

TRANSHELVETICA PRESENTA

I PARCHI DEI GRIGIONI

Cultura &
Gastronomia

ALLEGRA

EDITORIALE



Buono?

GWENDOLIN BITTER: Sa di tappo?

JON BOLLMANN: Ehm. No, no, è buonissimo. È talmente perfetto che non riesco a separarmene.

GB: Quale aroma senti con esattezza?

JB: Un misto di sole dei Grigioni e tesori dei parchi: le ortiche mosse dal vento accanto ai muri a secco (pag. 70) e l'erba fresca con rose selvatiche della romantica discesa dall'alpeggio (pag. 28).

GB: E poi?

JB: Gli aromi del miele e del caffè del Café Carisch di Giovanni Netzer

(pag. 42), le erbe dei prati e i pinoli di cembro che i Beretta usano per i loro squisiti distillati (pag. 14). E infine, gli aromi terziari del muschio e dei funghi porcini come nell'Alpenblick di Tenna (pag. 56).

GB: Accidenti, che chiacchierone.

JB: Vero. Non proprio da manuale.

GB: Hai già bevuto prima del brindisi.

JB: ...

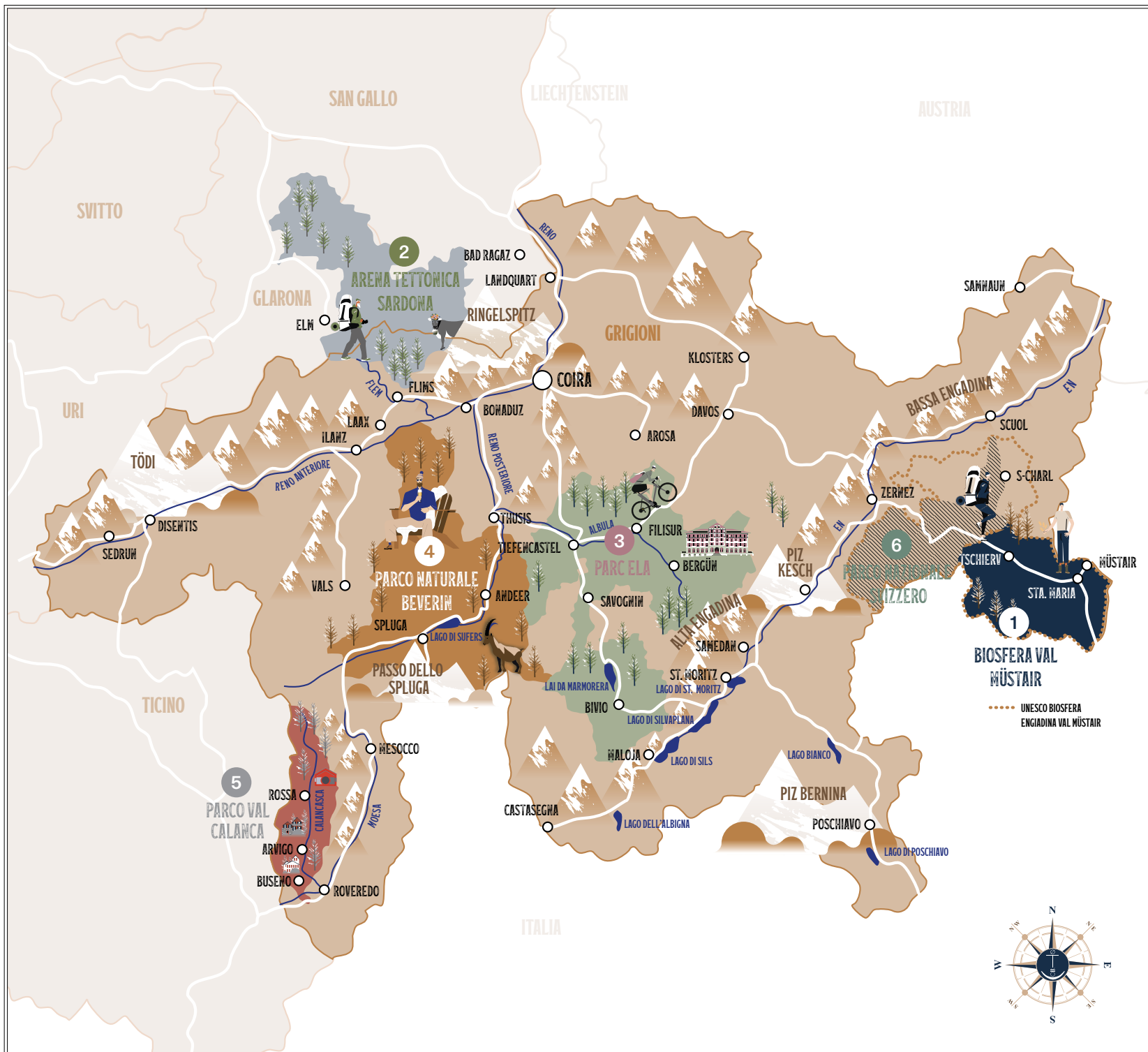
GB: Viva!

JB: Salute

GB: ●

Gwendolin Bitter, direttrice della Verein Bündner Pärke si è accorta che Jon Bollmann, editore di Transhelvetica, preso dal buon formaggio (pag. 52) ha dimenticato il brindisi.

I parchi dei Grigioni



1 Biosfera Val Müstair → Pagina 6

Superficie: 199 km²
Abitanti: 1440
Patrimonio mondiale UNESCO:
 Monastero S. Giovanni
Prime tracce di tessuti fatti a mano: 830 d. C.

2 Arena tettonica Sardona → Pagina 20

Superficie: 329 km² (nel ct. GR: 46 km²)
Abitanti: nessuno tutto l'anno
Numero alpi: 116
Numero baite alpine: 16

3 Parc Ela → Pagina 34

Superficie: 548 km²
Abitanti: 5250
Premi: Origen ha ricevuto il premio Wakker 2018
Prima messa in funzione galleria dell'Albula: 1° luglio 1903

4 Parco Naturale Beverin → Pagina 48

Superficie: 515 km²
Abitanti: ca. 3500
Numero di prodotti certificati: 40
Produzione di formaggio: circa 340 000 kg/anno

5 Parco Val Calanca → Pagina 62

Superficie: 120 km²
Abitanti: 430
Produzione di gneiss: circa 20 000 m³/anno.
Insedimenti di importanza nazionale: 5

6 Parco Nazionale Svizzero → Pagina 77

Superficie: 170 km²
Abitanti: nessuno
Numero comuni: 4
Unico parco nazionale della Svizzera: nel cuore dell'UNESCO Biosfera Engiadina Val Müstair



Biosfera Val Müstair

Da Müstair a Tschiers: alla scoperta dell'arte artigiana

Tradizione: dal 1928 nella Tessanda di Santa Maria nascono tessuti fatti a mano.

Biosfera Val Müstair

Pag. 10 48 ore di arte artigianale

VENERDI



Prospettiva aerea
Salita alle rovine di Balcun At



Degustazioni nella vallata
La Val Müstair è servita



Il treno che non arrivò mai
Al Münsterhof sognare della lontana Bombay

SABATO



Caccia al tesoro
I cereali della valle



Un altro ricordino?
I tessuti fatti a mano di Santa Maria



Arte culinaria e ballo
Gastronomia e cultura a Fuldera

DOMENICA



Un abitante particolare
Sulle tracce di un letterato a Fuldera



Un grappino per chiudere in bellezza
La distilleria di Tschier
👉 Reportage – vedi pagina 14

Pag. 19 Altri consigli di viaggio

Arte artigiana

48 ore nella Biosfera Val Müstair

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

La natura qui è imbottigliata come grappa, il pane si fa con i cereali locali e i tessuti vengono realizzati come secoli fa.

VENERDI

5 Prospettiva aerea

Dopo un comodo viaggio in treno e in bus, non vediamo l'ora di sgranchirci le gambe. Seguendo un percorso a zig zag, da Müstair si procede a piedi nel bosco, salendo alle rovine del castello di Balcun At. Di quella che fu una maestosa fortezza è rimasto ben poco. In compenso la vista sulla Val Müstair e sul vicino Alto Adige è imbattibile.

Esplorare – MÜSTAIR - BALCUN AT - MÜSTAIR, 1 ora e 15 minuti, dislivello salita risp. discesa: 240 m. val-muestair.engadin.com/balcun-at

7 Degustazioni nella vallata

Un primo assaggio della gastronomia della Val Müstair è servito nell'Hotel Helvetia, dove la buona cucina è da sempre al primo posto. I fratelli Olivier e Pierre-René Grond utilizzano prelibati ingre-

dienti della valle per preparare piatti il più possibile fatti in casa. Un altro consiglio: la gustosa salsiccia di cervo è ideale da portar via.

Mangiare – Hotel Helvetia, MÜSTAIR, piatti caldi tutto il giorno, ferie indicate online. helvetia-hotel.ch

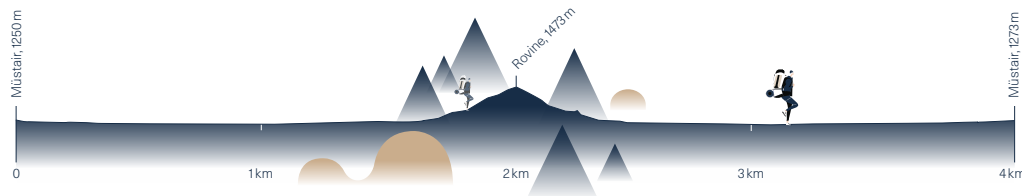
10 Il treno che non arrivò mai

L'Orient Express che collega Londra a Bombay in futuro passerà per la Val Müstair. Questa notizia entusiasmò il pasticciere Nicolaus Andri che vendette le due caffetterie che possedeva a Varsavia dove era espatriato e tornò nella Val Müstair. Il treno non attraversò mai la valle, ma l'hotel Münsterhof da lui eretto esiste ancora oggi.

Pernottare – Hotel Münsterhof, MÜSTAIR. Camera doppia da CHF 168.–, appartamenti da CHF 148.– (tasse di soggiorno escl.). muensterhof.ch



Nella Tessanda: per la tessitura precisione e concentrazione sono imprescindibili.





Caccia al tesoro a Santa Maria: dove i cereali della valle si trasformano in pane croccante.

SABATO

9 Caccia al tesoro

Non sveliamo niente. Infatti la caccia al tesoro «Chatscha culinaria» nasconde tanti segreti avvincenti. Una sola anteprima: dall'Hotel Helvetia parte un sentiero che porta dai campi di cereali al pane croccante. E poiché anche gli investigatori hanno fame e sete, saranno premiati con sette prelibate specialità regionali, un pasto caldo e due bevande.

Scoprire – Chatscha culinaria, dall'Hotel Helvetia a MÜSTAIR 4-6 ore, da CHF 20.-, prenotazione: T. 081 858 5555. biosfera.ch

L3 Un altro ricordino?

Quando entri nella bottega di tessitura a mano Tessanda di Santa Maria, non spaventarti se ti sembra che vibri. Sono i telai su cui si lavora al piano di sopra. 5 tessitrici della parte svizzera e italiana della Val Müstair realizzano con abili mani, precisione e tante ore di lavoro prodotti tessili come asciugamani per la doccia, tappeti e sciarpe.

Shopping – Tessanda, Plaz d'Ora 14, STA. MARIA, orari di apertura in base alla stagione (controllare online). tessanda.ch

6 Arte culinaria e ballo

Un indirizzo particolare per gli amanti dell'arte culinaria è la locanda di campagna Staila di Fuldera. In un ambiente autentico, con soffitto risalente al 1927, viene servita cucina tradizionale a base di prodotti regionali. Prima di andare a nanna nelle camere arredate con mobili

di pino cembro, vale la pena dare uno sguardo al programma eventi del Chastè da Cultura dove spesso si balla, gioca e canta.

Divertirsi e pernottare – Landgasthof Staila, FULDERA, camera doppia da CHF 82.-. hotel-staila.ch Chastè da Cultura, FULDERA. chastedacultura.ch

DOMENICA

9 Un abitante particolare

L'escursione circolare a tema letterario al di sopra di Fuldera tocca i punti simbolo dell'operato di un vecchio abitante del villaggio: William Wolfensberger. Anche se visse nel villaggio appena due anni e mezzo, in questo periodo fu una vera colonna portante della comunità: come sindaco, tesoriere, attuario, insegnante e parroco. Il percorso porta lungo strade sterrate, con panche per riposarsi e leggere storie e poesie del letterato.

Scoprire – Promenada William Wolfensberger, da FULDERA Post, 1,3 km. biosfera.ch

12 Un grappino per chiudere in bellezza

A Tschieriv due personaggi particolari producono grappe distillando tutto quello che trovano nella valle. Ideale come ricordo, cosicché se la bottiglia è vuota avrai un buon motivo per tornare nella Val Müstair.

Degustare – Antica Distilleria Beretta, Tschieriv, visita guidata su prenotazione da CHF 12.-. distilleriaberetta.ch

 **Reportage** – vedi pagina 14



La natura in bottiglia

Due personaggi che fanno quello che gli pare e che dimostrano quello che è possibile se si segue la propria passione.

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

Le frontiere hanno segnato la sua vita. «Come figlio di un doganiere, ho traslocato venti volte», racconta l'ormai settantenne Luciano Beretta. Non c'è paese di frontiera tra Kreuzlingen e Chiasso dove non abbia vissuto. Tuttavia il periodo più lungo lo ha trascorso nella Val Müstair: sono stati gli otto anni più belli della sua infanzia. Un tempo prezioso. Per tutta la vita ha sempre avuto il desiderio di tornare prima o poi in questa valle selvaggia.

In Ticino ha lavorato come architetto e statico, senza mai dimenticare la sua passione, fare il distillatore nell'azienda di famiglia fondata nel 1792, che ha poi acquisito nel 1989. Qui ha conosciuto la sua seconda moglie Gisella. Anche lei si è innamorata della valle meridionale dei Grigioni. Quindi la coppia ha preso armi e bagagli e si è trasferita a Tschiers nella Val Müstair. Alla domanda cosa renda la valle così particolare, Luciano Beretta risponde: «È l'unica valle in Europa nella quale il limite degli alberi è a 2300 metri di altitudine.» Un'altra frontiera. Ma davanti alle frontiere non si è mai fermato. Ed è così che ancora oggi dà anima e corpo per rendere i suoi distillati ancora più preziosi.

FANNO QUELLO CHE VOGLIONO

Un'altra opzione sarebbe stato un trasloco a St. Moritz. Qui avrebbero avuto a disposizione un edificio: una distilleria come attrazione per turisti. Ma St. Moritz non è la Val Müstair, afferma Gisella Beretta. «Certo, li girano più soldi, ma i soldi per noi non sono mai stati importanti.» E infatti rifiutarono ripetutamente offerte interessanti. Una volta, un rinomato produttore di bevande voleva ampliare la loro produzione ordinando 10 000 bottiglie. «Eravamo tentati.» Il problema era che ampliare la produzione avrebbe significato sacrificare la qualità. E su questo punto i due non scendono a compromessi. «Solo così finora con i nostri prodotti abbiamo vinto 36 medaglie d'oro.»

La magia dei prati: nella natura i Beretta trovano gli ingredienti per i loro distillati.

Ma cos'è che dà loro la carica? Di stima ne ricevono a sufficienza, al denaro non sono interessati. Per rispondere alla domanda Luciano Beretta parte da lontano. Ogni giorno nella cucina di casa si svolge lo stesso rito. «Alle sei e mezza bevendo il caffè ci chiediamo: che facciamo oggi?» La loro vita non è dominata da doveri. Fanno sempre quello che vogliono. Raccogliere erbe, distillare un nuovo gin, andare a pesca o a spasso col cane. Oppure tutte e quattro le cose. «Tranne le stagioni, nessuno ci impone quello che dobbiamo fare e pertanto il nostro lavoro è sempre un'attività piacevole.»

UNA NATURA INCONTAMINATA

Passeggiano per prati con l'erba che gli arriva fino alle ginocchia su pendii assolati. Tutto quello che cresce qui lo trasformano in distillati. E grazie al tanto sole e all'aria pulita la qualità dei loro ingredienti è particolarmente elevata. Inoltre, riferisce Gisella, la maga delle erbe, come si descrive lei stessa: «Le piante e le erbe a questa altezza crescono senza l'apporto di liquami e quindi molto più lentamente che ad altitudini più basse.» Ciò va a grande vantaggio del sapore. D'aiuto è anche che la Biosfera Val Müstair non permette il transito di trattori su molti prati, impedendo che i liquami vengano riversati sulle loro prelibatezze. «Qui su un prato crescono 140 piante ed erbe diverse. Difficile da trovare altrove.»

«Qui su un
prato crescono
140 piante ed
erbe diverse.»

Luciano Beretta rivela un altro aspetto caratteristico da considerare. Nei mesi freddi il processo della fermentazione naturale richiede più tempo, «così come in inverno tutto avviene più lentamente.» È la prova che il mosto è natura viva e non materia morta. In netto contrasto con l'alcool prodotto in modo industriale, per il quale vengono aggiunte sostanze chimiche affinché il processo di fermentazione duri tre giorni invece di tre mesi. Questa sì che è materia morta. «E se la materia è morta lo sarà anche il sapore.» ●

Visitare – Luciano Beretta è sempre lieto di mostrare la sua distilleria a Tschier e di spiegare come da fiori selvatici, erbe, radici o pigne nascono prodotti deliziosi (incl. degustazione e vendita diretta), a persona CHF 12.–, su prenotazione. distilleriaberetta.ch

☞ → 48 ore nella Biosfera Val Müstair vedi pagina 10



Mentre raccolgono gli
ingredienti: i Beretta co-
noscono ogni erba che
cresce attorno alla loro casa.

ferienimbaudenkmal.ch

Scoprite con noi i preziosi monumenti storici della Svizzera

**PRENOTARE
ORA!**
ferienimbaudenkmal.ch

Stiftung Ferien im Baudenkmal
Fondation Vacances au cœur du Patrimoine
Fondazione Vacanze in edifici storici

Altri consigli di viaggio



Agricoltura Val Müstair

MANGIARE E DORMIRE

Hotel Süsom Givè

☎️ – T. 081858 5182
Mangiare sulla terrazza assoluta con vista sulla Val Müstair e rilassarsi nella nuova area spa. ofenpass.ch

Hotel Al Rom, Tschierv

☎️ – T. 081858 5551
Camere luminose, pizze squisite, sauna e terrazza assoluta. hotel-al-rom.ch

Pension Restaurant Hirschen, Lü

☎️ – T. 081858 5181
Piccola e graziosa. Il cielo stellato più bello che c'è. hirschen-lue.ch

Hotel Landgasthof Staila

☎️ – T. 081858 5160
Struttura a conduzione familiare molto simpatica con ottimo cibo e camere autentiche. hotel-staila.ch

Hotel Central La Fainera

☎️ – T. 081858 5161
A Valchava, relax nel bagno di fieno e gustosi pasti con prodotti degli agricoltori biologici del posto. centralvalchava.ch

Meier-Beck

☎️ – T. 081858 5116
Il cuore gastronomico di Santa Maria: con torte grigionesi, schabiotta o crostate di frutta. meierbeck.ch

Ostello della gioventù Santa Maria

☎️ – T. 081858 56 61
Un vecchio ostello con magazzino che oggi offre 47 posti letto. youthhostel.ch

Hotel Crusch Alba

☎️ – T. 081858 5106
Pernottare nell'hotel più vecchio della Val Müstair. hotel-cruschalba.ch

Hotel Helvetia

☎️ – T. 081858 55 55
Una struttura a conduzione familiare con passione per l'arte culinaria e camere di stile. helvetia-hotel.ch

Hotel Münsterhof

☎️ – T. 081858 55 41
Un albergo di grande tradizione con appartamenti e camere eleganti. muensterhof.ch

Monastero San Giovanni

☎️ – T. 081851 62 23
Visite guidate nel monastero e albergo per soggiorni prolungati. muestair.ch

Agricoltura Val Müstair

☎️ – T. 081858 5194
Nella sala aperta al pubblico, informazioni sui prodotti agricoli locali e shop/frigorifero per acquistare salsicce e formaggi. agricultura-valmuestair.ch

Muglin Mall

T. 078 853 54 86
Visita guidata dello storico mulino di Santa Maria. muglin.ch



Hotel Münsterhof

AGENDA



Chalandamarz
I bambini annunciano la primavera con canti, colpi di frusta e suono di campane.



Giornata del patrimonio mondiale
Visita al mercato della Biosfera nel cortile del monastero e agli edifici patrimonio mondiale.



Discesa dall'alpeggio
Fiere e addobbate a festa, le mucche scendono a valle dall'alpe, a Müstair.



Festa da Racolta
Un corteo a festa, un mercato con prodotti locali e altri festeggiamenti per ringraziare del raccolto.



Biosfera Val Müstair
biosfera.ch

FOTO IN ALTO – Marco Cadonau / FOTO IN BASSO – Andrea Michael Badrutt

Legenda: ☎️ Alloggio ☎️☎️ Ristorante ☎️☎️☎️ Negozio della fattoria



A collection of traditional wooden and leather belts with brass buckles and bells, displayed against a white wall with a ruler for scale. The belts are arranged vertically, showing various styles and materials. Some have large, square brass buckles, while others have smaller, more decorative ones. The leather is dark brown and shows signs of wear. The wooden parts are light-colored and also show wear. A ruler is placed horizontally across the middle of the belts, providing a sense of scale. The background is a plain, light-colored wall.


Arena tettonica
Sardona

Cultura alpina vissuta tra Falera e Flims

Campanelle di tutte le forme: dietro il ristorante Haldenhaus a Scheia sono appese dozzine di esemplari.

Arena tettonica Sardona

Pag. 24 48 ore di cultura alpina

VENERDÌ



Sull'alpe del formaggio
Degustare formaggio al tartufo e alle erbe sull'alpe Dadens



Culto e astronomia
Puntare a sfere più alte a Falera



Dalla stalla alla sauna
Mangiare nell'autentica Tegia Larnags e pernottare a Laax nell'ostello

SABATO



Un ripido inizio di giornata
Arrampicarsi sulla via ferrata Pinut nella parete sud del Flimserstein



Di pietra in pietra
Escursione sulla Scala Mola fino a Bargis
☐ → Reportage – vedi pagina 28



Sotto le travi di Carigiet
A Flims la cucina alpina incontra i sapori mediterranei

DOMENICA



Assaporare e pedalare
Gli highlight culinari di Flims in e-bike



Il giallo in bianco
Esperienza di vita vissuta nel museo di Flims

Pag. 33 Altri consigli di viaggio



Cultura alpina

48 ore nell'arena tettonica Sardona

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

Ci arrampichiamo sulle pareti rocciose dell'arena tettonica Sardona, facciamo scorpacciate di formaggio e accompagniamo i contadini nella discesa dall'alpeggio.

VENERDI

3 **Sull'alpe del formaggio**

L'alpe Dadens è una questione di famiglia. Per il casaro Volker Opphold questa è la 4resima estate sull'alpe. A dargli man forte suo figlio ormai adulto Malvin. Ma la famiglia non si limita agli esseri umani. Infatti ad aiutare gli Opphold ci sono anche Ecco e Duke, due cani pastori: Ecco è il nonno e Duke il nipote. È chiaro l'albero genealogico? Allora possiamo dedicarci al formaggio. Chi ama il formaggio di alta qualità, dovrebbe prendere la seggiovia a Falera per poi da Curnius raggiungere a piedi l'alpe Dadens. I formaggi locali ne valgono sicuramente la pena: il formaggio alle erbe, il mutschli, il formaggio di capra o al tartufo.

Camminare e gustare – Da **FALERA** a Curnius, poi all'alpe Dadens, 1 ora di passeggiata, giugno - sett, T. 081 921 43 88. outdooractive.com

5 **Culto e astronomia**

A Falera si raggiungono sfere superiori: visitiamo il Parc La Mutta, un tempo luogo di culto di interesse astronomico. La chiesa è circondata da pietre alte fino a tre metri. Continuiamo la nostra escursione sul sentiero dei pianeti fino a Larnags.

Esplorare – Parc La Mutta, **FALERA**, visite guidate su prenotazione, T. 081 921 30 30. parclamutta.falera.net

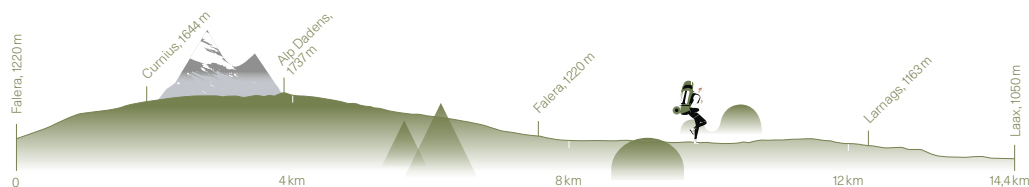
6 **Dalla stalla alla sauna**

Il ristorante «Tegia Larnags» mette in tavola una cucina prelibata in una vecchia stalla. Riposati poi nella calda atmosfera rilassante della spa e nel comodo letto del nuovo ostello della gioventù wellnessHostel3000 sul lago di Laax.

Mangiare e pernottare – Tegia Larnags, **LAAX**, orari di apertura: larnags.ch wellnessHostel3000, **LAAX**. youthhostel.ch



L'artista del formaggio: sull'alpe Dadens Volker Opphold serve del formaggio eccellente.





Highlight: la via ferrata Pinut e un pasto nel Gasthaus am Brunnen sono i clou da non perdere.

SABATO

9 | Un ripido inizio di giornata

Oggi ci arrampichiamo per 500 metri sulla ripida parete sud del Flimserstein. Un'avventura più facile di quel che sembra. Infatti siamo sulla via ferrata più antica della Svizzera, il Pinut. Grazie alle scale di ferro e ai gradini scavati nella roccia, il percorso è adatto anche ai bambini (a partire dai 12 anni). Una volta in cima, sull'alpe Flimserstein ci sediamo su una panca per placare la fame da lupi con una salsiccia acquistata nell'«Alplädeli», che offre anche altre deliziose specialità.

Arrampicarsi – Via ferrata Pinut, FIDAZ, salita ½ ora, scalata 2 ½ ore, noleggio materiale: Sport Beat, FLIMS, CHF 30.–. sportbeat.ch

1 | Di pietra in pietra

Dall'alpe Flimserstein sono necessari forti muscoli nelle gambe. Infatti scendiamo poco meno di 500 metri di dislivello fino a Bargis sulla Scala Mola, un sentiero scavato nella roccia, che ogni anno a settembre è attraversato da più di cento mucche durante la discesa dall'alpeggio. Arrivati a Bargis è possibile recuperare le forze al Berghaus Bargis. Chi ha ancora energia, torna a piedi a Fidaz facendo una capatina alle rovine del castello di Belmont. Tutti gli altri prendono l'autopostale.

Gustare ed esplorare – Berghaus Bargis, aperto in estate/autunno. bargis-flims.ch
FLIMSERSTEIN – BARGIS, 1 ora e un quarto, fino a FIDAZ 2 ore.

☞ Reportage – vedi pagina 28



6 | Sotto le travi di Carigiet

Al ristorante Cavigilli la cucina alpina incontra i sapori mediterranei. Merito di due italiani: Sergio Leoni soddisfa i piaceri del palato con una cucina raffinata e Letizia Rasom si occupa di dolci seduzioni. Un altro protagonista è Alois Carigiet. In una delle sale mangerai sotto una delle sue artistiche travi di legno.

Mangiare – Restaurant Cavigilli, Via Arviul 1, FLIMS, gio - lun, ore 11.30 - 14 e 17.30 - 21. cavigilli.ch

DOMENICA



9 | Assaporare e pedalare

Questo tour circolare convince persino i più pigri a saltare in sella. Infatti il percorso prevede tre tappe culinarie e in più con l'e-bike pedalare in montagna è un gioco da ragazzi. L'highlight è il pranzo preparato dal grande chef del Gasthaus am Brunnen di Valendas.

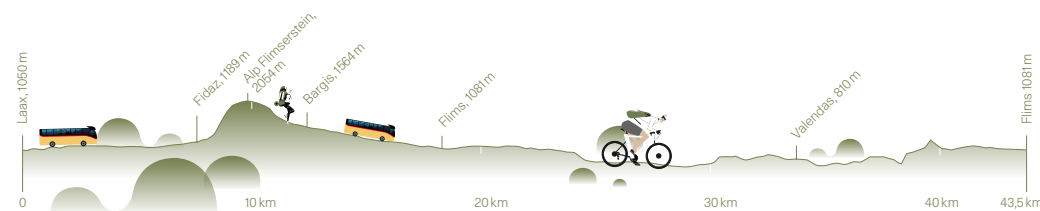
Esperienza – Trail culinario in e-bike, FLIMS – SAGOgn – VALENDAS – FLIMS, 34 km, 3 ½ ore. flims.com



4 | Il giallo in bianco

L'architetto Valerio Olgiati ha dipinto la «Casa Gialla» di Flims completamente di bianco. Inoltre, le esposizioni curate da Carmen Gasser Derungs e Remo Derungs ampliano gli orizzonti creando un ponte tra cultura e realtà.

Scoprire – La Casa Gialla, FLIMS, orari di apertura a seconda dell'esposizione. dasselbehausflims.ch



Discesa dall'alpeggio

A Flims le discese dall'alpeggio sono feste popolari. Ma non è sempre stato così e anche il 2020 è stato un anno particolare.

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

Immobile, si prepara alla passerella: la Scala Mola. Oggi sarà lei la più bella. «Ancora un attimo, Santana», dice il contadino Philipp Schröpfer. Un'ultima aggiustatina, un ultimo controllo, poi è soddisfatto. Sua madre, Susanne Schröpfer, gli fa un cenno col capo. Anche lei sembra essere soddisfatta del risultato. Ma con una stretta al cuore: quest'anno Santana è l'unica mucca che scenderà dall'alpeggio adornata a festa. Nel 2020 niente è come dovrebbe. Il Covid-19 ha scombussolato persino qualcosa di talmente solido come la discesa dall'alpeggio. Il corteo festoso con centinaia di mucche decorate per l'occasione è stato annullato. Le dalie e i girasoli coltivati da Susanne Schröpfer nel suo giardino per abbellire le teste degli animali, quest'anno, appassiranno inutilizzati.

MERITO DEGLI ABITANTI DI NIDWALDEN

Un estraneo potrebbe pensare che le festose discese dall'alpeggio siano tradizione da generazioni. Tuttavia, alla domanda se la tecnica per le decorazioni delle teste delle mucche sia un'arte tramandata di generazione in generazione nella famiglia, la contadina scuote il capo. «Ce lo hanno insegnato gli abitanti di Nidwalden.» Certo, le mucche scendono da sempre dall'alpeggio, ma solo dal 2006 la spartana discesa contadina dall'alpeggio è diventata una festa popolare ben organizzata. «All'epoca sull'alpe c'erano pastori del canton Nidvaldo», racconta l'ex alpigiano e padre di Philipp Schröpfer, Rageth Schröpfer. Fu loro l'idea «e le loro madri insegnarono la tecnica delle decorazioni alle contadine di Flims.» Nel periodo della discesa dall'alpeggio, il canale televisivo tedesco ZDF registrò il suo grande show autunnale con i protagonisti della canzone popolare come Udo Jürgens e Francine Jordi nell'alta valle di Bargis. L'evento ebbe un successo enorme e fu trasmesso nei salotti dell'intera regione di lingua tedesca, da Berlino a Colonia e fino a Berna, segnando la data di nascita di una nuova festa popolare.

Discesa dall'alpeggio tra le rocce: sulla Scala Mola fin giù nell'alta valle di Bargis.



La reginetta di bellezza: Santana viene addobbata a festa per la discesa dall'alpeggio.

RISTORAZIONE E CORTEO DI MUCCHE

Il ZDF fu coinvolto solo quell'anno, tuttavia in questo modo era stata scritta la sceneggiatura per gli anni a venire. Di mattina si riuniscono sull'alpe Flimserstein circa settanta persone. «Partecipare a questo evento sull'alpe è un privilegio», afferma Philipp Schröpfer. Qui le mucche vengono decorate. Ci vogliono circa due ore. Poi il corteo si mette in movimento e già dopo pochi minuti si raggiunge la Scala Mola, un ripido sentiero scavato nella roccia che porta nell'alta valle di Bargis. Già nel XVII secolo veniva usato per raggiungere l'alpe. Aiutanti e mucche superano sul sentiero roccioso 500 metri di dislivello. È importante prevedere esattamente un aiutante ogni tre mucche, «per evitare che una mucca spinga fuori strada la mucca che la precede.» Una volta gli incidenti erano più frequenti. E uno sguardo in basso rivela che spesso non finivano bene. «Negli ultimi anni tuttavia non si sono verificati imprevisti», racconta Schröpfer.

Lui stesso aiuta a Bargis nella ristorazione. Il programma qui prevede anche un incontro di lotta svizzera giovanile e capanne che offrono una ricca colazione. Nel frattempo le mucche possono concedersi una meritata pausa mentre vengono ulteriormente decorate, tra l'altro con delle campane ancora più belle. Segue poi il corteo nei villaggi di Fidaz e Flims. I contadini sono felicissimi e fieri, e si vede. Evidente è anche la meraviglia per la cultura dell'alpeggio vissuta impressa sui volti degli innumerevoli visitatori che si accalcano a bordo del sentiero.

UN MOMENTO DI PACE

Come già detto, nel 2020 niente è come dovrebbe. Ogni contadino fa scendere le sue mucche dall'alpeggio in un momento diverso. Gli Schröpfer sono sull'alpe Flimserstein il 21 settembre alle sette. Invece che con più di cento animali scendono a Flims solo con le loro 13 mucche. Per Philipp Schröpfer è ugualmente un momento emozionante, dice: «Senza tutta quella frenesia ha un altro fascino.» Suo padre Rageth si pone a capo del gruppo e guida le mucche con la sua voce. Le pareti rocciose fanno rimbombare i richiami nella quiete mattutina. Il sole annuncia un'amena giornata autunnale. Con o senza pubblico, gli Schröpfer sono nel loro elemento, perché conta solo quello che vale da sempre: portare a casa le mucche in autunno. ●

Discesa dall'alpeggio – La discesa dall'alpeggio di Flims ha luogo tra il 14 e il 21 settembre, di sabato. La data viene comunicata all'inizio dell'estate che precede la discesa dall'alpeggio. Le attività e l'itinerario sono indicati online. flims.com

□ → 48 ore nell'arena tettonica Sardona vedi pagina 24

Altri consigli di viaggio

MANGIARE E DORMIRE

Pass dil Segnas Mountain Lodge
☎️ T. 079 704 05 94
Delicata zuppa d'orzo e vista sulle Alpi glaronesi.
segnespass.ch

Ustria Segnes
☎️ T. 081 927 99 25
Baita presso il padiglione visitatori del patrimonio mondiale di Sardona.
segneshuette.ch

Casa Berendi
☎️ T. 079 241 32 51
Prelibate pietanze autentiche a Foppa.
casa-berendi.ch

The Hide Hotel
☎️ T. 081 911 15 11
Giovane, trendy e di stile direttamente alla stazione a valle.
thehidehotelflms.ch

Schweizerhof Flims, Romantik Hotel
☎️ T. 081 928 10 10

Per momenti romantici e rilassanti.
schweizerhof-flims.ch

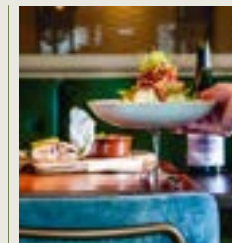
Campeggio Flims
☎️ T. 081 911 15 75
Affitta una PODhouse o monta una tenda.
camping-flims.ch

Campeggio Trin
☎️ T. 081 330 43 35
Selvaggio e affascinante.
campingtrin.ch

Ostello della gioventù Trin
☎️ T. 081 650 40 50
Appartiene al nuovo Bergwaldzentrum Mesaglina del progetto per la protezione del bosco montano.
youthhostel.ch

Ringelspitzhütte CAS
☎️ T. 079 632 24 34
Da Tamins si sale lungo un sentiero ripido e selvaggio.
ringelspitz.ch

Ustria Startgels
☎️ T. 081 911 58 48
Sulle alture di Flims Ueli Grand serve specialità



The Hide Flims

alla griglia e polenta cotta sul fuoco vivo.
grandislaax.ch

Stalla Alp Nagens
☎️ T. 081 927 99 28
Formaggio in tutte le variazioni e vista panoramica.
alp-nagens.ch

Hotel Restaurant Bellevue
☎️ T. 081 911 31 31
Prenotare assolutamente un tavolo nella «Stiva», la sala grigionese.
bellevueflms.ch

Restaurant Caumasee
☎️ T. 081 911 11 33
Un gelato delizioso sulla terrazza sul lago cristallino.
caumasee.ch

Restaurant Conn
☎️ T. 081 911 12 31
A pochi minuti a piedi dalla piattaforma panoramica della Gola del Reno «Il Spir».
conn.ch

Trin Staziun
☎️ T. 081 630 40 88
Ottima osteria alla stazione di Trin.
trinstaziun.ch



Stalla Alp Nagens

FOTO IN ALTO - Daniel Ammann / FOTO IN BASSO - Daniel Ammann, Flims Laax Falera

Legenda: ☎️ Alloggio ☎️ Ristorante 🏠 Negozio della fattoria

AGENDA



Flimsfestival
Concerti all'aperto sul lago di Laax o di Cauma o in baite e stalle.
flimsfestival.ch

Discovery Days
Il festival del film per gli amanti dei viaggi e dell'avventura.
discovery-days.ch



Transalp Waterline Tour
Equilibristi di slackline sul lago di Cauma.
swiss-slackline.ch



Tour con le racchette da neve Sardona
Scopri di più sulla formazione delle Alpi durante una ciaspolata.
geopark.ch



Arena tettonica Sardona
unesco-sardona.ch

PER LUNGHE ESCURSIONI LONTANO DALLA VITA DI TUTTI I GIORNI

Le avventure in montagna cominciano da noi. Con la consulenza di appassionati di sport alpini, prezzi equi e un'assistenza tecnica di prima categoria per il tuo equipaggiamento.

Viviamo per gli sport alpini.

La migliore consulenza per il tuo equipaggiamento.

Aarau | Basilea | Berna | Coira | Conthey | Kriens | Losanna
Pfäffikon | San Gallo | Thun | Volketswil | Zurigo

baechli-sportsdemontage.ch





Parc Ela

Chicche architettoniche tra Bivio e Bergün



Dalla stampante 3D: le colonne «Concrete Choreography» della Villa Carisch a Riom.

Parc Ela

Pag. 38 48 ore di architettura

VENERDI



Un tocco di Parigi

Per caffè e torta fai un salto alla Villa Carisch di Riom



Villaggio culturale Riom

Case piene di vita

📖 → Reportage – vedi pagina 42



Castello, torre e rimessa

Cultura nel cuore del villaggio e in alto sul Passo del Giulia

SABATO



La storia dell'arte in bici

Scopri dove operò Segantini sfrecciando sul single trail di Savognin



Una pausa al Bahnhöfli

Cedi ai peccati della gola a Filisur



Il capolavoro

Contempla l'arte edilizia a Filisur



Storia ferroviaria dei Grigioni

Visita il museo della ferrovia di Bergün



Un pernottamento

dettato dalla fortuna

Un viaggio nel tempo a Bergün

DOMENICA



Scoprire la scenografia di un film

Vieni a trovare Heidi a Falein

Pag. 47 Altri consigli di viaggio



Architettura

48 ore nel Parc Ela

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

A piedi, con la bici e la Ferrovia retica in un viaggio architettonico costellato di case colorate ed edifici stravaganti.

VENERDI

4 Un tocco di Parigi

Attirano l'attenzione, colorate, eleganti, piccole, ma a effetto. Sono opere d'arte particolari, create dal pasticcere Peter Stephan. Vengono presentate sul buffet di dolci del Café Carisch di Riom e vengono degustate in sale tappezzate o nella piazza antistante con vista sul bosco di colonne 3D sorto in collaborazione con l'ETH Zürich.

Gustare e scoprire – Café Carisch a RIOM, ven - mar, ore 14 - 18. origen.ch

6 Villaggio culturale Riom

Il festival della cultura Origen opera lì dove vivono le persone, dove i contadini svolgono il loro lavoro e i turisti passeggiano: nel villaggio alpino di Riom. Il fondatore del festival Giovanni Netzer ha creato un universo di arte, cultura e

incontro. Che comprende anche la cultura gastronomica, curata nella Ustareia Taratsch.

Mangiare – Ustareia Taratsch, RIOM, in estate con terrazza e vista sulle montagne, mer - dom dalle ore 11.

→ Reportage – vedi pagina 42

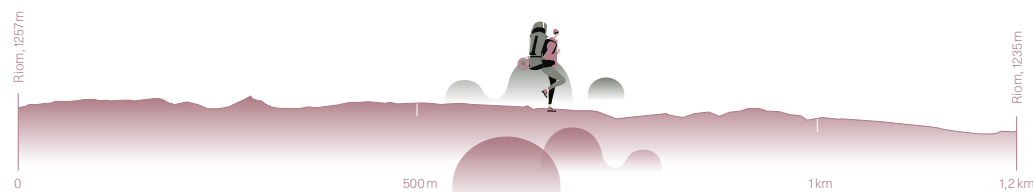
8 Castello, torre e rimessa

Gli spettacoli teatrali, i concerti e le esibizioni di ballo di Origen si tengono in un castello e in una rimessa a Riom o in una torre sul Passo del Giulia. I gruppi di altissimo livello con le loro scenografie colorate sono in forte contrasto con lo spartano mondo alpino, ma ne ripropongono spessissimo i temi.

Gioire e pernottare – Il programma di spettacoli di Origen è disponibile online, in estate è possibile pernottare all'Hotel Frisch di RIOM. origen.ch



Grande varietà architettonica nel Parc Ela: moderna, storica e colorata.





Ospite di Heidi: in questa baita di Falein è stato girato il film originale di Heidi.

SABATO

9 La storia dell'arte in bici

Metti il casco e salta in sella. L'itinerario del bike trail n°663 «Giovannis Paradies» attraversa i luoghi dell'operato di Giovanni Segantini che qui tra il 1886 e il 1894 diede espressione al suo modo di vedere il mondo alpino e i suoi abitanti. Oltre ai paesaggi, si possono visitare anche la galleria Sala Segantini e la vecchia casa dell'artista. Il divertimento in bici non manca, grazie ai sentieri nel bosco e a un single trail. In alternativa si può passeggiare in tutta tranquillità lungo il percorso tematico «Segantini in Savognin».

Pedalar e passeggiare – Bike trail n°663 (14 km) e sentiero tematico (2,7 km) da SAVOGNIN, informazioni, immagini e audio nell'app del Parc Ela.

12 Una pausa al Bahnhöfli

Prendi la Ferrovia retica, scendi a Filisur e rifocillati al Bahnhöfli. Ma soprattutto: a Filisur concediti un gelato della famiglia Heinrich.

Mangiare – Bahnhöfli a FILISUR, aperto ogni giorno ore 7.45 - 19, metà ottobre - metà aprile fino alle ore 18.30. parc-ela.ch

11 Il capolavoro

Con il Landwasser-Express su strade sterrate si raggiunge il meraviglioso viadotto Landwasser. La costruzione progettata dall'ingegnere Alexander Acatos si erge a un'altezza di ben 65 metri.

Esplorare – Landwasser-Express, da metà giugno a metà ottobre, mer - dom, partenza dalla stazione di FILISUR: ore 11.15, 14.15 e 16.15. rhh.ch



Storia ferroviaria dei Grigioni

Le costruzioni della Ferrovia retica sul percorso dell'Albula, patrimonio mondiale UNESCO, contraddistinguono il paesaggio del Parc Ela. Il Museo ferroviario dell'Albula apre squarci sulla storia ferroviaria dei Grigioni.

Scoprire – Bahnmuseum Albula, BERGÜN, mar - ven e dom ore 10 - 17, sab ore 10 - 18. bahnmuseum-albula.ch



8 Un pernottamento dettato dalla fortuna

In un primo momento il Kurhaus Bergün fu il simbolo della speranza di una crescita economica che scoppiò come una bolla di sapone. Oggi questo prezioso patrimonio storico è un colpo di fortuna per chiunque pernotti qui. O più precisamente, per chiunque voglia fare un piccolo viaggio nel tempo.

Dormire – Kurhaus Bergün, BERGÜN, camera doppia a partire da CHF 140.-, colazione incl. kurhausberguen.ch

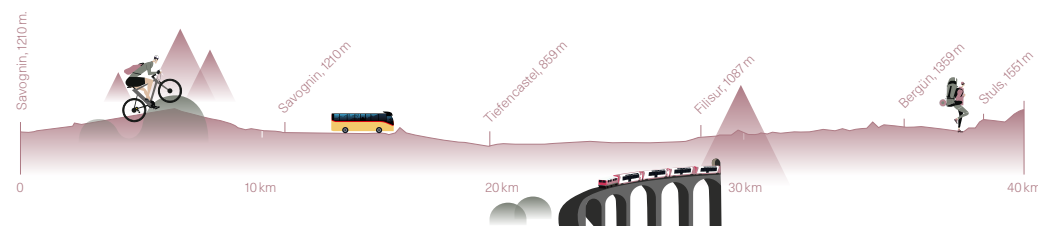
DOMENICA



9 Scoprire la scenografia di un film

A Falein si trova il rifugio alpino più famoso della Svizzera: la baita di Heidi dell'omonimo film del 1952. Un sentiero escursionistico porta da Stuls, sopra Bergün, a Falein passando per Runsolas. La baita è chiusa al pubblico, ma nel mininegozio della fattoria «Post da marena» potrai acquistare bevande, formaggio e salsiz. Oppure una torta di noci.

Camminare – STULS - RUNSOLAS - FALEIN - PNEZ - STULS, 9,2 km, 3 ore, dislivello: 417 m. outdooractive.com



Il progettista

Con il suo impegno Giovanni Netzer imprime un carattere particolare all'architettura e alla vita culturale di Riom.

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

Il sole è tramontato. Una luce colorata illumina la Villa Bianca di Mulegns. Dall'interno risuonano canti in lingua romancia. È un giovedì di tarda estate. È arrivato il grande giorno. Oggi verrà spostata. La regia è della Nova Fundaziun Origen del teologo e studioso Giovanni Netzer, insignita nel 2018 con il premio Wakker per il suo operato. Lo spostamento dell'edificio di otto metri ha un vantaggio pratico: il punto più stretto del tratto del Passo del Giulia viene ampliato per proteggere le case e aumentare la sicurezza.

Contemporaneamente simboleggia la crescita di Mulegns, regalando al villaggio un futuro. Quello che accade oggi ha le sue radici in tempi lontanissimi. Il pasticciere Jean Jegher soffriva di «Malacuneia», di nostalgia, pertanto lasciò Bordeaux e costruì a Mulegns quella Villa Bianca che Netzer e il suo team oggi sposteranno. Questo approccio è il filo conduttore che ritorna nell'intero operato di Netzer. Vive nel presente, trae ispirazione dagli elementi essenziali della storia culturale, risveglia la creatività, modellando il futuro.

DARE NUOVA VITA AL PASSATO ...

Riom nel Parc Ela è l'esempio di un villaggio rinato sia dal punto di vista sociale che estetico, grazie a uno sviluppo trainato da creatività, storia, storie e architettura. Netzer fa un paragone. Dice: «Una rappresentazione teatrale porta a riflettere sui personaggi interpretati, sull'atmosfera presente, sulla scenografia e sulle dinamiche connesse. Come nel mondo reale.» Ovviamente in un villaggio le persone sono autentiche e i luoghi non sono artificiali, ma alcuni processi sono simili.

... PER DAR FORMA AL FUTURO

Lo affascina in egual misura sia l'evoluzione di quello che già esiste che il nuovo. In primo piano è sempre il luogo. «Ogni volta mi pongo la domanda: quale luogo, quale situazione comporta quale storia?» Se

Giovanni Netzer: con la sua fondazione Origen si impegna con molta dedizione e creatività per il Parc Ela.



Il Post Hotel Löwe di Mulegns: grazie a Origen è rinato.



«I temi di fondo, i grandi interrogativi dell'umanità, rimangono.»

sul Passo del Giulia costruisco una torre che ricorda quella di Babele, non avrà niente a che fare con la tipica costruzione di un passo di montagna. Ma rivelerà molto sul significato del luogo dal punto di vista della storia culturale, con la confusione linguistica sempre attuale nei Grigioni. Dice: «La confusione linguistica ha la sua origine a Babilonia. Quindi un vecchio mito rivive nella situazione linguistica e culturale del posto.» Contemporaneamente, il Passo del Giulia ha una grande tradizione di edifici di culto. I romani costruirono qui un tempio, in seguito sorse una cappella medievale. «È una tradizione non leggibile negli edifici dell'Istituto di ingegneria civile, ma dal punto di vista della storia culturale ritengo che l'influenza di Babilonia sull'Occidente sia ancora più importante di quella esercitata dalla città di Zurigo», afferma sorridendo.

Con il suo operato Giovanni Netzer, cresciuto a Savognin nel Parc Ela, ha influenzato fortemente il suo ambiente: a Riom, ora anche a Mulegns e sempre più spesso anche altrove. I suoi progetti sono stati raramente

il risultato di pianificazione. Si lascia trascinare, studiando in modo approfondito gli aspetti culturali di fondo. «Quello che con il passare del tempo mi affascina sempre di più è l'importanza di stimolare e promuovere la creatività, l'energia creativa, perché sarà questa un giorno a salvare il mondo.» ●

Esperienze – La vecchia scuola sulla Dorfplatz di Riom è un colpo d'occhio, avvolta in un'allegria carta da parati colorata. Oggi ospita l'Atelier Pöss, che si occupa dei vivaci costumi del Festival Origen. Inoltre, vengono realizzati in modo artigianale prodotti in lana di tosa locale e tessuti di pura lana e seta. origen.ch

Gli interessati possono contemplare e acquistare sul posto i tessuti, i cuscini e altri prodotti locali di produzione artigianale dal lunedì al venerdì, dalle ore 13.30 alle ore 16.30. pöss.ch

→ 48 ore nel Parc Ela vedi pagina 38

graubünden



Ela Card – La vostra card ospiti per la regione turistica Savognin Bivio Albula

Basta un pernottamento nella regione turistica Savognin Bivio Albula per usufruire di molti servizi inclusi.

Prenota adesso e scopri: www.savognin.ch/elacard

Savognin
Bivio, Albula

Altri consigli di viaggio

MANGIARE E DORMIRE

Hotel Weisses Kreuz
☎️ – T. 081 410 50 10
Dormi a Bergün in una vecchia fattoria del XVI secolo e mangia sulla terrazza assolata.
weisseskreuz-berguen.ch

Fattoria biologica Las Sorts
☎️ – T. 081 404 16 15
Fatti svegliare al mattino in un carro da circo a Filisur dal cinguettio degli uccelli. lasorts.ch

Ranch Farsox
☎️ – T. 078 621 76 46
Dormi in un tepee ad Alvanu Dorf. ranch-farsox.ch

Fattoria di montagna Sundelas
☎️ – T. 081 681 23 40
Carrozzina hippie, maggengo e piazzola per camper. sundelas.ch

Cube Savognin
☎️ – T. 081 659 11 59
Dormi a Savognin in un'atmosfera urbana. cube-savognin.ch

Hotel Piz Mitgel
☎️ – T. 081 684 11 61
Con una vista favolosa sul Piz d'Err. hotel-pizmitgel-savognin.ch

Cotti Agricoltura
☎️ – T. 081 637 12 16
Dormi sull'alpe Flix in una iurta mongolica. agrotour.ch



Berghuus Radons

Berghaus Piz Platta
☎️ – T. 081 659 10 00
Autentica, intima, accogliente: è bello dormire sull'alpe Flix. E degustare la cucina regionale a base di prodotti stagionali. flix.ch

Hotel Post
☎️ – T. 081 659 10 00
Tanto fascino e tanto legno in questa sala a Bivio. hotelpost-bivio.ch

Gässälbeiz
☎️ – T. 081 404 19 74
Mangia in posizione isolata le salsicce tipiche di Jenisberg. jenisberg.ch



Hotel Post, Bivio

Francas Beizli
☎️ – T. 079 580 18 69
Verso il Passo del Settimo. Aperto in estate, se la scopa è in alto.

Rifugio alpino Piz Platta
☎️ – T. 081 684 55 95
Escursione all'insediamento Walser nella Val Faller e degustazione di uno spuntino tipico.

Berghuus Radons
☎️ – T. 081 659 10 10
Appena rinnovata, la trattoria di montagna è davvero elegante, contemporaneamente è stato mantenuto lo stile originario dell'«Ustereia», la storica sala in legno di cembro. berghuus.ch

Anitas Alpstübli
☎️ – T. 079 537 31 33
Ogni mercoledì in estate viene servita sull'alpe Plang-Begls zuppa di orzo con pane e pancetta. E il venerdì sera su prenotazione potrai assaporare una squisita raclette e del buon vino.

AGENDA



Escursione ornitologica
Ascolta il cinguettio degli uccelli. Poi goditi una colazione contadina in uno dei villaggi.

Bergün Filisur siamo noi
Dal 2018 Bergün e Filisur sono un unico comune. Ma come si è arrivati a questa con-fusione? museum-berguen.com



Festa da Musica
Su 5 palchi nel 2022 a Tiefencastel si esibiranno 40 gruppi musicali con 800 musicisti.

Festa della roccia
A metà agosto a Bivio ruota tutto attorno al tema delle rocce e delle pietre.



Ufficio informazioni Parc Ela, presso Tourismus Savognin Bivio Albula. parc-ela.ch

FOTO IN ALTO – messa a disposizione / FOTO IN BASSO: Ivo Kiener

Legenda: ☎️ Alloggio ☎️ Ristorante ☎️ Negozio della fattoria



Parco Naturale Beverin

Da Andeer a Tenna: un piacere per il palato

Un giro scenografico ad Andeer con Erwin Dirnberger.

Parco Naturale Beverin

Pag. 52 48 ore di piaceri culinari

MERCOLEDÌ



Vivere la storia culturale
Un viaggio nell'Andeer del 1880



Provviste per il viaggio
Scoprire tesori nascosti ad Andeer



Bagno di vapore con aperitivo
Lasciati viziare a Mathon

GIOVEDÌ



Escursioni nella storia
Visita un capolavoro visionario
tra Andeer e Spluga



Pancetta, salsiz e
formaggio di capra
Fai provviste nel negozio della
fattoria di Sufers



Una meritata scorpiata
Poi a letto a Spluga con la pancia piena

VENERDÌ



Escursione nella Safiental
Visita il Gasslihof a Thalkirch



La ciliegina sulla torta
Cucina locale, regionale e nose
to tail a Tenna

📍 → **Reportage** – vedi pagina 56



Pag. 61 Altri consigli di viaggio

Arte culinaria

48 ore nel Parco Naturale Beverin

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

Passiamo da caseifici a negozi delle fattorie e attraversiamo il Safierberg per poi degustare specialità locali a Tenna.

MERCOLEDÌ

4 Vivere la storia culturale
Corre l'anno 1880. La Svizzera è in festa, perché traforo del Gottardo è riuscito. È la fine della via di someggiatura che attraversa il Passo dello Spluga. Un povero someggiatore attraversa il paese di Andeer. In una carriola trasporta una valigia per un ospite dell'Hotel Fravi. È qui che alloggia la nobiltà europea. Lui indossa pantaloni rammendati e una camicia a scacchi. In realtà siamo nell'anno 2020. Il personaggio del someggiatore è interpretato da Erwin Dirnberger, che trasporta gli ospiti nella storia di Andeer e recita nella Casa Storica, un edificio del XVII secolo.

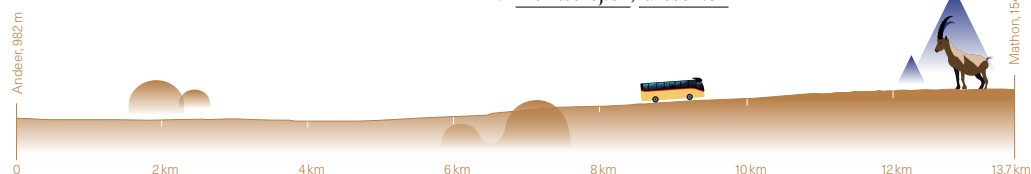
Esplorare – Giro del villaggio, mer ore 16 maggio – ottobre, **ANDEER**, in seguito: ore 17 – 19 ingresso alla Casa Storica. casa-storica.ch

6 Provviste per il viaggio
Per l'escursione di domani prepariamo un pranzo al sacco con il formaggio di Martin Biennerth e Maria Meyer. Nel caseificio di Andeer, i due producono 30 deliziose specialità di formaggio con latte di montagna locale.

Shopping – Caseificio Andeer, **ANDEER**. Il formaggio riporta il marchio di prodotto «Parchi svizzeri» (p. 82). sennerei-andeer.ch

7 Bagno di vapore con aperitivo
Con l'autopostale raggiungiamo il villaggio di Mathon. Qui nel ristorante Muntsulej, famoso per i suoi piatti tradizionali, ci crogioliamo in una vasca di acqua calda mentre Sandra Emmenegger ci serve un aperitivo. Nella Pensiu Laresch cadiamo in un sonno profondo.

Mangiare e dormire – Muntsulej, **MATHON** e Pensiu Laresch, **MATHON**. muntsulej.ch, laresch.ch



Il casaro di Andeer: Martin Biennerth del caseificio Andeer.

Michael Aebersold: nel caseificio di Spluga trasforma il latte in delizioso formaggio.



Willi Severin: fiero del formaggio di montagna dei Grigioni che produce a Nufenen con Toni Knöpfel.

GIOVEDÌ

9 Escursioni nella storia

Di buon umore, respirando l'aria di montagna, da Andeer partiamo per la tappa successiva del percorso escursionistico di lunga percorrenza «via Spluga», seguendo la vecchia via della somaggiatura. Poco dopo Andeer, nell'hotel Rofflaschlucht ascoltiamo una storia visionaria. 8000 esplosioni sono state necessarie tra il 1907 e il 1914 per riuscire ad aprire una strada nella roccia che dall'hotel porta alla cascata. Il tutto su propria iniziativa e con duro lavoro. Spettacolare, esattamente come la vista sulle cascate.

Camminare – via Spluga, **ANDEER - SPLUGA**, 14 km, 4 ½ ore, gola di Roffla, maggio - ottobre. viaspluga.ch, rofflaschlucht.ch

12 Salsiz e formaggio di capra

Quando a Sufers le lancette dell'orologio sono sulle dodici, la pancia brontola. Per ovviare al problema nel negozio della fattoria «Lai da Vons» facciamo provviste per un picnic: pancetta e salsiz. Procediamo verso il caseificio Sufers, dove ci attende una vera delizia, il formaggio di pecora e di capra. Quindi facciamo un salto al negozio della fattoria biologica Oberhof e compriamo come ricordo un aceto di lamponi dall'aroma dolce-fruttoso. Nel villaggio veniamo a sapere che a Sufers presto aprirà un birrificio. Lo ricorderemo per la prossima visita. Chi a un picnic preferisce un ristorante, consigliamo il Seeblick che ogni giorno a pranzo propone un menu diverso.

Mangiare – Restaurant Seeblick a **SUFERS**, aperto dalle ore 8, chiuso il mercoledì. seeblick-sufers.ch

6 Una meritata scorpiata

A Spluga diamo un'occhiata all'Heimatmuseum Rheinwald, dove sono esposti attrezzi del tempo della somaggiatura. Chi ha ancora tempo, dovrebbe fare un salto a Nufenen al caseificio di Willi Severin che produce un formaggio alpino delizioso. Quindi è l'ora di una scorpiata nell'autentica sala dell'Hotel Bodenhäus e infine cadiamo nelle braccia di Morfeo nello storico Hotel Weiss Kreuz.

Mangiare e dormire – Hotel Bodenhäus e Hotel Alte Herberge Weiss Kreuz, entrambi a **SPLUGA**. hotel-bodenhäus.ch, weiss-kreuz.ch

VENERDÌ

9 Escursione nella Safiental

Prima dell'escursione nel caseificio di Spluga prendiamo tutto il necessario per un picnic. Quindi saliamo sul Safierberg per poi raggiungere Thalkirch. Qui veniamo premiati sulla terrazza del Gasslihof con una bevanda fresca prima che l'autopostale ci riporti a Tenna.

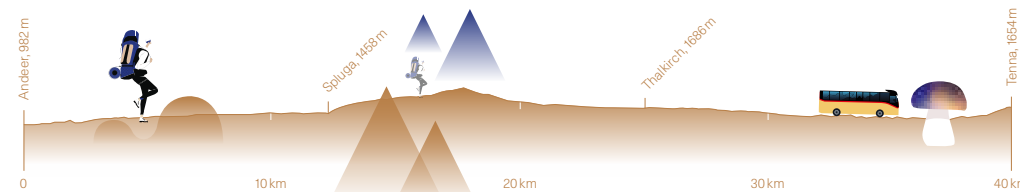
Camminare e gustare – **SPLUGA - THALKIRCH**, 15,1 km, 5 ore ¾, Gasslihof a **THALKIRCH**, verdom dalle ore 9. gasslihof.ch

6 La ciliegina sulla torta

Piatti creativi, innovativi, ma sempre autentici: al ristorante del Berghotel Alpenblick Sascha Skraban cucina con prodotti stagionali e regionali, ma soprattutto con tanto amore.

Mangiare – Berghotel Alpenblick, **TENNA**. alpenblick.ch

📍 → Reportage – vedi pagina 56



Cucinare con il cuore

Nella Safiental si cucina quello che cresce sulla montagna.
E a breve si studierà il futuro della cucina alpina.

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

Sul tappeto boschivo ricoperto da muschio c'è ancora l'umidità della pioggia caduta la notte scorsa. Sascha Skraban, lo chef del Berghotel Alpenblick di Tenna, ha indossato robusti scarponi da trekking. I pendii dei boschi della Safiental sono ripidi. E scivolosi. Ma Skraban sa dove cercare i suoi ingredienti. Lontano dai sentieri. Un ovolo malefico. Chiaramente non commestibile, ma aggiunge: «dove crescono ovoli malefici, i porcini non sono lontani.» Inoltre il porcino cresce nelle vicinanze di abeti rossi con cui vive in simbiosi. Dopo poco vede il primo porcino. Lo raccoglie e lo ripone nel cestino. Poco più in là trova uno steccherino che finisce con il porcino. «Dagli steccherini ricavo una polvere.»

Fino a due anni fa lavorava in città a Zurigo. Ma poi scelse l'isolata Safiental. La decisione non fu difficile. «Dopotutto vengo da Sciaffusa, nel cuore sono rimasto un ragazzo di campagna.» Quello che qui lo affascina è la vicinanza alla natura. In particolare il lavoro con la natura. Per lui è sempre stato importante consumare i prodotti regionali. «Non mangio pesci di mare, tranne se mi trovo al mare», dice. Piuttosto alleverebbe invece i pesci qui nella Safiental. Secondo questa filosofia, da alcuni mesi alleva 33 galline nel giardino dietro la cucina. E acquista la verdura e la carne direttamente dai contadini della regione. E non solo le parti migliori come filetti ed entrecôte. «Per principio compro l'animale intero.» Secondo la filosofia «nose to tail». Ecco perché spesso il menu dell'Alpenblick propone il cuore o il fegato. Cucina anche il collo di tacchino che riceve dalla sua vicina contadina.

Un altro aspetto che gli sta a cuore: «Non uso vitelli, maialini o caprette, accetto solo animali adulti». La cucina regionale e stagionale negli ultimi anni si è affermata sempre più. Skraban vorrebbe osare oltre: cucinare al 100% con prodotti locali. Ciò presupporrebbe l'uso di più conserve. «La fermentazione consente di servire vitamine anche in inverno.»

Alla ricerca di funghi:
Sascha Skraban nei
boschi della Safiental.



Cucina regionale e stagionale: Sascha Skraban cucina nell'Alpenblick a Tenna.

UNO PER TUTTI, TUTTI PER UNO

Affinché Skraban possa realizzare tale concetto, ha bisogno che i titolari del ristorante lo sostengano, spronandolo. Proprietaria dell'hotel è l'associazione Tenna Plus che nel 2016 acquistò l'edificio per dare un futuro all'hotel. La direzione è stata assunta dagli abitanti del villaggio e da ospiti fedeli membri dell'Alpenblick Tenna AG. È per questo che qui molte cose sono possibili, afferma Skraban. «Gli abitanti del villaggio di montagna Tenna agiscono compatti.»

GRANDI VISIONI

Sedersi sugli allori? Assolutamente no. Al contrario: l'Alpenblick si prepara ad affrontare il futuro. Una ristrutturazione completa aprirà nuove opportunità. Lo scopo è di riempire l'Alpenblick con tanta

vita e nuovi progetti. Oltre all'hotel e al ristorante qui sorgerà un «Centro d'innovazione per l'agricoltura montana». Ne farà parte un «Food Lab» per lo studio della cucina alpina. L'obiettivo è la preparazione e la lavorazione di materie prime locali per creare prodotti innovativi. E poiché ci troviamo nella caparbia Safiental, l'arte e la cultura continueranno a svolgere un ruolo di

«Compro la carne bovina nella stalla del contadino.»

primo piano. Dopo tutto, l'esposizione di Land Art «Art Safiental» che si tiene ogni due anni desta furore già ora. Incredibile quello che è possibile in una valle isolata, quello che possono realizzare gli abitanti di un villaggio di montagna. O potrebbero. Infatti qualcosa manca ancora: qualche soldino. Ma per i visionari ciò non è mai stato un ostacolo. E finché non sarà raggiunto l'obiettivo, l'Alpenblick continuerà a servire pietanze stuzzicanti. ●

Mangiare e pernottare – Il Berghotel Alpenblick di **TENNA** è aperto tutto l'anno. alpenblick.ch

Scoprire – Ogni due anni grazie all'Art Safiental la **SAFIENTAL** viene allietata con «Land Art» contemporanea. artsafiental.ch

📍 → 48 ore nel Parco Naturale Beverin vedi pagina 52

graubünden

La forza dell'acqua.

nel Parco Naturale di Beverin

La leggenda narra che Cleopatra amasse fare il bagno nel latte e miele. Non si può certo darle torto. In definitiva non disponeva dell'acqua termale di Andeer!

Massaggio Parco Naturale

Il «Massaggio Parco Naturale di Beverin» contiene il pregiato olio di iperico od olio di arnica provenienti dalla regione. Con il benefico massaggio attingerete nuova forza vitale e farete il pieno di energia.

Approfittare del 20% di sconto

Con l'offerta combinata bagni di Auto-Postale risparmiate il 20% sul viaggio in autopostale e sull'ingresso alle Terme di Andeer. Concedetevi questo rilassamento!
www.mineralbad-andeer.ch

Mineralbad Andeer 

MANGIARE E DORMIRE

B & B e più Nühus

☎ – T. 081630 60 66

Un'oasi di pace ristrutturata da Rudolf Olgiati.
safientalferien.ch

Bio Buchli, Tenna

☎☎ – T. 081630 54 71

Fattoria biologica con casa di vacanza, appartamenti e spa. biobuchli.ch

BioHof Casutt, Tenna

☎ – T. 081645 12 42

Dormi in una casa Walser. biohof-casutt.ch

Cufercalhütte CAS

☎☎☎ – T. 079 954 65 71

Rifugio CAS nel parco naturale. cufercalhueette.ch

Campeggio Carrera

☎ – T. 079 442 97 01

Campeggio nei pressi della gola del Reno. camping-carrera.ch

Hotel Restaurant Capricorns, Wergenstein

☎☎☎ – T. 081630 71 72

Gastronomia gourmet e camere intime. capricorns.ch



Cufercalhütte

Bachhuus Chäller, Hinterrhein

☎☎☎ – T. 081664 12 41

Degustare specialità locali in una cantina a volta. Prenotazione necessaria. bachhuus-chaeller.ch

Stivetta, Lohn

☎☎☎ – T. 076 437 00 06

Scopri segreti culinari nelle esperienze sensoriali gastronomiche di Rebecca Clopath. rebecca-clopath.ch

Spensa, Safien Platz

☎☎ – T. 081647 12 05

Un negozietto di prodotti alimentari e di arte artigianale locali. spensa.ch

Agroturismo

Alp Nurdagn

☎☎☎ – T. 081511 01 91

Pernotta o degusta alcune specialità come la salsiccia fatta in casa della Viamala. alpnurdagn.ch

PRODOTTI DEL PARCO NATURALE

Alpe Curtginatsch, Mathon

☎☎ – T. 079 489 79 78

Acquista sulla viaCapricorn formaggio e burro dell'alpe Curtginatsch.

Apicoltura Viamala, Rongellen

☎☎ – T. 081651 60 47

Per buongustai: il miele biologico di Martina e Bruno Walder Mändli.



Alp Nurdagn

Zafferano di Schamserberg, Donat

☎☎ – T. 081661 20 2

Zafferano di produzione locale di Claudia e Peider Michael-Hodel dello Stegalethahof.

Caseificio Andeer

T. 081661 13 15

Formaggio campione del mondo e yoghurt prelibati di Maria Meyer e Martin (Flo) Bienerth. sennerei-andeer.ch

Caseificio Sufers

T. 081630 90 69

Una dritta per gli amanti del formaggio di capra. sennereisufers.ch

Caseificio Spluga

T. 081664 13 33

Scopri il formaggio e altre delizie. spluga.ch

Caseificio Nufenen

T. 081664 10 24

A Nufenen è nato il primo formaggio di montagna originale dei Grigioni. sennerei-nufenen.ch

AGENDA



Anniversario della viaSpluga

Festeggia a giugno 2021 il ventesimo anniversario della viaSpluga con escursioni, conferenze e concerti. viamala.ch/viaspluga

Viamala Notte

Un'esperienza notturna nella gola della Viamala: Viamala Notte con Erwin Dirnberger. viamala-schlucht.ch



Storie selvagge

Ascolta le storie di Fritz Blumer, cacciatore di Camana, davanti a un menu a base di selvaggina. hotelcamana.ch



Pschuuri

Al Pschuuri, un'usanza splughese di Carnevale, si fa sul serio.



Parco naturale Beverin, Center da Capricorns a Wergenstein. naturpark-beverin.ch



Parco Val Calanca

Escursione nella valle rocciosa da Santa Maria a Rossa

Una valle nella roccia: nella Val Calanca è stata la pietra a rendere possibile la vita.

Parco Val Calanca

Pag. 66 48 ore di pietre preziose

VENERDÌ



Un inizio paradisiaco
Una visita alla bellissima chiesa
di Santa Maria Assunta



Escursione nella valle
Da Santa Maria ad Arvigo



Creato dalla roccia
Il ponte storico di Arvigo

SABATO



Al di sopra della vallata
Nel villaggio di montagna
di Landarenca



Scoprire la cascata
Un'escursione a Cauco



Pernottare in un carro da cantiere
Ospiti delle esploratrici a Cauco

8 → Reportage – vedi pagina 70

DOMENICA

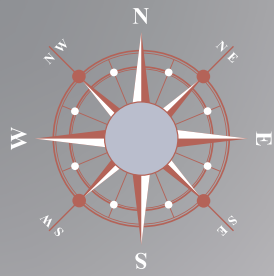


Specchio, specchio delle
mie brame ...
Nella Parigi della Belle Époque ad Augio



Conclusione vivace
Le cappelle colorate di Rossa

Pag. 75 Altri consigli di viaggio



La cultura delle pietre

48 ore nel Parco Val Calanca

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEER

La valle è stretta, ma non soffocante, infatti gli abitanti con diligenza e pietre hanno dato vita a una cultura calorosa.

VENERDI

Un inizio paradisiaco

Il nostro viaggio comincia in cielo. Nel senso letterale della parola. Nella chiesa di Santa Maria Assunta dal pulpito cantano gli angeli. Il soffitto a cassettoni colorati in legno della navata della chiesa è un'opera d'arte, ma anche la volta a croce con affreschi che riproducono episodi biblici al di sopra del coro non è da meno. A un piccolo ristoro ci pensa il Ristorante Bellavista con la sua invitante terrazza.

Esplorare – Santa Maria Assunta e Ristorante Bellavista di [SANTA MARIA](#).
baukultur.gr.ch, ristorantebellavistastamaria.com

Escursione nella valle

La ViaCalanca percorre in tre tappe la Val Calanca. Un piccolo sentiero collega Santa Maria ad Arvigo attraversando boschi e pascoli, ai piedi del roccioso «Crap de Maria» alto 200 metri. Di perso-

ne se ne incontrano di rado, ma in compenso molte capre, mentre i boschi di Bussen sono ricchi di castagni i cui frutti una volta saziavano la popolazione.

Camminare – ViaCalanca, [SANTA MARIA](#) – [ARVIGO](#), 8,3 km, 2 ½ ore, dislivello: salita 291 m, discesa 428 m. viacalanca.ch

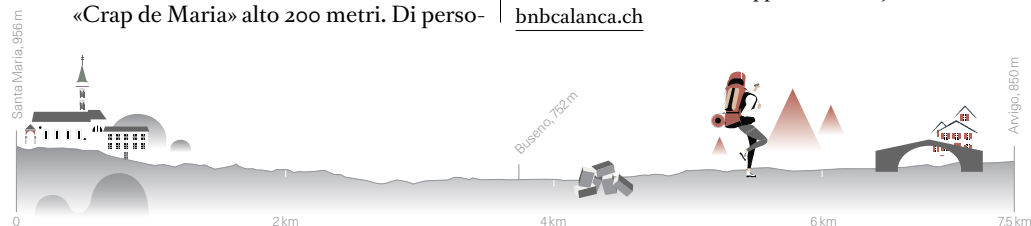
Creato dalla roccia

La periferia del villaggio di Arvigo è dominata dalla pietra. Attraversiamo la cava Alfredo Polti, un'azienda a conduzione familiare che estrae il gneiss locale. Accanto, ti incanterà il Bed and Breakfast Ai Cav con camere di stile, una sauna e del cibo delizioso. Durante una passeggiata per digerire, passiamo sul ponte storico e passeggiamo costeggiando la funivia che collega Arvigo alla terrazza assoluta di Braggio.

Mangiare e pernottare – Bed & Breakfast Ai Cav, [ARVIGO](#), camera doppia da CHF 85.–. bnbcalanca.ch



Torri, chiese o ponti: il materiale edilizio è sempre la pietra.





Come nella Parigi della Belle Époque: la sala degli specchi dell'albergo La Cascata di Augio.

SABATO

9 | Al di sopra della vallata

Come giovani camosci fuggiamo dalla vallata e da Selma seguiamo il sentiero che porta su a Landarenca (in alternativa da Selma è possibile prendere la teleferica). Una volta giunti al villaggio, visitiamo il ristorante più accogliente della Val Calanca: l'Osteria Landarenca. Le pareti sono adornate con foto di classe in bianco e nero, sui davanzali delle finestre spiccano erbe e fiori. In passato la camera antistante la sala fungeva da ufficio postale, oggi qui Noemi Negretti e Valentino Borgonovo preparano piatti decorati con tanta passione, a base di prodotti che crescono nella zona di Landarenca, come i porcini freschi che raccolgono nei boschi.

Scoprire e mangiare – ARVIGO – SELMA – LANDARENCA, 1½ – 2 ore, orari di apertura a seconda della stagione. landarenca.ch

11 | Scoprire la cascata

Durante la salita fino all'inse-diamento di maggenghi di Lego e continuando fino a Cavaionc ci imbattiamo in pascoli alpini, muri a secco e capre. Da Cavaionc seguiamo il cartello che porta alla cascata e saliamo fino al limite del bosco. Quindi attraversiamo un piccolo ponte per raggiungere una cascata da sogno. Rinfrescati con un tuffo nell'acqua fresca: la migliore ricompensa per i metri di dislivello affrontati. Quindi segue la discesa alla meta della giornata.

Camminare e fare il bagno – LANDARENCA – CAUCO, 3½ ore, dislivello: salita 350 m, discesa 680 m, viacalanca.ch

6 | Pernottare in un carro da cantiere

La Fondazione delle esploratrici di Cauco è il fulcro della vita sociale e delle esperienze culturali nella Val Calanca. Qui si dorme in un accogliente carrozzone.

Pernottare – Fondazione esploratrici, CAUCO, da CHF 50.– a notte (costi di pulizia escl.), T. 091 828 13 22. calancatal.ch

8 → Reportage – vedi pagina 70

DOMENICA

9 | Specchio, specchio delle mie brame ...

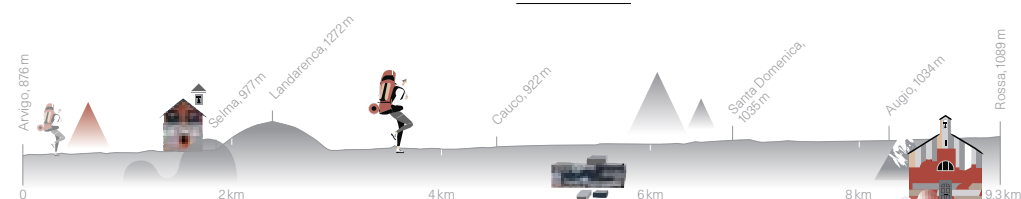
Percorrendo la ViaCalanca si raggiunge Santa Domenica, famosa per il miele degli apicoltori Silvana e Mauro Bogana e la loro arte nella pietra. Poi è l'ora della Parigi della Belle Époque: nella sala degli specchi del ristorante La Cascata di Augio. Più avanti, all'ingresso del villaggio di Rossa, si staglia un taglio bicentenario, l'«albero della libertà» che ricorda l'indipendenza della Val Calanca dalla Valle Mesolcina.

Camminare – CAUCO – ROSSA, ViaCalanca, 5,5 km, 1½ – 2 ore. viacalanca.ch
La Cascata, AUGIO. lacascata.ch

11 | Conclusione vivace

Arrivati a Rossa, visitiamo le tre cappelle dai mille colori dell'artista David Tremlett e diamo un'occhiata alla casa per le vacanze dai colori simili dell'architetto Davide Macullo.

Scoprire – Ammira l'architettura di Davide Macullo a ROSSA durante un giro nel paese. macullo.com



Vecchia tradizione:
David Riedener
alle prese con un
muro a secco.



Pietre preziose

Pace, natura selvaggia e calore umano non mancano nella Val Calanca. Come anche le pietre.

Testo – MARTIN HOCH / Foto – NICO SCHAEERER

«Ora giochiamo a Tetris», dice David Riedener. S'inginocchia davanti a un muro a secco non ancora terminato e con occhio esperto studia quale sia la prossima pietra da aggiungere al muro. Le pietre devono incastrarsi alla perfezione, «se una pietra traballa, l'intero muro sarà instabile.» Insieme a sua moglie Sandra Glaus, David Riedener dirige il centro della Fondazione Calanca delle Esploratrici. Ogni anno offrono corsi sulla costruzione di muri a secco, con il supporto dello specialista Gerhard Stoll. E se nessuna delle pietre ha la forma giusta? «Allora do una mano io», dice con un sorriso birichino e prende incudine e martello. La pietra della Val Calanca, il gneiss, è ideale per la costruzione di muri a secco. Riedener dice: «Il gneiss ha la stessa composizione del granito.» Quindi sia per il gneiss che per il granito vale il detto: feldspato, quarzo e mica, questi tre non li dimentico mica. «L'unica differenza è che il gneiss si compone di strati.» Lavorandolo si ottengono superfici lisce. Bisogna però considerare che non tutte le pietre che si trovano possono essere usate. Quelli che sui prati sembrano un ammasso di pietre casuali sono in realtà habitat protetti di piccoli esserini. Qui prendono il sole lucertole e serpenti, camminano diversi insetti e crescono mirtilli.

UNA VALLE DI PIETRA

La Val Calanca è una piccola striscia di terra, tagliata dalla Calanasca e affiancata da montagne maestose. Lo dice il nome stesso: Calanca significa ripida o scoscesa. In questa valle è pressoché tutto di pietra. Ed è proprio questo che consente la vita in un luogo così aspro. L'agricoltura è resa possibile da pendii terrazzati con muri a secco e sempre i muri a secco separano i pascoli.

Con il gneiss si costruivano i muri e i tetti delle case. L'interno veniva riscaldato con stufe di pietra, in passato veniva estratta anche steatite e le pareti di pietra a loro volta trattenevano il calore. I muri di pie-



Tutto al suo posto: solo lavorando con precisione si ottiene un muro a secco stabile.

tra fungevano anche da protezione contro le inondazioni e le valanghe. La Val Calanca è ricca di pietre preziose. Contemporaneamente la pietra qui non è sinonimo di comodità, la vita nella valle era dura come la pietra stessa. Il lavoro richiedeva diligenza. Era stancante. Un motivo per cui nel 1957 la Federazione Esploratrici Svizzere di allora, alla ricerca della sede per un nuovo campo di addestramento, scelse la Val Calanca. Le donne vollero contribuire attivamente allo sviluppo e alla rinascita della valle.

UNA VALLE TRANQUILLA E SELVAGGIA

Il patrimonio delle esploratrici del 1957 è ancora vivissimo. David Riedener spiega che per la Val Calanca significa un supporto economico, sociale, ecologico e culturale. Come più grande operatore turistico della valle, la fondazione affitta un magazzino, una casa di vacanza, un campeggio, un maggego e un carro da cantiere ristrutturato. La Fondazione delle esploratrici offre una piattaforma per eventi culturali, campi di vacanza o escursioni. Lo scopo è raggiungere gruppi target molto diversificati per far conoscere la Val Calanca. Un compito benvenuto per Riedener e Glaus che tanto adorano vivere qui. Sandra Glaus dice: «La prima cosa che notai quando ci trasferimmo qui fu quanto calorose fossero le persone.» Fino a oggi gli abitanti della valle portano nel cuore le loro origini: sono modesti e legati alla natura. «Chi pensa di dover possedere sempre di più, qui impara a essere felice con poco», dice Glaus.

Ecco perché non vogliono che la valle diventi un Disneyland affollato dai turisti. Riedener afferma che qui gli ospiti oltre a un programma interessante possono godere di tempo e spazi liberi. «L'attività più bella spesso è quella non programmata.» Gli ospiti devono poter trascorrere del tempo all'aperto, scendere alla Calancasca o salire sulle montagne. Solo la natura offre quella pace da cui nascono le idee migliori, che si traducono poi in omini di pietra o in un falò. Secondo Riedener, quando gli ospiti lasciano la Val Calanca dovrebbero portare con sé una cosa: «la pace e il ricordo del carattere selvaggio della valle.» ●

Esperienze – Il corso di una settimana sulla costruzione di muri a secco si tiene una volta l'anno sotto la guida di Gerhard Stoll. Inoltre, nel corso dell'anno, la Fondazione delle esploratrici di **BODIO-CAUCO** propone diversi eventi: dalla decorazione delle uova pasquali al cinema all'aperto. calancatal.ch

8 → 48 ore di pietre preziose vedi pagina 66

ROTAUF

swiss made.

Abbigliamento equo ed ecologico per l'outdoor e la vita quotidiana. Prodotto localmente qui in Svizzera.

www.rotauf.ch

Altri consigli di viaggio

MANGIARE E DORMIRE

Agriturismo Raisc

☎️ – T. 091 828 13 34

L'agriturismo che sorge sulla terrazza assoluta di Braggio comprende diverse case di vacanza e un orto didattico.

agriturismoraisc.ch

Al Negozio

🏠 – T. 076 454 75 16

A Braggio Maria De Togni ha un piccolo negozio di generi alimentari dove vende snack e bevande.

Archivio Regionale

☎️ – T. 091 828 10 68

Bottega con prodotti locali e bistrot.

archiviorregionale.calanca.ch

La Cascata

☎️ – T. 091 828 13 12

Prima colazione nella sala degli specchi che ricorda la Parigi della Belle Époque. La sera vengono servite pizze cotte nel forno a legna o selvaggina della Val Calanca. lacascata.ch



La Cascata



Azienda Refontana

Azienda Refontana

☎️ – T. 081 858 51 74

Un appartamento di vacanza arredato con amore. braggio-refontana.ch

Ostello Landarenca

☎️ – T. 078 872 37 22

Appartamenti di vacanza nel villaggio di montagna di Landarenca.

ostellolandarenca.ch

Ristorante Val Meira

☎️ – T. 079 661 19 23

Ristorante con cucina locale e alloggio.

valmeira.ch

Osteria Landarenca

☎️ – T. 078 617 45 22

Locale autentico, padroni di casa calorosi e cucina tradizionale: motivi sufficienti per un viaggio nella Val Calanca. landarenca.ch

Ristorante Centro

☎️ – T. 091 828 10 21

Ristorante con un piccolo negozio di generi alimentari.

gasthaus-buffalora.ch

Ristorante Alpino, Rossa

☎️ – T. 091 828 11 67

Ristorante con terrazza assoluta e camere dove pernottare.

A fà la spesa Dalvecc

☎️ – T. 091 828 14 81

Un fantastico negozietto di generi alimentari a Selma.

Pesca sportiva Augio

☎️ – T. 091 828 11 35

Pesca personalmente o siediti direttamente a tavola e degusta un pesce. pescasportiva.ch

AGENDA



Festafestival Moesano

Da metà maggio a metà giugno nella Valle Mesolcina e nella Val Calanca puoi degustare menu regionali.

moesano.graubuenden.ch

La giornata dei mulini

Il 15 maggio 2021 si festeggiano i mulini di Arvigo e Braggio.

muehlenfreunde.ch



Festival musicale Demenga

Quando gli strumenti viziano le orecchie con la loro azione benefica e i musicisti riempiono la Val Calanca con musica classica.

festivaldemenga.ch



Festa alpina

La festa popolare della cultura alpina.



Parco Val Calanca
parcovalcalanca.swiss

FOTO IN ALTO – DERSU HUBER/ FOTO IN BASSO – messa a disposizione

Legenda: ☎️ Alloggio ☎️ Ristorante 🏠 Negozio della fattoria

Con l'app nei parchi svizzeri:

A scoprire i piccoli tesori da vivere!



I 19 parchi svizzeri in tasca:

Scarica ora l'app.



PARCS
PARCHI SVIZZERI
PARKS
RETE
RAIT
RESEAU
NETZWERK

app.parks.swiss

Parco Nazionale Svizzero

Nel cuore dell'UNESCO Biosfera Engiadina Val Müstair





Cultura nel cuore della natura

Gite nella riserva della biosfera

Il Parco Nazionale Svizzero è caratterizzato da aree di alta montagna, pascoli ricchi di flora e fauna e paesaggi selvaggi incontaminati. Con la Biosfera Val Müstair e parti del comune di Scuol forma l'UNESCO Biosfera Engiadina Val Müstair. Qui le persone vivono secondo i principi della protezione della diversità biologica e delle risorse naturali.

CARTINA - Atelier Cartographik



Centro del Parco Nazionale: informazioni per gli amanti della natura.

L'inizio di ogni visita

Visitare – Ovviamente il vero mondo selvaggio del parco nazionale lo si incontra fuori, dopo tutto il parco comprende circa cento chilometri di sentieri escursionistici, che consentono viste sconfinite bellissime su paesaggi selvaggi e incontri con animali selvatici. Tuttavia, il miglior punto di partenza per l'avventura è il Centro del Parco Nazionale di Zernez. Qui trovi consigli per sentieri escursionistici, puoi noleggiare cannocchiali e acquistare souvenir, ma ottieni anche risposte a domande come: cosa si prova a volare come un gipeto su valli incontaminate o quali tracce lasciano i processi naturali? Un'esposizione permanente spiega in quattro sale la vita nel parco nazionale. Mentre i ricercatori più grandi visitano l'esposizione con un'audioguida, i piccoli esploratori vanno alla ricerca di tesori nascosti con l'ausilio di un libricino. nationalparkzentrum.ch



Il sentiero degli orsi.

Orsi e miniere

Esperienze – S-charl è il vero habitat svizzero degli orsi. Qui nel 1904 fu ucciso l'ultimo orso autoctono del nostro Paese e nelle immediate vicinanze ricomparve nel 2005 il primo esemplare reimportato. L'esposizione sugli orsi del museo Schmelzra documenta il passato, il modo di vivere, la biologia e il ritorno degli orsi bruni. Proprio accanto al museo è possibile mettere alla prova le proprie conoscenze acquisite sugli orsi con un gioco e intraprendere il sentiero didattico degli orsi di due ore: la «senda da l'uors».

Oltre che per gli orsi, S-charl è nota anche per le sue risorse di piombo e argento. Un insediamento minerario in cui dal XII al XVII secolo sono stati estratti i due metalli è ancora quasi del tutto intatto. La sua storia può essere vissuta nel museo, nel paesaggio circostante, ma anche con una visita alle gallerie. nationalpark.ch/schmelzra

NEL PARCO NAZIONALE SVIZZERO

MANGIARE E DORMIRE

Hotel Parc Nazional Il Fuorn

☎ 101 - T. 0818561226
Nel cuore del parco nazionale, prima di andare a dormire potrai disintossicarti nella biosauna e con un po' di fortuna osservare i cervi. ilfuorn.ch

Chamanna Cluozza

☎ 101 - T. 0818561235
Capanna di legno nella Val Cluozza, nel cuore del parco nazionale, dove la sera i cervi bramiscono. Nell'estate 2021 il rifugio rimarrà chiuso per lavori di ristrutturazione.

TOUR GUIDATI

Prenotazione entro le ore 17 del giorno precedente nel Centro del Parco Nazionale Zernez.
nationalpark.ch/wandern

Natur(g)WUNDER

Scopri la natura in modo giocoso e con tutti i sensi in un'escursione per bambini e tutta la famiglia, ogni mercoledì, 3½ ore, per famiglie e bambini a partire da 7 anni.

Giro di prova Il Fuorn

Adatto ai nuovi adepti del parco nazionale che desiderano informarsi in poco tempo, ogni lunedì, durata: due ore.

Legenda: ☎ Alloggio 101 Ristorante



Uno «scenografico viaggio nel tempo» sulle tracce della storia

Tour di un giorno Margunet

Sali fino al punto panoramico Margunet, lungo il percorso ammira marmotte e camosci, ma anche genziane e stelle alpine, ogni martedì, durata: 6-7 ore.

Animali selvatici nella Val Trupchun

Tour guidato di un giorno nell'eldorado degli osservatori di animali, ogni giovedì, durata: 6-7 ore.

Viaggio scenografico nel tempo

In un'escursione dalla stazione di Zernez al confine del parco nazionale, gli ospiti incontrano molti testimoni d'epoca che raccontano della loro vita e del loro operato facendo rivivere i cento anni di storia del parco nazionale. L'escursione scenografica dura quattro ore e si tiene in domeniche selezionate. nationalpark.ch/zeitreise

ATTIVITÀ

Sentiero didattico naturale Il Fuorn

Per tutti coloro che desiderano scoprire in modo individuale il Parco Nazionale Svizzero nella regione del Passo del Forno, rinunciando ad ausili tecnici: in diversi punti 45 cartelli forniscono informazioni sulla natura circostante. Partenza dall'Hotel Parc Nazional Il Fuorn, durata: circa quattro ore.

Percorso per bambini Champlönch

Municipi dell'app iWebpark e del libricino per bambini con CD audio (disponibile nel Centro del Parco Nazionale) e lanciati in un'avventura escursionistica con tante storie da ascoltare strada facendo tra il parcheggio 1 di Ova Spin e Il Fuorn.

Terra dei laghi Macun

La terra dei laghi Macun con 23 laghi alpini grandi

e piccoli fa parte del parco nazionale dal 2000. Scegli l'itinerario 21 da Zernez per raggiungere Lavin a piedi in otto ore. Se preferisci accorciare l'escursione puoi prendere la navetta da Macun: T. 0791032020.

Flower Walk Val Trupchun

Scarica l'app «Flower Walks» e cammina nella rigogliosa Val Trupchun. flowerwalks.ch

Naturama

Ogni mercoledì nell'Auditorium Schlosstall di Zernez si tengono conferenze su temi diversi. nationalpark.ch/naturama

Viaggiare informati

L'app iWebpark ti guida nel parco nazionale con cartine GPS, testi audio, video, quiz e sentieri didattici. nationalpark.ch/iwebpark



Sentiero didattico naturale.



Animali selvatici nella Val Trupchun.

FOTO IN ALTO - messa a disposizione / FOTO SENTIERO DIDATTICO NATURALE - Parco Nazionale Svizzero / Hans Lozza / FOTO IN BASSO - Parco Nazionale Svizzero

NELL'UNESCO BIOSFERA ENGIADINA VAL MÜSTAIR

CULTURA

Il borgo di S-charl

S-charl è un relitto di un insediamento minerario rimasto quasi completamente intatto. In inverno il villaggio è raggiungibile solo con la slitta trainata da cavalli, a piedi o con gli sci di fondo.

Museo Schmelzra

Il museo minerario mostra 300 anni di storia delle miniere, mentre l'esposizione sull'orso fornisce informazioni esaurienti sugli orsi bruni. Da giugno a metà ottobre, sabato e lunedì chiuso. nationalpark.ch/schmelzra

TOUR GUIDATI

Maggiori informazioni:
biosphaerenreservat.ch

Sulle tracce degli orsi

Un'escursione guidata lungo il sentiero degli orsi e un'avvincente esposizione sugli orsi e il loro grande ritorno in Svizzera.

Re dell'aria

Un tour con storie su uccelli una volta tanto odiati e oggi ammirati come i gipeti e le nocciole.

Botanica e geologia

Cammina nella pressoché incontaminata Val Plavna con vista sui campi dell'alpe Laisch.

Avventura in galleria

Un'introduzione nella storia



Il borgo di S-charl.

minieraria medievale. Visita di una galleria con tuta, casco, lampada frontale e paraginocchia. Ogni martedì, da giugno a metà ottobre. Prenotazione entro le 12 del giorno precedente. T. 0818618800.

MANGIARE E DORMIRE

Trattoria Mayor, S-charl

☎ 101 - T. 0818641412
Piccola, elegante, accogliente e famosa per i suoi piatti di selvaggina. In inverno con slitte trainate da cavalli da Scuol. gasthaus-mayor.ch

Crusch Alba, S-charl

☎ 101 - T. 0818641405
Per chi cerca la semplici-



Botanica e geologia.

tà, ma apprezza un tocco speciale. Tutte le camere individuali e per ogni budget. cruschalba.ch

ALTRI CONSIGLI

Queste offerte culturali sono fuori dalla riserva della biosfera, ma vale la pena farci un salto:

Museum d'Engiadina Bassa

La Chà Gronda di Scuol trasuda storia e dà un'idea del modo di vivere di un tempo della Bassa Engadina. museumscuol.ch

Museum Stamparia

A Strada l'arte della stampa di un tempo rivive in workshop sulla produzione della carta, sui caratteri di stampa e sulla stampa stessa. stamparia.ch

Sentiero Schellen Ursli

Sul nuovo sentiero tematico di Guarda potrai rivivere l'avventura di Schellen Ursli. engadin.com

AGENDA



A fine maggio è possibile accedere ai primi sentieri delle aree più a valle del parco nazionale. Potrai osservare i cuccioli e vedere sbocciare numerosi fiori alpini.



L'highlight culturale dell'estate di Zernez: il cinema all'aperto nel parco nazionale nella corte del castello di Planta-Wildenberg con una proposta variegata di film.



Quando i cervi sono in calore il parco nazionale propone ulteriori escursioni nella Val Trupchun.

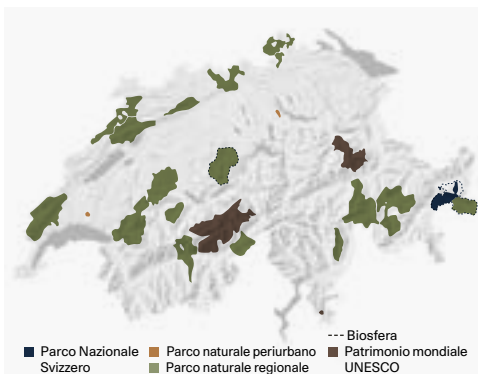


In inverno il parco nazionale è riservato alla natura. In compenso il Centro del Parco Nazionale invita a fare progetti per l'estate che verrà.



Parco nazionale Centro visitatori di Zernez.
nationalpark.ch
biosphaerenreservat.ch

CIFRE E FATTI



Parchi svizzeri e Patrimonio naturale mondiale UNESCO

Rete — Nel 2015 fu fondata l'Associazione dei Parchi dei Grigioni con lo scopo di consentire una forte presenza in rete comune dei parchi del cantone e la collaborazione reciproca. A livello nazionale la Rete dei Parchi Svizzeri si impegna dal 2007 tra l'altro per ancorare i parchi nella politica e realizzare progetti comuni. parks.swiss, graubuendenparcs.ch

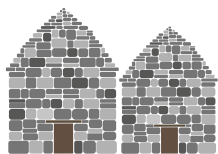
Categorie — Oltre al Parco Nazionale Svizzero esistono tre categorie di parchi: Parco nazionale, Parco naturale regionale e Parco naturale periurbano. Le differenze più im-

portanti sono la grandezza dell'area incontaminata e lo scopo principale dei parchi. Il Parco Naturale Beverin, il Parc Ela, il Parco Val Calanca e la Biosfera Val Müstair sono parchi naturali regionali.

Scopo — I parchi naturali regionali hanno lo scopo di preservare il paesaggio naturale e culturale valorizzandolo, nonché di promuovere un'economia sostenibile nella regione. Il Parco Nazionale Svizzero investe nella protezione della natura, nella ricerca e nella formazione.

UNESCO — Oltre all'Arena tettonica Sardona, anche

la Ferrovia retica nella regione Albula/Bernina e il monastero di San Giovanni a Müstair appartengono al Patrimonio mondiale dell'UNESCO. Con l'UNESCO Biosfera Engiadina Val Müstair il cantone dei Grigioni vanta inoltre una Biosfera UNESCO.



Lo sapevi?

Nel Medioevo la pietra era sinonimo di ricchezza. Allora, la maggior parte delle persone viveva in case di legno o di argilla. Solo i ricchi potevano permettersi case di pietra. Nel Parco Val Calanca invece da sempre tutte le case vengono costruite in pietra.

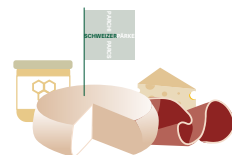
5 anni

Ferrovia retica —

La costruzione della linea dell'Albula di 62 chilometri che parte da Thusis, attraversa il Parc Ela e arriva a St. Moritz, con tutti i suoi viadotti, gallerie e curve, durò a mala pena cinque anni.

Marchio prodotti — Più

di 1300 prodotti sono certificati con il marchio «Parchi svizzeri». Anche i parchi dei Grigioni offrono numerosi prodotti disponibili direttamente in fattoria e in diversi negozi: dalla sedia a sdraio a diverse specialità di formaggio e di carne, fino al pane alle mele.



Autopostale — Il tipico corno a tre suoni si compone delle tre note DO diesis-MI-LA e viene usato quando le curve si restringono e il pendio diventa più ripido. Uno dei più bei viaggi con l'autopostale porta da Zernez alla Biosfera Val Müstair.

Vuoi saperne di più?

Consigli segreti su passioni, aria fresca, avventure
e delizie del palato nella rivista di viaggi

TRANSHELVETICA



Ogni 2 mesi 100 pagine di consigli di viaggio ...



... per tutta la Svizzera



Ordinala online su transhelvetica.ch per riceverla per posta.
Abbonamento di un anno CHF 55.- / Abbonamento di due anni CHF 100.-



La sorella più grande: transhelvetica.ch