress lavorativo.

Oltre a tutti gli sport che si praticano su neve fresca, la Valle d'Aosta offre diverse **ATTIVITÀ SU GHIACCIO**: ice climbing, hockey, short track, curling e pattinaggio. Le piste di pattinaggio su ghiaccio sono

dislocate in diversi comuni valdostani, sia negli impianti sportivi permanenti (il Courmayeur Sport Center ad esempio) sia su laghi naturali temporaneamente ghiacciati, come a Gressoney-Saint-Jean, o a Brusson e Verrayes, su apposita piattaforma, che ampliano l'offerta nell'alta stagione turistica.

Suggestiva, nel pieno dell'inverno, la pratica dell'**ARRAMPICATA SU GHIACCIO** (ice climbing) sulle diverse cascate della regione. A Courmayeur e Breuil-Cervinia è possibile accedere anche alla pratica dello **SLEDDOG**, ovvero condurre una muta di cani da slitta sulla neve. Nei due centri sono possibili anche attività di gruppo e con bambini. Escursioni in motoslitta, snowkite e heliski completano la vasta gamma delle attività che la Valle d'Aosta offre sulla neve.

Sci nordico



di una vacanza sulla neve, la **Grotta di ghiaccio**, una delle meraviglie delle Alpi che si estende tra il Piccolo Cervino e il Breithorn, dove è possibile ammirare un nutrito insieme di sculture artistiche in ghiaccio e le caratteristiche proprie di un ghiacciaio (accesso consentito con guida alpina). Nelle acque della Dora Baltea e in alcuni torrenti alpini della Valle d'Aosta si praticano rafting, hydrospeed, canyoning, kayak e canoa. Il **RAFTING** prevede la discesa di un fiume su un gommone (raft). Le acque agitate e i vari dislivelli dei torrenti valdostani regalano forti emozioni ai naviganti che, con l'ausilio di una guida specializzata, remano con vigore, per non cedere agli ostacoli del



percorso. Lo sport è molto appassionante ed esistono diversi livelli di difficoltà. Il divertimento è assicurato, se non si cade in acqua!

Il rafting è praticato ad Arnad (dotato anche di un centro formazione agonisti), Aive, Aymavilles, La Salle, Morgex, Pré-Saint-Didier e Villeneuve.

IL TORRENTISMO

(o canyoning) prevede la discesa a piedi di un torrente seguendone il suo percorso verso valle, calandosi con delle corde o semplicemente lasciandosi scivolare lungo le strette forre naturali formate dall'erosione dell'acqua, protetti da muta e casco. È uno sport che permette il contatto diretto con la natura, spesso in luoghi incontaminati e di grande fascino. In Valle d'Aosta è praticato sul torrente Fer a Donnas, Pacoulla e Bouro a Fontainemore, Chalamy a Champdepraz.

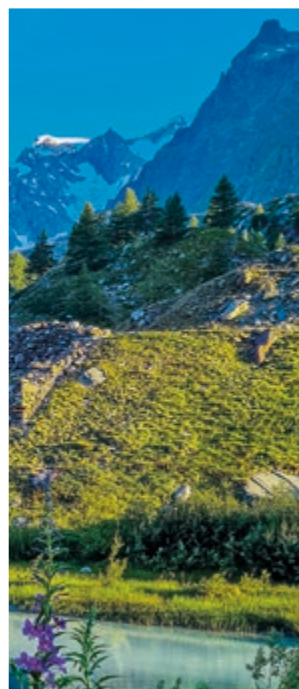
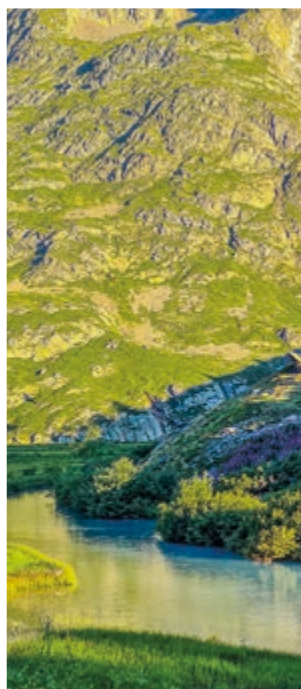
La **PESCA SPORTIVA** è regimentata da regole ferree, da un calendario ittico e da una apposita mappa, che indica tutti i corsi d'acqua, laghi e laghetti nei quali è possibile praticare questo sport (www.lovevda.it/it/sport/pesca). Molte delle riserve di pesca del territorio sono "no kill", ovvero prevedono il rilascio obbligatorio del pescato. La conformazione del territorio e gli ampi spazi alpini hanno consentito la creazione di diversi campi da **GOLF** su tutto il territorio. Il Golf Club del Cervino (Breuil-Cervinia) ha aperto i battenti nei primi anni

cinquanta del secolo scorso e gestisce uno dei circuiti più alti in Europa; si sviluppa in 18 buche sotto la Gran Becca. Il Golf Club Aosta Brissogne, il Golf Club Aosta Arsanières e il Golf Club Courmayeur et Grandes Jorasses sono composti da 9 buche. Il Campo da Golf Gressoney Monte Rosa è dotato di 12 buche con vista sulla catena del Monte Rosa.

Il **TREKKING A CAVALLO** è un'esperienza particolare che consente di godere appieno delle bellezze paesaggistiche della Valle d'Aosta. Diversi sono i centri sul territorio che offrono la possibilità di lunghe passeggiate e di esplorare luoghi incantati.

Divertimento assicurato nei **PARCHI AVVENTURA**, dove adulti, bimbi e ragazzi possono confrontarsi con la natura e con le proprie capacità, tra ponti tibetani, carrucole e percorsi a tema. Spesso utilizzati dalle aziende per fare *team building*, i parchi avventura in Valle d'Aosta sono nove e sono distribuiti sull'intero territorio regionale (www.lovevda.it/it/sport/parchi-avventura).





Escursionismo
in Valle d'Aosta
su lovevda.it

SCOPERTA E AVVENTURA

La **rete sentieristica** è il fiore all'occhiello della Valle d'Aosta. Gli innumerevoli tracciati interessano tutto il territorio, dal fondovalle alle alte vette alpine. Il percorrerli, sia a **pie di** che in **mountain bike**, consente all'uomo di entrare in stretto contatto con la natura e di fondersi con essa.

Adrenalina e relax si alternano in Valle d'Aosta per regalare ai turisti un **saliscendi di emozioni**. Esperienze uniche, che lasciano il segno, per tutti i gusti, interessi ed età!

TREKKING

Si estendono per oltre 5.000 km i percorsi valdostani per il trekking. Tutti i percorsi sono catalogati e mappati su carte topografiche disponibili sul portale **geonavigatore** (mappe.regione.vda.it/pub/geosentieri), con tracce GPS costantemente aggiornate, scaricabili direttamente sui dispositivi elettronici. I percorsi sono tutti indicati da segnaletica di tipo verticale, ovvero da pali con cartelli di colore giallo nei quali sono riportati il numero o la sigla del sentiero, il toponimo della località da raggiungere, l'altitudine della destinazione, il tempo di marcia e la difficoltà del tracciato (dal più facile al più difficile: T= turistico, E= escursionistico privo di difficoltà tecniche, EE= per esperti, EEA= per esperti con uso di specifica



attrezzatura). Lungo il percorso è inserita segnaletica orizzontale, ovvero simboli in vernice gialla con l'acronimo alfanumerico dell'escursione. Presso gli uffici del turismo si possono acquistare le carte escursionistiche 1:25.000 delle diverse vallate/aree geografiche e ritirare opuscoli



gratuiti per le passeggiate facili. L'offerta di **RIFUGI** e **BIVACCHI** in quota è di tutto rispetto; che siano la meta di una gita di giornata o il punto di sosta di un itinerario escursionistico di più giorni, essi offrono un'ospitalità calorosa e genuina, cucina del territorio e preziosi insegnamenti sulla montagna e sul modo di viverla con rispetto. Alcuni itinerari escursionistici e cammini hanno fatto la storia della Valle d'Aosta e possono rappresentare l'obiettivo di un viaggio in questa regione. Vediamone alcuni.

LE ALTE VIE

Sono due le Alte Vie della Valle d'Aosta.

Detta anche la **VIA DEI GIGANTI**, l'Alta Via numero 1 (segnavia ) unisce i massicci del Monte Rosa, del Cervino e del Monte Bianco. Sulla sinistra geografica della Dora Baltea, da Donnas a Courmayeur, in 17 tappe, permette di accedere a una mirabile successione di paesaggi alpini, accostandoli ad alpeggi, a tipiche costruzioni Walser e a diverse bellezze architettoniche.

L'Alta Via numero 2 (segnavia ) – detta anche **ALTA VIA NATURALISTICA** – attraversa il territorio del Parco Nazionale del Gran Paradiso e del Parco Regionale del Mont Avic. Sulla destra geografica della Dora Baltea, da Courmayeur a Donnas, in 14 tappe, gli escursionisti potranno ammirare da vicino le ricchezze naturalistiche valdostane. I due percorsi, insieme, danno

origine al **GIRO DEI GIGANTI**, trekking ad anello che attraversa tutta la Valle d'Aosta e sul quale si disputa il celebre endurance trail **TOR DES GÉANTS**, che richiama ogni anno trailer da tutto il mondo.

I TOUR INTERNAZIONALI

Il **TOUR DEL MONTE BIANCO** si articola in un percorso circolare di 170 km, avviluppato intorno al massiccio del Monte Bianco (www.autourdumontblanc.com). Il **TOUR DEL MONTE ROSA** è suddiviso in 9 tappe, per una lunghezza totale di circa 150 km. È possibile iniziare il percorso partendo da Zermatt, in Svizzera (www.tmr-matterhorn.ch). Il **TOUR DEL CERVINO** permette di ammirare la bellezza del Cervino sotto tutte le angolazioni, in 9 tappe, attraversando 6 diverse



valli, la loro cultura e le loro connotazioni paesaggistiche (www.tourducervin.ch). Di rifugio in rifugio, in circa 7 giorni di cammino, è possibile compiere il **TOUR DEL GRAND COMBIN**, consigliato agli escursionisti allenati (www.tourdescombins.ch).

IL CAMMINO BALTEO

Il modo migliore per conoscere la Valle d'Aosta è quello di attraversarla a piedi lungo il **CAMMINO BALTEO** (segnavia ). Sviluppato ad anello in 23 tappe, per circa 350 km di lunghezza, attraversa l'intera Valle d'Aosta rimanendo a bassa e media quota (altitudine compresa tra i 350 e 1.900 metri). Il percorso, sfruttando le mulattiere e l'antica viabilità agricola di mezza costa, unisce 40 comuni e attraversa borghi, villaggi rurali, chiese, santuari, castelli, case-forti, immersi in un variegato paesaggio che alterna boschi e pascoli a rigogliosi orti e raffinati vigneti. Un cammino lento,



che diventa un viaggio nella storia e nella cultura più autentica della Valle d'Aosta. Tutte le informazioni ed i tracciati del Cammino Balteo sono disponibili sul sito balteus.lovevda.it. La guida è in vendita presso gli uffici del turismo.



LA VIA FRANCIGENA (SEGNAVIA 103)

L'antico percorso dei pellegrini, che da Canterbury portava a Roma, si snoda in Valle d'Aosta in 5 tappe per una lunghezza complessiva di circa 90 Km, attraversando 20 comuni. La partenza è al Colle del Gran San Bernardo, che rappresenta anche l'ingresso della **VIA FRANCIGENA** in Italia, dal quale si discende verso Aosta, per poi procedere lungo la valle centrale fino a Pont-Saint-Martin.

BICICLETTA E MOUNTAIN BIKE

La Valle d'Aosta è anche terra di elezione per la pratica di tutti gli sport che vedono l'utilizzo delle due ruote. Dal ciclismo su strada, ripercorrendo le mitiche salite che hanno visto il passaggio di diversi Giri d'Italia e qualche Tour de France, alla mountain bike, dal downhill al freeride e al cross country. Le biciclette con pedalata assistita, noleggiabili in tutte le località turistiche, consentono oggi, anche ai meno allenati, di godere di percorsi suggestivi, immersi nella natura.

La presenza di **bike park** completa l'offerta, soddisfacendo gli amanti del freeride e del downhill, alla ricerca del divertimento. La **MTB NATURAL TRAIL AREA DI LA THUILE**, con i suoi oltre 220 km di percorsi, è raggiungibile dalla seggiovia che parte dal paese. Spesso teatro di manifestazioni internazionali, è ideale per professionisti e principianti. Il **BIKELAND DI PILA** conta una decina di

tracciati di diversa difficoltà – tutti codificati con consona segnaletica – per mountain bike. Tra questi anche il percorso della **Désarpa Bike**: 15 km di pista, con un dislivello di circa 2.200 m, che dal Couis 1 portano fino in città, ad Aosta (pila.it/bike-park). Tra i pascoli e i ghiacciai perenni del Plateau Rosa, si sviluppa il **BIKE PARK DEL CERVINO**, con oltre 100 km di percorsi. Pendenze da record, passerelle, wall ride ne fanno uno dei luoghi più amati dai bikers di tutto il mondo, che ogni anno si confrontano nella "Maxiavalanche", specialità Enduro.

Bicicletta e MTB
su lovevda.it



TRAVERSATE SOSPESE SUI GHIACCIAI

Arrivare in vetta non è per tutti. Ci vuole allenamento, preparazione e costanza, ma la tecnologia e l'ingegneria contemporanea aiutano e permettono l'accesso ad emozioni ritenute impossibili fino a qualche decennio fa. Una delle esperienze più forti che si possono provare in Valle d'Aosta è quella di salire sulla **SKYWAY MONTE BIANCO** (www.montebianco.com): un viaggio verso il cielo che porta fino a Punta Helbronner (3.466 m), nel cuore del massiccio del Monte Bianco, dove dalla terrazza panoramica si può godere di una vista mozzafiato a 360° sulle Alpi Occidentali e toccare il cielo con un dito. L'impianto funiviario, che collega Courmayeur a Punta



Helbronner, rappresenta un vero e proprio gioiello del *Made in Italy* e della capacità avanzata di costruzione di funivie degli italiani. La forma avveniristica delle cabine permette di vivere la risalita ammirando il paesaggio. Skyway è strutturata in tre stazioni in vetro e acciaio: Courmayeur/The Valley (1.300 m), Pavillon/The Mountain (2.173 m) e Punta Helbronner/The Sky (3.466 m). L'esperienza vale in assoluto il viaggio in Valle d'Aosta: arrivare sulla vetta del tetto d'Europa è una delle emozioni da provare nella vita. E se il tempo non fosse clemente, la Sala Monte Bianco riproduce fedelmente lo scenario che si godrebbe se la visuale fosse libera. In estate, da Punta Helbronner si può raggiungere l'Aiguille du Midi in Francia, attraverso una telecabina sospesa sul

ghiacciaio **Mer de Glace**, che toglie letteralmente il fiato. La recente costruzione della funivia **MATTERHORN ALPINE CROSSING** (www.matterhornparadise.ch) consente il collegamento tra Breuil-Cervinia (Italia) e Zermatt (Svizzera). Un viaggio a tappe, fruibile anche dai non sciatori, che realizza quello che fino a pochi decenni fa era considerato un sogno. Dalle sue cabine si può apprezzare pienamente la bellezza del Cervino. Il nuovo tratto (operativo dall'estate 2023) collega Testa Grigia-Plateau Rosà al Piccolo Cervino (Matterhorn glacier paradise), attraverso l'avveniristica "tre funi" più alta d'Europa, che sarà in grado di trasportare 2000 persone all'ora. Plateau Rosà si raggiunge da Breuil-Cervinia, attraverso l'impiego di due funivie e di una telecabina.



A GUARDAR LE STELLE

Siamo stelle che guardano altre stelle, affermava l'astronomo Carl Sagan circa la passione che accomuna gli uomini che da sempre amano scrutare il cielo notturno. La piana di Saint-Barthélemy (1.675 m), a Nus, ha caratteristiche tali da renderla luogo eletto per l'osservazione delle stelle. Dal 2003 è sede dell'**OSSERVATORIO ASTRONOMICO DELLA REGIONE VALLE D'AOSTA**.

Il basso inquinamento luminoso e la scarsa turbolenza atmosferica permettono agli scienziati dell'osservatorio di compiere ricerche scientifiche di valenza nazionale e internazionale. Oltre ad una vasta serie di eventi, sono attivi percorsi didattici per la comprensione dell'astronomia, come l'atelier di robotica educativa e i laboratori di astrobiologia e spettrografia, oltre alla moderna stampa 3D. A Lignan, nelle vicinanze dell'osservatorio, si trova anche il planetario con percorsi didattici e stupefacenti animazioni video sulla comprensione dei misteri

dell'universo. Il planetario è dotato di un sistema di proiezione digitale 4K di ultima generazione, con sorgente di luce laser al fosforo, che garantisce una qualità video iperrealistica. La località è diventata il primo **Starlight Stellar Park italiano**, ovvero uno dei pochi siti mondiali – riconosciuti dall'Unesco – che offre una spettacolare vista, anche a occhio nudo, della volta stellata.

Vai al sito
dell'Osservatorio



EMOZIONI IN VOLO

Il volo è da sempre un grande desiderio umano. In Valle d'Aosta sono molteplici le esperienze che prevedono il contatto diretto con l'aria. Il **volo in mongolfiera** è una delle attrazioni del territorio. Elevarsi in quota fino a 2.000 metri per guardare dall'alto la valle, "a tu per tu" con le montagne più alte d'Europa, è un regalo; l'esperienza può prevedere anche un brindisi con servizio fotografico incluso. Con il **parapendio** la sensazione di libertà è massima. Un volo in tandem con un pilota esperto e certificato dall'Aeroclub d'Italia su un parapendio bi-posto, consente di lanciarsi in sicurezza e di godersi la discesa, ammirando il paesaggio da una prospettiva diversa. L'emozione è assicurata! L'attività è adatta a tutte le età.



IL BENESSERE IN MONTAGNA

Immersi nell'acqua termale, all'aperto, in mezzo alla neve, guardando il sole tramontare sulle montagne: questo è il relax in Valle d'Aosta! A **PRÉ-SAINT-DIDIER** le acque termali sgorgano da una grotta ai piedi dell'orrido della Dora di Verney. Le proprietà delle sue acque erano note già al tempo dei Romani. Lo stabilimento risale al 1834 e fu centro di attrazione per oltre 150 anni, ospitando reali e personaggi illustri. Oggi, dopo un accurato restauro, oltre alle tre piscine termali esterne e alle saune ricavate in baite di legno con vista sulla catena del Monte Bianco, offre un percorso benessere molto strutturato. Le **Fons Salutis** di **SAINT-VINCENT** hanno proprietà curative e sono convenzionate con il sistema sanitario nazionale

NELLE VISCERE DELLA TERRA

La Valle d'Aosta è terra ricca di minerali: rame, magnetite, manganese, ma anche oro e argento. Sfruttati sin dall'antichità, i giacimenti minerari hanno conosciuto una florida attività estrattiva nel XIX e fino alla metà del XX secolo. Successivamente, l'attivazione di siti minerari esteri economicamente più competitivi ha portato al termine dell'attività estrattiva in Valle d'Aosta. Oggi le miniere sono state trasformate in attrazioni di "archeologia industriale", nelle quali avventurarsi alla scoperta del mondo sotterraneo. Alcune porzioni delle gallerie sono state messe in sicurezza e oggi rappresentano le porte di accesso per un'incredibile discesa nelle viscere della terra.

Il **CENTRO ESPOSITIVO DEL PARCO MINERARIO DELLA VALLE D'AOSTA** si trova a Cogne, lungo la strada per Gimillan. Oggi nota come centro turistico, all'inizio del Novecento, Cogne era la città dei minatori. Ne ospitava almeno 400 nel villaggio di Colonna (2.425 m). Di quella storia oggi rimane un percorso espositivo, quale centro di memoria: il *villaggio dei minatori*. Tra innovazione e passato, nell'esposizione si coniugano le moderne tecnologie multimediali con le antiche testimonianze ed il visitatore ha modo di rivivere la vita di un minatore.

Dal centro espositivo è possibile raggiungere a piedi o in mountain-bike la località di Costa del Pino, dove si ha accesso alla miniera. Un trenino d'epoca permette di addentrarsi nella montagna per 1,5 km e da qui può iniziare, sotto la guida di personale esperto, l'esplorazione delle vecchie gallerie della miniera (www.minieredicogne.it). A Saint-Marcel è ubicato il **SITO MINERARIO DI SERVETTE**, di rilevante interesse scientifico e storico. Il luogo era già stato sfruttato dai Romani per l'estrazione della pirite. Durante la prima metà del Novecento, i suoi giacimenti erano sfruttati per l'estrazione dello zolfo dalla pirite. Oltre alla miniera, il sito conserva ancora notevoli esempi di archeologia



industriale, come alcune porzioni della teleferica di trasporto e i forni fusori. Il sito minerario, che si raggiunge in mezz'ora di cammino a piedi partendo dall'area picnic di Les Druges (1.594 m), prevede la visita a due gallerie. In località Prélaz, all'interno del municipio di Saint-Marcel, trova collocazione il centro di documentazione **VIVIMINIERA** relativo al sito minerario di Servette. La **MINIERA D'ORO DI CHAMOUSIRA FENILLAZ** si trova a Brusson, in Val d'Ayas. È la più importante miniera d'oro nativa della Valle d'Aosta. La sua storia parte ad inizio Novecento, con alterne fortune sui ritrovamenti. È la meta ideale per famiglie con bambini che vanno alla ricerca di nuove avventure. La visita alla miniera si svolge con una guida esperta lungo un percorso storico emozionante, alla ricerca dell'oro. La moderna terrazza all'uscita della miniera fa comprendere quale possa essere stato il contesto industriale di lavorazione dei materiali estratti.



ATTRATTORI SPECIALI PER I PIÙ CURIOSI

A Perloz, tra granaia, rascard e fienili, il piccolo villaggio di **CHEMP** ospita la collezione di sculture di Giuseppe "Pino" Bettoni, che con le sue opere ha arredato l'intero villaggio trasformandolo in una galleria d'arte a cielo aperto. Arte e natura trovano un rinnovato connubio in **CHALLAND ART** a Challand-Saint-Victor: lo spazio naturale diventa il luogo entro il quale l'artista interagisce per creare la sua opera d'arte.

Nel tratto di sentiero (n. 12) che collega il Lago di Villa al Col d'Arlaz, si sviluppano 16 opere d'arte create con i materiali naturali del luogo. A **EVE-VERDA** (Saint-Marcel) è la stessa natura a colorare un ruscello: il sottostante minerale crea un effetto "turchino" suggestivo e quasi magico.

In **VALMERIANA** (Pontey) è l'antica arte di ricavare macine dalla pietra a definire un percorso unico nel suo genere. Le rocce alle pendici del monte Barbeston erano utilizzate per la costruzione di macine da granaglie o per la fabbricazione di pentole e oggetti da cucina in pietra ollare. Molte macine rimaste abbozzate danno origine all'artistica "strada del sole".

A **LA MAGDELEINE**, lungo il corso d'acqua che si sviluppa alle pendici del monte Tantané, il **SENTIERO DEI MULINI** testimonia la capacità

di moltiplicare un'unica risorsa per il funzionamento seriale di otto mulini ad acqua. I manufatti sono stati restaurati e tre di essi sono tornati alla loro funzione primitiva. La visita guidata offre la possibilità di conoscere uno spaccato significativo della vita contadina.



per la cura delle malattie dell'apparato digerente e respiratorio. Accanto all'area di cura si sviluppa un'ampia area benessere, con vasche interne e due vasche esterne, di cui una affacciata sul fondovalle. A Champoluc, in Val d'Ayas, si trova il complesso **MONTEROSATERME**, ospitato in una moderna struttura con vista sul massiccio del Monte Rosa. Su tutto il territorio valdostano diverse strutture ricettive sono dotate di accoglienti **CENTRI BENESSERE** in stile alpino, alcuni dei quali aperti ai visitatori esterni.



Per ulteriori informazioni



*Conoscere la cucina di un luogo
e mangiare i prodotti di quel luogo
significa vivere il territorio.
Mangiare è incorporare un territorio.*

Jean Brunhes



BUONO A SAPERSI



Il territorio
si racconta



PRODOTTI DEL TERRITORIO

Una delle prime immagini storiche che ritraggono la varietà ortofrutticola e gastronomica della Valle d'Aosta è contenuta nel porticato del Castello di Issogne. La testimonianza rivela quanto la **tradizione agricola** si sia radicata nel corso dei secoli, portando ai giorni nostri **eccellenze** conosciute anche a livello internazionale. I prodotti enogastronomici della Valle d'Aosta sono inconfondibili **figli delle sue montagne**. Allo stesso modo **l'artigianato** rivela il legame imprescindibile con il territorio e con i materiali in esso reperibili.

FORMAGGI

La regina dei formaggi valdostani è la **FONTINA DOP**. Ogni sua forma è marchiata dall'inconfondibile profilo del monte Cervino, segno grafico del marchio DOP. È – da disciplinare – “un formaggio grasso a pasta semicotta, fabbricato con latte intero di vacca appartenente alla razza valdostana (pezzata rossa, pezzata nera, castana), proveniente da una sola mungitura”. Se ne producono più di 350.000 forme ogni anno, con il latte proveniente da più di 700 allevamenti. A Valpelline è stato istituito il **Museo della Fontina** che consente la visita allo spettacolare magazzino per la stagionatura, ricavato all'interno delle gallerie di un'antica miniera di rame (www.fontina-valledaosta.it). La Fontina d'alpeggio è la variante più ricercata; ogni



anno, in autunno, il premio *Modon d'Or* incorona i migliori produttori di Fontina d'alpeggio. Per la produzione del **VALLE D'AOSTA FROMADZO DOP**, invece, si usa il latte di due mungiture, proveniente da quattro comuni della Val d'Ayas, parzialmente scremato, al quale si possono aggiungere una piccola quantità di latte caprino e eventualmente semi di cumino, finocchio selvatico o bacche di ginepro. “Fromadzo” in patois significa formaggio. La **TOMA DI GRESSONEY** è un formaggio da tavola degli alpeggi della valle del Lys e del centro valle. La sua produzione è limitata a poco più di un migliaio di forme all'anno, stagionate per due o quattro mesi su assi di legno, in grotte o cantine. La rosa dei prodotti caseari valdostani si completa con: il **SALIGNÖN**, una particolare ricotta cremosa speziata e piccante, servita come antipasto in abbinamento

alle *miasse*, tipici rettangoli di farina di mais; il **REBLEC**, formaggio fresco spesso servito zuccherato come dessert con cannella; il **SÉRAS**, una tipica ricotta; il **BURRO**. Conclude l'elenco la **BROSSA**, una crema di latte servita con la polenta: un tempo cibo povero, oggi apprezzata e rinomata in molti ristoranti e agriturismi.

SALUMI

Gli aromi delle *erbe di montagna* e la stagionatura da 12 a 30 mesi sul fieno sono alla base del **VALLÉE D'AOSTE JAMBON DE BOSSES DOP**, prodotto a Saint-Rhémy-en-Bosses (1.632 m). Nello stesso comune, la seconda domenica di luglio, è organizzata una sagra in suo onore. Il prosciutto è documentato dal 1397, nell'ospizio del Gran San Bernardo. Venne molto apprezzato da Napoleone Bonaparte, tanto che oggi ogni prosciutto crudo è marchiato con la forma del suo cappello.





La quarta DOP della Valle d'Aosta è il celebre **LARDO DI ARNAD (VALLÉE D'AOSTE LARD D'ARNAD DOP)**. Il salume si ottiene dalla squadratura della schiena del maiale, fatta maturare per almeno tre mesi nei *doil* recipienti in legno di castagno o di rovere, ricoperta di spezie, erbe aromatiche di montagna e sale. È un salume di nicchia, prodotto esclusivamente in quattro salumifici.



Un impasto di lardo di maiale, patate, barbabietole rosse, aromi, vino e sangue bovino o suino è la base di preparazione del **BOUDIN**, un insaccato tipico valdostano. Non manca mai sui taglieri la **SAOUSEUSSE**, il più tradizionale degli insaccati valdostani a base di carne trita di bovino di razza valdostana e lardo di maiale, miscelata a sale, pepe, aglio, chiodi di garofano, cannella e noce moscata. La **MOTZETTA** viene preparata con tagli di carne (di bovino, cervo, camoscio o cinghiale) compatti e poco grassi, lasciati macerare con un mix di sale e erbe aromatiche di montagna, per poi essere stagionati. Tagliata a fette sottili e servita con il tipico pane di segale è un prelibato antipasto. A Gignod è prodotto il **TETEUN**, un particolarissimo salume cotto, ottenuto delle mammelle delle bovine autoctone valdostane. A Saint-Oyen si produce il tipico prosciutto cotto alla brace – **JAMBON ALLA BRACE DI SAINT-OYEN** – entrato a far parte dei prodotti agroalimentari tipici d'Italia.

FRUTTA

Nel settore delle produzioni agricole, la Valle D'Aosta si contraddistingue per la coltura di due varietà di mele: la **MELA RENETTA**, dalla polpa molto profumata e con la buccia rugosa e puntinata, particolarmente adatta per essere impiegata in cucina (torte e frittelle), e la croccante **MELA GOLDEN DELICIOUS**. Diffusa anche la coltivazione di **PERE MARTIN SEC**, antico e piccolo frutto adatto a confetture, succhi e alla preparazione delle pere cotte nel vino. Castagni e noci trovano una conformazione ambientale ideale per offrire prodotti di grande qualità. La **CASTAGNA** fino alla metà del Novecento ha rivestito un'importanza primaria nell'alimentazione delle popolazioni di montagna, tanto da essere ingrediente primario per la preparazione di molte specialità valdostane. Dalle **NOCI** viene ancor'oggi estratto un olio dall'aroma particolare, con cui insaporire carni crude e stagionate.

PRODOTTI TIPICI E SPECIALITÀ GASTRONOMICHE

Il principale prodotto tipico valdostano è il **PANE NERO**. Arrivare in un piccolo borgo montano, trovare un forno acceso che sprigiona il profumo del pane in cottura è una delle migliori feste che si possono vivere in Valle d'Aosta. Simbolo della tradizione, il pane nero è preparato con una miscela di farine (segale e frumento) e lievito madre. Può essere anche aromatizzato con uvetta, noci o castagne. La **MICÓOULA** è un pane di segale e frumento, castagne e uvetta – presidio Slow Food – che si prepara a Hône soprattutto nel periodo natalizio; il **MÉCOULIN**, un pane dolce della tradizione di Cogne, unisce alla farina di frumento le uova, il burro e l'uvetta bagnata nel rum; la **FLANTZE**, è un pane integrale arricchito con un po' di burro, uvetta e frutta secca. Il pane è un ingrediente fondamentale per la preparazione di

molti piatti tipici. Una volta considerati piatti poveri, testimoni di una tradizione contadina difficile, oggi sono rinomate prelibatezze, servite in molti ristoranti e rifugi: la **FAVÒ DI OZEIN** (con pane, pasta, fave fresche e Fontina DOP), la **SEUPETTA DI COGNE** (servita caldissima, appena tolta dal forno, in una terrina di coccio; è a base di pane, riso, burro fuso e Fontina), la **SEUPA À LA VAPELENTSE** (pane, Fontina, burro e brodo di cavolo verza). Mutuati dalla cultura walser, tra i primi piatti gli **CHNÉFFLÈNE** sono una sorta di piccoli gnocchetti conditi con cipolla stufata nel burro. Nella cucina tradizionale valdostana occupa primaria importanza la **POLENTA**, condita con vari sughi o nella versione "concia", arricchita con burro e Fontina. Il **MIELE** valdostano, oltre che millefiori, è commercializzato nelle declinazioni rododendro, castagno, tarassaco e tiglio, in base alla prevalenza di fiori durante il periodo di raccolta delle api. Al miele è dedicata una sagra, a Châtillon, l'ultima



domenica di ottobre. Non si può lasciare la Valle d'Aosta senza avere con sé una confezione di **TEGOLE**, il dolce biscotto della tradizione. I sottili dischi sono realizzati con nocciole, zucchero e albume d'uovo. Ottimi accostati alla golosa e aromatica **CREMA DI COGNE**. Dalla cucina walser, le **KANOSCHTRELLE** sono delle cialde croccanti, particolarmente indicate con la panna o il gelato. A carnevale sono preparate le **CHIECHENÉ**, simili alle bugie, con la sostanziale differenza dell'aggiunta di grappa nell'impasto. Nei distillati primeggiano la **GRAPPA**, la più tipica tradizione alcolica di montagna e il **GÉNÉPY**, che nasce da una selezione di erbe di montagna, tra le quali l'artemisia. Ogni convivio o festa non può finire che con il **CAFFÈ ALLA VALDOSTANA**, bevuto nella tradizionale coppa dell'amicizia. La ricetta è semplice: caffè, grappa, zucchero, zeste di arancio e limone. La ritualità ha precisi passaggi che possono essere appresi partecipando alla condivisione!



VITICULTURA EROICA

La cultura della vite, in Valle d'Aosta, ha radici storiche importanti, con significative testimonianze in diverse aree archeologiche.

La pendenza del territorio ha portato gli uomini a realizzare terrazzamenti sostenuti da muretti a secco per poter coltivare le viti. Il paesaggio vitivinicolo valdostano è fortemente caratterizzato, simbolo di un'eroica capacità di adattamento alle situazioni orografiche e climatiche.

Le scarse precipitazioni, le forti escursioni termiche tra giorno

e notte e la ventilazione consentono lo sviluppo di aromi peculiari.

I vini valdostani sono riuniti in un'unica DOC: *Valle d'Aosta – Vallée d'Aoste*, declinata in sette sotto-denominazioni di area e diverse tipologie di vinificazione. Tra i vini rossi: Torrette, Enfer d'Arvier, Arnad-Montjovet, Pinot Noir, Fumin, Cornalin, Mayolet, Nus Rouge, Vuillermin e Gamay. Tra i vini bianchi: Blanc de Morgex e La Salle, Petite Arvine, Chardonnay, Müller Thurgau, Muscat del Chambave o Petit Grain, Pinot Gris e Nus Malvoisie. Il *Valle d'Aosta Donnas DOC* è un



vino importante detto anche "fratello montano del Barolo", prodotto da uve Nebbiolo. Lo spumante metodo classico *Cuvée des Guides* è affinato presso la Cave Mont Blanc, presso la stazione intermedia della Skyway Monte Bianco.

Vini della
Valle d'Aosta



TRADIZIONE, ARTIGIANATO E EVENTI

L'artigianato valdostano racchiude in sé la storia e la tradizione della regione. Legno, lana, canapa, ferro, cuoio e pietra ollare sono i materiali sui quali ancora oggi si costruisce e si rinnova la tradizione del *made in Valle d'Aosta*. La scultura del legno, nata come attività complementare nei periodi di riposo dalle attività agricole durante la stagione invernale, è una delle professioni artigianali più diffuse nella regione. Oltre ad oggetti intarsiati di uso pratico, è florida la realizzazione di sculture artistiche, scene di vita familiare, fauna alpina, oggettistica. La pietra ollare, una roccia omogenea e

compatta di colore verde, è nota per essere facilmente lavorata. Intagliata o scolpita, viene utilizzata per la creazione di sculture, piatti, recipienti e stufe.

La lavorazione del cuoio, già diffusa al tempo dei Romani, si è adeguata alle tendenze della moda, proponendo anche oggetti legati alla tradizione contadina folkloristica, come i collari per il bestiame da sfoggiare durante la *Désarpa* (transumanza). Molto ricercati dal mercato anche gli oggetti in ferro battuto, sia artistici che di uso pratico. L'artigianato tessile valdostano si esprime in diverse eccellenze di alto valore: i pizzi al tombolo, il *drap* (tessuto grezzo d'arredamento in lana di pecora lavorato al telaio) e il tessuto di canapa (realizzato ancora su

telai manuali). Attiva anche la produzione di *vannerie*, ovvero di cesti e gerle, utilizzando strisce di legno intrecciato di salice o nocciolo.

L'artigianato trova nella **FIERA DI SANT'ORSO** (la *Saint Ours*) un punto di riferimento.

Di origine medioevale con oltre mille anni di storia, è una



tra le fiere più antiche d'Italia. Si svolge ad Aosta il 30 e il 31 gennaio di ogni anno. Molto frequentata, oggi è anche un evento enogastronomico dedicato alla promozione dei prodotti tipici. La prima giornata prosegue fino a tarda notte con la *Veillà* (veglia), ovvero con appuntamenti musicali lungo le vie del centro storico, balli tradizionali e canti in allegria (www.lasaintours.it). Dal 1969, il primo sabato di agosto, si celebra anche la versione estiva della manifestazione, la **FOIRE D'ÉTÉ**.

La Fiera di Sant'Orso si svolge anche nel borgo medievale di Donnas, nella terza domenica di gennaio: denominata "la petite Foire" per le dimensioni più contenute, è preceduta, alla sera del venerdì, dalla *Veillà*, percorso enogastronomico nelle cantine del borgo (www.fierasantorsodonnas.it). Grande fascino rivestono le feste legate al Carnevale, sovente accostate a rievocazioni storiche. Il **CARNEVALE DI VERRÈS** (www.carnevaleverres.it), legato alle vicende di Caterina di Challant, ha il suo clou all'interno del castello. Il **CARNEVALE DI POINT-SAINT-MARTIN** (www.carnevalepsm.it) rievoca la sconfitta dei Salassi per opera dei Romani e alcune leggende locali. Dopo quattro giorni di sfilate e festeggiamenti, la sera del martedì grasso la manifestazione si conclude

con l'abbruciamento della figura del diavolo, appesa sotto lo storico ponte, e con uno spettacolo piromusicale.

Il **CARNEVALE DELLA COUMBA FRÈIDA**, che si svolge in alcuni comuni dell'area Gran San Bernardo, mette in scena coloratissime maschere tradizionali, le *landzette*, con l'intento benaugurale di scacciare gli spiriti maligni. Le **BATAILLE DE REINES** determinano ogni anno la bovina regina della Valle d'Aosta. Di domenica in domenica, come fosse un vero e proprio campionato, dalla primavera all'autunno, partendo dalla naturale vocazione che determina la gerarchia all'interno della mandria, gli allevatori mettono in sfida le loro bovine, fino alla vincitrice assoluta, decretata nel *Combat final* all'arena Croix Noire di Aosta, alla fine di ottobre. Nel periodo dell'Avvento sono molti i mercatini tradizionali di Natale: il più noto è il **MARCHÉ VERT NOËL** di Aosta,

un vero e proprio villaggio alpino, allestito nel cuore della città da novembre a gennaio, con chalet ricchi di produzioni artistiche locali, prodotti enogastronomici DOC e DOP, artigianato tipico e originali manufatti. Il **MARCHÉ AU FORT**, nel secondo week-end di ottobre a Bard, è la più importante mostra-mercato dei prodotti enogastronomici tipici della Valle d'Aosta. Molte sono inoltre le sagre che, nei mesi di luglio e

agosto, celebrano in diverse località i prodotti DOP e della tradizione agricola locale. Diversi sono, infine, i film festival che si svolgono in estate, tra i quali il **GRAN PARADISO FILM FESTIVAL** (www.gpff.it) dedicato al cinema naturalistico, il **CERVINO CINEMOUNTAIN** (www.cervinocinemountain.com), prestigioso festival internazionale del cinema di montagna e **STRADE DEL CINEMA**, festival internazionale del cinema muto musicato dal vivo, che si svolge ad Aosta. L'Ufficio regionale del turismo mette a disposizione una specifica App (**Valle d'Aosta Events**), consultabile da dispositivi mobili, che permette di avere informazioni su tutte le manifestazioni, sagre, feste patronali o mercatini in programma sul territorio nonché su tutte le proposte di visita e escursioni organizzate attive. Uno strumento imprescindibile per la vacanza in Valle d'Aosta!



