Transhelvetica presenta

I PARCHI DEI GRIGIONI

Per piccoli & grandi

ALLEGRA

EDITORIALE

Sei avventurosi animali in viaggio …

Capri: Allora, Tektoni, dopo tutte le nostre avventure attraverso i Parchi, cos'è che ti è piaciuto di più?
Tektoni: Che in primavera io abbia avuto il coraggio di esplorare da solo l'Arena tettonica Sardona (p. 6) e poi, a inizio estate, nel Parco Naturale Beverin (p. 20) poter incontrare te, un autentico stambecco!
E a te invece, cos'è piaciuto?
Capri: D'estate nel Parco Val Calanca (p. 34), quando abbiamo potuto viaggiare sulla teleferica, facendola partire noi da soli.
Api: E spero anche di aver incontrato me!
Tektoni: Certo, apina, tu ronzavi in modo impeccabile. E mi viene ancora da ridere ripensando a …
Api: A cosa?
Tektoni: Era tardo autunno, alla fine del nostro viaggio, nella Biosfera Val Müstair (p. 76). Quando, alla vista della nostra nuova amica, l'orsa Tscheitschei, sei svenuta …
Tscheitschei: … però dopo il breve shock abbiamo passato dei gran bei momenti assieme. Anche se per me sono stati troppo corti. Ma da dove siete passati prima di raggiungere me?
Evla: A fine estate abbiamo attraversato il Parc Ela (p. 48) e poi in autunno, nel Parco Nazionale (p. 62), abbiamo incrociato dei cervi – che bramivano come dei veri e propri macho!
Api: Però nel Parco Nazionale abbiamo anche incontrato Tumasch, un cervo davvero simpatico.
Evla: Verissimo!
Tumasch: Oh, grazie. Con voi tutti è stata un'avventura semplicemente fantastica! ●

… attraverso i Parchi grigionesi.

Copertina – Pia Valär

PARCHI GRIGIONESI

Arena tettonica Sardona, Patrimonio dell'UNESCO → p. 6

È sopra Flims che Tektoni inizia la sua avventura. La marmotta lascia la sua tana rincorrendo unicamente la sua curiosità.

Parco Naturale Beverin → p. 20

Tektoni esplora la Ruinaulta e poi, su in alto sul Glaspass, incontra lo stambecco Capri. E assieme partono per la prossima avventura.

Parco Val Calanca → p. 34

Nel bel mezzo della Val Calanca abita e lavora operosamente l'ape Api. Quando incontra Capri e Tektoni, si unisce allegramente a loro.

Parc Ela → p. 48

Sorvolando il suo territorio, la signora aquila reale Evla ha sempre un ottimo sguardo d'insieme. Non le ci vuole molto per individuare Tektoni, Capri e Api.

Parco Nazionale Svizzero → p. 62

A percorrere il Parco Nazionale sono ora in quattro: viaggiano sulla Ferrovia Retica e fanno la conoscenza del cervo Tumasch.

Biosfera Val Müstair → p. 76

Gli intrepidi animali, però, si stupiscono non poco quando in Val Müstair incappano in Tscheitschei, un'orsa vera e propria.

Biosfera UNESCO Engiadina Val Müstair → p. 91

La Biosfera Val Müstair, parti del Comune di Scuol e il Parco Nazionale Svizzero, assieme, formano la riserva della biosfera.

Anche quando d'inverno gli animali sono in letargo, nei parchi c'è sempre qualcosa di bello da esplorare → p. 95

Illustrazione – Pia Valär

Arena tettonica Sardona

Nel luogo in cui una frana ha creato una natura dai laghi color verde blu e incantate foreste.

Foto – Nico Schaerer

Nell'incantevole area boschiva di Uaul Taviarna, Ami Sabi avvicina i bambini alla natura.

Dove culmina il sapere

Un complesso di tunnel

Le marmotte vivono all'interno di una ramificata struttura sotterranea costruita lungo l'arco di più generazioni. È composta di caverne per vivere e per dormire, bagni e corridoi di fuga. Il tunnel più lungo mai trovato misura ben 113 metri.

A fine marzo le marmotte si risvegliano dal loro letargo.

Pronti all'avventura

Finalmente in montagna inizia la primavera. Nell'Arena tettonica Sardona la vita si risveglia. E un piccolo esploratore intraprende il viaggio della sua vita.

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer / Illustrazione – Pia Valär

«Sveglia Tektoni!» All'entrata della tana, la mamma della piccola marmotta cerca in tutti i modi di svegliarla, ma questa dorme come un sasso. Infatti Tektoni è alla fine del suo primo letargo. In settembre, la famiglia di Tektoni al completo stava già dormendo nella loro accogliente tana, a quasi sette metri sotto terra, accucciati l'uno accanto all'altro. «Tektoni!» La mamma insiste. La sorella Marmi ride e dice alla madre: «Dorme proprio come… una marmotta!». Poi finalmente si sveglia. E chiede: «È già ora di alzarsi?». Marmi alza gli occhi al cielo. «Hai appena dormito per sei mesi.» Il piccolo si sfiora la pancia. E mamma Marmotta, esperta, dice: «Devi avere una fame da lupo!» Eccome se ce l'ha! Ma non può trattenersi dal fare una battuta: «Una fame da lupo? No, mamma, oggi non mi va di mangiare un lupo. Però un po' di erbette me le concederei volentieri!» Insieme escono dalla tana. Tektoni si meraviglia: «Ma c'è ancora neve!». Uno sguardo verso valle, però, gli fa tornare il sorriso. «Guarda, Marmi, laggiù ci sono già degli umani in T-shirt.» Marmi spiega: «Le persone vengono qui da noi per ammirare le eccezionali tracce di come si sono formate le montagne.»

Ami Sabi mostra ai ragazzi le meraviglie della natura.

LA PARTENZA DI TEKTONI

«Marmi, vieni giù con me fino in paese?» La sorella di Tektoni scuote la testa. «No, il mondo laggiù non è per noi marmotte.» Tektoni continua a sentirselo dire. Ma dopo aver trascorso tutta l'estate all'alpe, vorrebbe finalmente scoprire un po' il mondo. «Allora andrò da solo. Dopotutto, adesso sono grande.» La mamma di Tektoni scoppia a ridere; però bisbiglia a Marmi: «Lascialo andare. Vedrai, al primo pericolo si rintanerà in uno dei nostri cunicoli». Non lo farò, pensa inorgoglito Tektoni e se ne va. Arrivato ai margini del villaggio Tektoni legge il cartello: Flims. Dev'essere questo il nome del paese, pensa, e pochi minuti dopo vede dei bambini ai margini della foresta, che con l'aiuto di corde si arrampicano di albero in albero. Si nasconde dietro un cespuglio e osserva. Ma cosa cercheranno mai su questi alberi? Un cartello gli svela che si tratta del Parco avventura Prau la Selva. Un luogo dove ci si diverte arrampicandosi sugli alberi. Questa cosa gli piace! Pare che agli umani piaccia fare cose divertenti invece di nascondersi sempre. Decide però che l'arrampicata non fa per lui, e si avvia allegramente verso la frescura della foresta.

NOODLES ASIATICI – CHE DELIZIA?!

Passeggiare rende affamati, così si avvicina ad un nucleo di case, che sembrano dei grossi cubi di pietra. Qui c'è un gran viavai di gente, e dove ci sono persone dev'esserci da mangiare, pensa Tektoni. E in effetti, prima ancora di vedere del cibo, sente un odorino dolce e speziato. Wow, dev'essere delizioso! Inseguendo il profumo, si ritrova davanti ad un edificio con l'indicazione «nooba». S'intrufola nel ristorante, e attraverso gambe di sedie, di tavoli e di persone raggiunge la cucina dove trova piatti ricolmi di noodles asiatici. Ne mangia un primo piatto, poi un secondo e poi … poi sente un fortissimo bruciore in gola! Come se stesse per scoppiargli un incendio dentro. Si precipita fuori dalla cucina. Deve trovare un ruscello e spegnere il fuoco. Corre e corre e corre, e finalmente trova un ruscello: vi si catapulta e beve come un matto.

TEKTONI INCONTRA AMI SABI

All'improvviso sente una voce dietro di lui. «Ehi piccolo, vuoi berti tutta l'acqua del ruscello?» Intimorito Tektoni si volta e vede una persona. Non una come tutte le altre. Porta abiti diversi. Il primo impulso

del marmottino è fuggire a nascondersi in una buca. Ma Tektoni raccoglie tutto il suo coraggio e chiede: «Chi sei?» L'uomo si siede su di un grosso sasso a bordo acqua e risponde: « Sono Ami Sabi, un amico della foresta e degli animali. E vedo che tu sei un giovane marmottino molto coraggioso!» Adesso Tektoni si sente sollevato. «Sì, vorrei scoprire il mondo. Ma tu perché hai un aspetto così diverso dagli altri umani?» Ami Sabi gli racconta che vive lì da ben 9450 anni. «All'epoca è stata una grande frana a creare questa regione.» Nel corso di molto tempo si sono andati formando i laghi, la Ruinaulta e una ricca cultura. «Io conosco la vita semplice, quando ancora non c'erano apparecchi digitali.» E ora si occupa di trasmetterla alle nuove generazioni. «Con bambini e ragazzi andiamo nella natura, accendiamo il fuoco o cerchiamo erbe selvatiche commestibili.» Così anche i ragazzi possono sperimentare quanto una vita semplice possa essere avvincente. «Ma non sono qui da solo! Vieni, ti voglio far conoscere la mia buona amica Tinflaida, la Signora del Muschio.»

SUL SENTIERO DEL DRAGO

Tektoni, incollato ad Ami Sabi, lo segue passo dopo passo lungo un percorso inusuale: si muovono infatti su una specie di ponte di legno sospeso fra le cime degli alberi e lungo diverse centinaia di metri. Si tratta del Senda dil Dragun, il sentiero del drago, spiega Ami Sabi. E poco più in là, si ritrovano di fronte a Tinflaida, che sta raccontando storie sulla sua vita a un gruppetto di bimbi. Lo fa spesso, qui sul Senda dil Dragun; come Ami, anche lei mostra ai bambini quanto sia meraviglioso qui fra queste montagne. «Ciao Tektoni, vedo che anche tu sei un viaggiatore alla scoperta del mondo! Vorrei darti un suggerimento. Tinflaida gli racconta del Lago di Cauma, dal colore blu intenso. Da lì dovrà seguire il ruscelletto di Conn (Connbächli) e, una volta raggiunto il punto panoramico Il Spir in Conn, dare un'occhiata alla Ruinaulta. Allora Tektoni saluta e si avvia trepidante verso la Ruinaulta. Lungo il cammino fischietta ad alta voce, non più di paura ma di gioia.

Il racconto continua a → Pagina 23
Per proseguire con il viaggio → Pagina 14

Circa 9500 anni fa, la frana di Flims ha dato forma alla natura della regione turistica di Flims Laax Falera.

Su per gli alberi

48 ore nel patrimonio UNESCO Arena tettonica Sardona

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer

Percorrere la foresta ad altezze vertiginose e pilotare una barca attraverso la foresta.

VENERDÌ

Altezze vertiginose

Non su una parete rocciosa, ma nel bel mezzo della foresta, l'intera famiglia si ritrova immersa in un'avventurosa passeggiata fra agli alberi: si tratta del Parco avventura «Prau la Selva» di Flims. Non è richiesta alcuna esperienza di arrampicata. E quanto in alto vai, lo scegli tu – da due a dodici metri di altezza, il Parco offre un'ampia gamma di livelli di difficoltà, e propone un percorso per bambini.

Esplorare – Parco avventura Prau la Selva a Flims, dai 7 anni, tutti i giorni ore 10 – 18. sportzentrum-flims.ch

Ricaricare le batterie

Dopo l'avventura fra gli alberi, il relax in uno degli appartamenti del Rocksresort è ben meritato. Attrezzati di cucina e salotto, gli appartamenti sono delle vere e proprie oasi di benessere. Gli interni sono allestiti con materiali naturali, come il legno di ciliegio e la quarzite di Vals. E oltre a comodi letti, arredi stilosi e la vista sulla natura circostante, conquistano le stanze da bagno. Un bagno turco e una doccia a pioggia tropicale invitano a ricaricare le batterie per l'indomani.

Pernottare – Rocksresort a Laax, Appartamenti con due camere doppie da CHF 390.– a notte. rocksresort.com

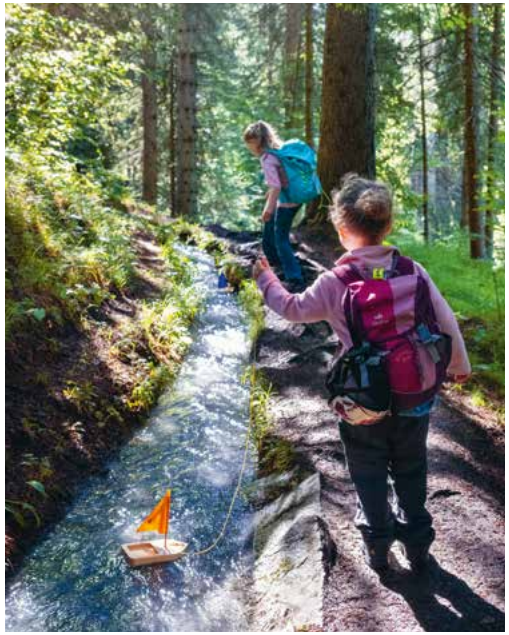
SABATO

In bici con la famiglia

In bicicletta si parte per un'escursione al Parc La Mutta di Falera, il più grande complesso megalitico della Svizzera. Da lì si gode di una splendida vista sulla vallata; a disposizione anche un parco giochi e un barbecue.

Esplorare – Laax Rental, Noleggio bici, Stazione a valle Laax. laaxrental.com
Parc la Mutta, Falera. parclamutta.falera.net

Arrampicarsi da un albero all'altro nel Parco avventura e su e giù in bici nel Urban Surfwave.



Andare a trovare Tinflaida sul Senda dil Dragun e condurre una barchetta nel ruscello di Conn.

12

Per tutti i buongustai

A chi spinge sul pedale viene fame. Di ritorno al Rocksresort, ce n'è per tutti i gusti. Voglia di Asian Noodles? Oppure di pasta o pizza? Al Rocksresort e nei dintorni, sono una decina i ristoranti fra cui scegliere. E se ogni membro della famiglia volesse qualcosa di diverso si può ordinare da quattro diversi ristoranti tramite l'app Inside Laax e consumarli presso l'Indy Bar. Un altro gustoso suggerimento è il Ristorante s'Nani, a pochi passi di distanza. Nei grigioni «Nani» è la nonna. Sarà quindi una cucina locale che vi verrà servita qui, il primo ristorante «regio. garantie» certificato da Graubünden Viva.

Mangiare – Ristoranti al Rocksresort a Laax, rocksresort.com, s'Nani, peaks-place.com
Servizio d'asporto con l'app Inside Laax.

2

Fra le cime degli alberi

È il momento di preparare il costume da bagno! Perché da Laax Murschetg ci dirigiamo verso il Lago di Laax. Non useremo i soliti itinerari, ma faremo la passeggiata fra gli alberi più lunga del mondo, il «Senda dil Dragun». Lassù in alto, si gironzola fra le cime degli alberi, scoprendo informazioni su fauna e flora regionale e, con un pizzico di fortuna, potremo incrociare la Signora del Muschio, Tinflaida, che come Ami Sabi (p. 11) vive in queste foreste da migliaia di anni. Chi oserà, potrà sedersi con lei e ascoltarla mentre racconta storie di tempi passati e svela come è nato il «Senda dil Dragun», il Sentiero del Drago.

Esplorare – Sentiero fra le cime «Senda dil Dragun» a Laax Murschetg, Visita a Tinflaida lungo il sentiero e condurre una barchetta lungo il ruscello «Connbächli» fino al lago. In estate, aperto tutti i giorni ore 9 – 18.
laax.com

4

Un salto nell'acqua fresca

Sono solo pochi passi in discesa, dal Sentiero del Drago verso l'idilliaco Lag Grond: bagno pubblico e parco giochi, area barbecue, pedalò e una grande prato per prendere il sole vi aspettano.

Relax – Lido di Lag Grond a Laax, apertura 1 luglio – 31 agosto, tutti i giorni ore 10 – 18.
flims.com

6

Prelibatezze in riva al lago

Sulle rive del lago si trova l'osteria con terrazza esterna Ustria Lags, dove viene servito dell'ottimo cibo (la tartare è da urlo). Qui verrete accolti con cura e cordialità da Sandra Reutter e il suo fantastico team. Buon appetito!

Mangiare – Ustria Lags, Via Grava 36a a Laax, cucina calda tutti i giorni ore 11.30 – 17 e 18 – 20.30 (merc. fino alle 16). ustria-lags.ch

DOMENICA

9

Barche nella foresta

Come trasformare una camminata in un'avventura acquatica: acquistare una barchetta di legno presso l'Ufficio turistico di Flims e poi, salpare dal parcheggio del Lago Cauma. Pardon! far salpare la barchetta sul ruscello di Conn (Connbächli). Il corso d'acqua scorre tortuoso attraverso la foresta. Con l'aiuto di una corda, l'obiettivo sarà quello di mantenere la barchetta sulla sua rotta, aggirando i diversi ostacoli, come sassi o rami. In un batter d'occhio si giungerà a Conn: da qui si apre una straordinaria vista sulle profondità della Ruinaulta, e il Ristorante Conn saprà deliziarvi con i suoi piatti.

Esperienza – Connbächli, Flims, punto di partenza dal parcheggio «Caumasee», barchetta disponibile presso l'Ufficio turistico. flims.com

Altri consigli di viaggio

MANGIARE & DORMIRE

Flem Mountain Lodge
– T. 081 531 00 11
Il nuovo Bike-Lodge delle gemelle Gehrig, con camere doppie, triple e un appartamento di vacanza.
flemlodge.ch

Wellness Hostel 3000
– T. 081 927 99 25
Ostello della gioventù e oasi wellness, tutto in uno. youthhostel.ch/laax

Jugendherberge Trin
– T. 081 650 40 50
Ostello all'interno del Centro Bergwald Mesaglina della Fondazione Bergwaldprojekt.
youthhostel.ch/trin

Restaurant Conn
– T. 081 911 12 31
A pochi passi da «Il Spir», il punto panoramico della Ruinaulta.
conn.ch

Camping Trin
– T. 081 330 43 35
Charme selvaggio.
campingtrin.ch

Tegia Curnius
– T. 081 927 99 30
Ristorante di montagna con grande parco giochi.
curnius.ch

Stalla Alp Nagens
– T. 081 927 99 28
Piatti tipici svizzeri e bel panorama.
alp-nagens.ch

TCS Camping Flims
– T. 081 911 15 75
Affittare un Pod o piantare la propria tenda nelle vicinanze del lago Cauma e del Parco avventura.
tcs.ch/camping

ATTIVITÀ

Galaaxy Freestyle Park
T. 081 927 73 45
Ninja Park, Pump Track, trampolini e altro ancora.
galaaxylaax.com

La piscina del Wellness Hostel 3000.

Foto Sopra – Schweizer Jugendherbergen / Foto Sotto – Wellness Hostel 3000 Laax

Legenda: Alloggio Ristorante

Azione in montagna.

Ami Sabi Wunderland
T. 081 920 92 00
Nell'atelier si armeggia e si fa bricolage, nella foresta si scoprono piante e alberi, mentre nel letto del fiume Ual Draus si va a caccia di cristalli.
laaxschool.com

Ruinaulta Bus
T. 081 288 43 16 (info e prenotazioni)
Attraverso la Ruinaulta sul Bus Cabriolet.
rheinschlucht.ch

Alp Mora Bus
T. 081 635 18 88
Da Trin su verso le «Marmitte dei giganti».
trin-verkehrsverein.ch

Sardona Aktiv App
L'app ufficiale per esplorare l'arena tettonica.
unesco-sardona.ch

Familienpass
T. 081 920 92 00
Vantaggi per famiglie.
flims.com

AGENDA

OL WM 2023
Dal 11–16 luglio 2023 a Flims Laax Falera hanno luogo i World Orienteering Championships. Corsa d'orientamento nella foresta, con media e lunga distanza e staffetta.
woc2023.ch

Kinderfest Laax
Ogni anno a luglio si svolge la Festa dedicata ai bimbi: cavalcate, percorsi per bici, atelier e molte altre attrazioni vi attendono al Lago di Laax.
kinderfest-laax.ch

Transumanza di Flims
In settembre, mucche decorate a festa sfilano da Bargis via Fidaz, fino a Flims. Ristoro e colazione contadina a Bargis.
flims.com

Arena tettonica Sardona
unesco-sardona.ch

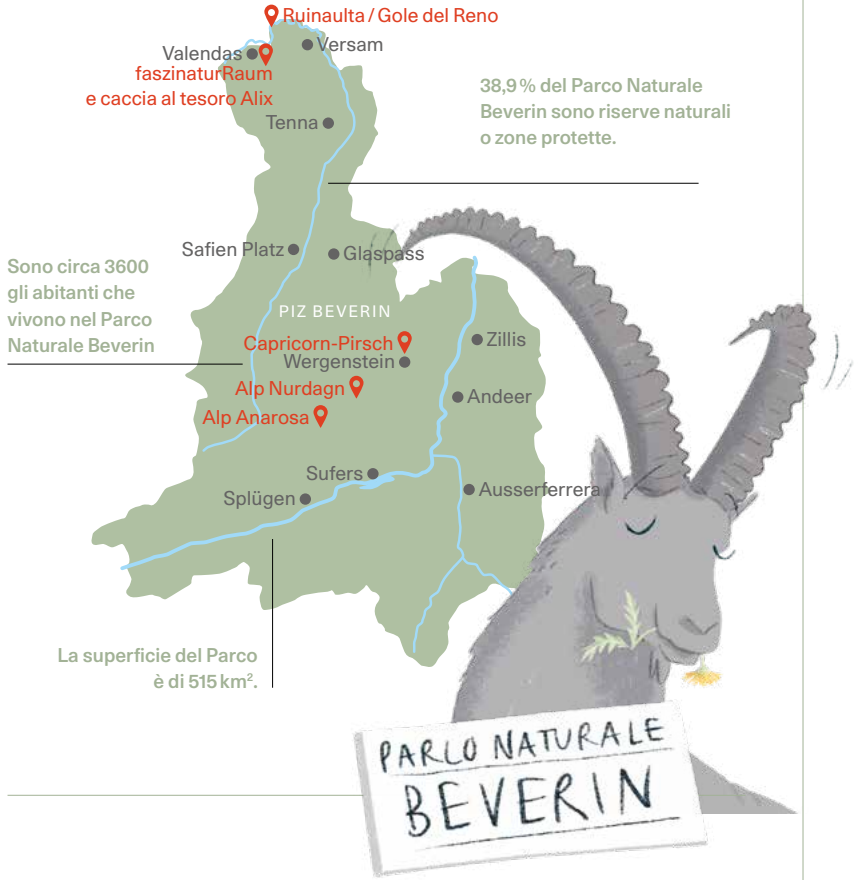
Parco Naturale Beverin

Valli remote, canyon profondi e alpi silenziose – scopriamo paesaggi lontani dal caos e dalla frenesia.

Con passo leggero sul Glaspass.

Foto – Nico Schierer

Cibo per curiosi



38,9 % del Parco Naturale Beverin sono riserve naturali o zone protette.

Sono circa 3600 gli abitanti che vivono nel Parco Naturale Beverin

La superficie del Parco è di 515 km².

In giugno le femmine di stambecco mettono al mondo i loro piccoli, di solito uno, in rari casi anche due.

Di un certo peso

Le corna di stambecco crescono fino a un metro di lunghezza e pesano, ciascuno, fino a 2,5 kg.

Coi piedi per terra

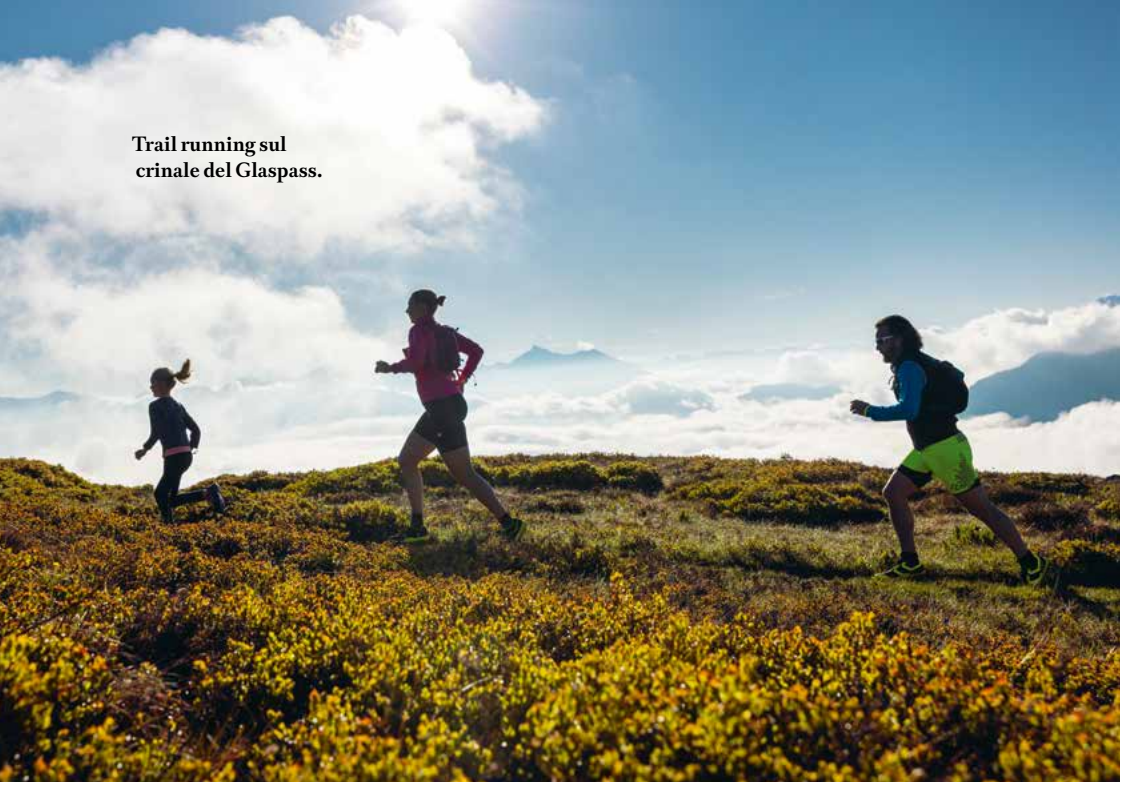
Appena nati, sin dal primo giorno, i piccoli di stambecco stanno già in piedi da soli.

Una corsa in montagna

Al Parco Naturale Beverin c'è da divertirsi – Tektoni fa rafting, si cimenta nel trail running e incontra un nuovo compagno di viaggio.

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer / Illustrazione – Pia Valär

Tektoni guarda l'acqua turchese luccicante. Con una zampetta verifica la temperatura dell'acqua. «Uuh, quant'è fredda», dice fra sé e sé. E proprio in quel istante, sente delle voci in lontananza. Gente che ride. E poco dopo vede un gommone sbucare da dietro una roccia. Un bambino sul gommone esclama: «Guarda, mamma, una marmotta!» Anche la guida rafting individua Tektoni e dirige il gommone verso di lui. Quando l'imbarcazione si ferma di fronte a lui, Tektoni vorrebbe solo scappare via. Ma qui, nella Ruinaulta non ci sono buche o gallerie per marmotte. Raccoglie quindi, una volta ancora, tutto il suo coraggio e si appresta ad affrontare l'incontro. Chiede: «Dov'è che state andando col gommone?» Il giovanotto a bordo risponde: «Siamo partiti da Versam e stiamo affrontando una discesa emozionante attraverso le acque selvagge della Ruinaulta. La nostra meta è Reichenau». Allora Tektoni salta sul gommone e chiede: «Posso venire con voi?» Il piccolo avventuriero non ha idea di cosa lo aspetta!



Trail running sul crinale del Glaspass.

TEKTONI ENTRA IN AZIONE

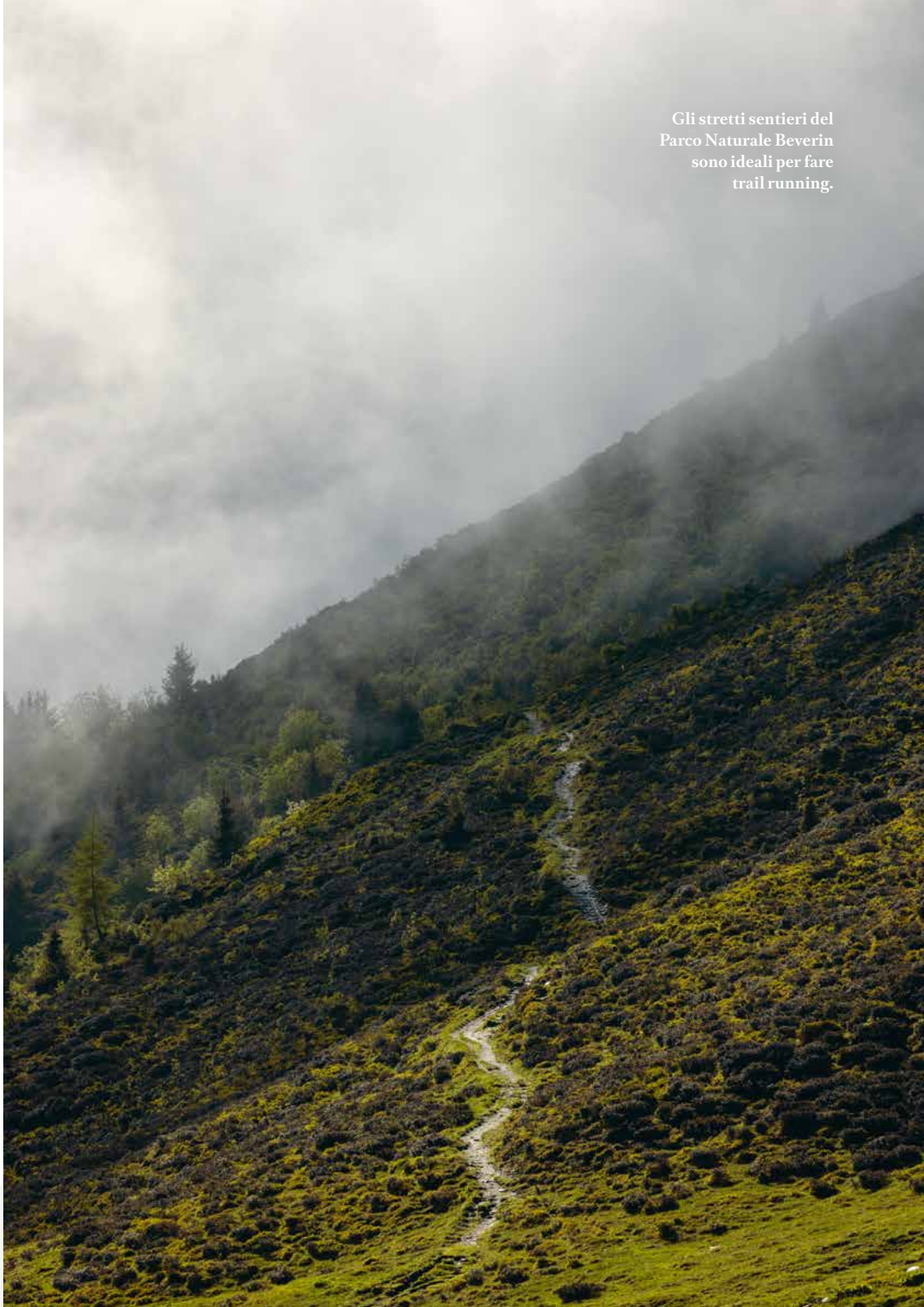
«Tektoni!», «Tektoni!», sulle sponde del Reno, tutta la famiglia si agita attorno al marmottino. E infine Tektoni apre gli occhi. «Dove sono?» Tutti sospirano sollevati. «Sei nella Ruinaulta», dice la guida. Poi Tektoni inizia a ricordare e rivede gli ultimi minuti passargli davanti come un film. Inizialmente la discesa in gommone era piacevole, poi s'imbattono in una rapida, e tutti a pagaiare con forza mentre la guida dà istruzioni e Tektoni? che faceva Tektoni? Dallo spavento si era istintivamente dato alla fuga, saltando fuori dall'imbarcazione. Ma invece di ritrovare la terra ferma sotto le zampette, si è ritrovato a vorticare nell'acqua proprio in mezzo alla rapida. E ora si ritrova sdraiato sulla riva, con la testa che gli gira, circondato dalla famiglia. La guida, rivolgendosi a lui, dice: «Che questo ti serva da lezione: quando ti trovi di fronte a una difficoltà, la fuga non sempre è una soluzione». Sì, è vero, pensa il piccolo Tektoni. Ho ancora molto da imparare durante questo viaggio. A Reichenau, si congeda dalla famiglia e dalla loro guida. Dopo il rafting attraverso la Ruinaulta, ha voglia di ritornare verso le montagne. Trotterella velocemente attraverso i prati, si lascia alle spalle i paesini per raggiungere infine il Glaspass. Qui, all'improvviso, sente il terreno tremare e riesce a scostarsi giusto prima che un uomo gli passi accanto correndo. Poi sente una risata; si guarda attorno e scorge un'altra marmotta, che gli dice: «Quello che ti è passato correndo davanti al muso era Thomas Häusermann», e di lui certo non bisognava avere paura. «Guarda, ecco che arrivano gli altri, Angelika Lehmann e sua figlia Nora». Wow, ma guarda questi come corrono sulle montagne. «Ma tu chi sei?», chiede Tektoni. «No, chi sei tu?» gli chiede l'altra marmotta, visto che qui è lei di casa. «Sono Tektoni», risponde. «E io sono Jori». In quel momento, mamma e figlia passano loro davanti. Allora Jori fischia forte e le due si fermano. «Guarda, mamma, c'è Jori!», dice la giovane Nora. Tektoni chiede: «Ma perché state correndo sulle montagne?» Nora ha la risposta pronta: «Perché è divertente!» E Angelika Lehmann aggiunge: «Sì, correre lungo i sentieri nel bosco è un gran divertimento per tutti i bambini.», il problema è che perdono l'entusiasmo non appenda li costringi a fare percorsi monotoni. «E noi non vogliamo certo che i bambini correndo si annoino», aggiunge una voce maschile.

Thomas Häusermann si unisce al gruppo. E così Tektoni scopre questa attività del tempo libero chiamata trail running. «Molte persone pensano che il trail running sia solo per i patiti della corsa», dice Häusermann. In realtà la maggior parte delle persone non sa cosa sia esattamente il trail running. Non è che devi correre tutto il tempo come se stessi fuggendo da qualcosa. Nelle salite puoi anche camminare a ritmo sostenuto e poi riprendi la corsa dove è più pianeggiante. «La cosa più importante è divertirsi facendo movimento». E farlo su percorsi variati, come i sentieri nel bosco o, come qui, su un Single Trail è molto più divertente. Lui e il suo team di «zenit.run» si sono posti l'obiettivo di invogliare altre persone a praticare il trail running.

UNO STAMBECCO COCCIUTO

Così come sono arrivati, i tre se ne vanno correndo. «Jori, anche tu sai fare il trail running?» Certo che sì, dice, e parte per una sfida di corsa. Corrono, corrono e corrono finché uno stambecco sul sentiero non li costringe a fermarsi. «Ehi, togliti di mezzo», gli urla Jori. Ma lo stambecco non si scosta di un centimetro. Poi li raggiunge un secondo stambecco, che ridendo dice: «Ciao a tutti. Io sono Cassian e questo è mio cugino Capri, un caprone molto testardo». Al che Capri ribatte: «Non sono testardo. Ma qui siete voi ad essere sul nostro territorio, il Parco Naturale di Beverin». Proprio così, conviene Cassian e aggiunge: «Qui siamo una grande famiglia di stambecchi. Insieme formiamo un branco di 350 stambecchi, fra maschi, femmine e piccoli. E Tektoni replica orgoglioso: «E io sto facendo una grande avventura alla scoperta del mondo». Suona bene, pensa Capri. «E stai viaggiando tutto solo soletto?». Tektoni annuisce. «Però un compagno di viaggio potrebbe servirmi. Qualcuno di voi vuole venire con me?» Jori saluta dicendo che sta costruendo una nuova galleria. Anche Cassian rifiuta l'invito, perché ha avvistato una bella signora stambecco. «Ah si vede proprio chi è il testardo qui! Tektoni, io dico sì, sono proprio in vena di avventure», dice Capri e aggiunge: «Potremmo fare il tour di tutti i Parchi dei Grigioni». A Tektoni l'idea piace. Ma prima di raggiungere il prossimo parco, Capri ha una proposta: «Vorrei mostrarti il posto più bello che c'è qui, l'Alpe Anarosa». E così si dirigono assieme verso il tramonto, su sull'alpe, sognando di avventure lontane. ●

Il racconto continua a → Pagina 37
Per proseguire con il viaggio → Pagina 28



Gli stretti sentieri del Parco Naturale Beverin sono ideali per fare trail running.

In compagnia degli stambecchi

48 ore nel Parco Naturale Beverin

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer

A zonzo per scenari naturali, dove le acque scorrono impetuose e gli stambecchi sono di casa.

VENERDÌ

10 Un inizio interattivo

La storia di Valendas è strettamente legata all'enorme fontana di legno nella piazza del paese. Ebbene sì, una fontana di legno più grande, in Europa, non si trova da nessuna parte. E l'entrata al «faszinatur-Raum» si trova proprio di fronte. Sarà la Ninfa della fontana, che all'esterno veglia sulla fonte, ad accogliervi in questo spazio e raccontarvi quali fiori, alberi e arbusti crescono in questa regione e quali sono gli animali selvatici che vi abitano.

Visitare – «faszinaturRaum», Dorfplatz Valendas, tutti i giorni ore 9 – 20, gratuito.
safiental.ch/faszinatur

11 Dov'è finita la Ninfa?

Agitazione a Valendas. La Ninfa della fontana è scomparsa. Che sia stata rapita? Con l'aiuto di una mappa del tesoro, si va alla ricerca degli indizi lungo un percorso circolare di 2 km per scoprire dove si trova la ninfa sperduta.

Esplorare – Caccia al tesoro Alix a Valendas, mappa del tesoro disponibile nel «faszinatur-Raum» e negli uffici turistici di Valendas e Versam.

1 Acque selvagge

Dopo esserci ristorati al Café zur Einkehr, proprio accanto alla stazione di Versam, ci aspetta una bella avventura: rafting attraverso le Gole del Reno Ruinalta. Qui le pareti di calcare svettano alte e l'acqua scorre impetuosa. Affiancati da una guida esperta impareremo a domare assieme le rapide. E dove le acque sono calme, potremo anche tuffarci per un bagno rinfrescante.

Esplorare – Rafting con guida, da Versam a Reichenau, dai 10 anni, 4 ore.
kanuschule.ch

Il lavoro di squadra ci conduce in sicurezza attraverso le acque della Ruinaulta.

Attraverso prati fioriti e boschi – Caccia al tesoro Capricorn.

Dolci sogni

A Wergenstein, nel Comune di Muntogna da Schons, a poco meno di 1500 m s.l.m., troviamo l'Hotel Restaurant Capricorns. Un luogo di pace e relax – con camere accoglienti, un'area wellness costruita con materiali locali, e delizie culinarie. All'esterno ci s'immerge in una tinozza Hot Pot, che non solo saprà riscaldarci il corpo, ma anche il cuore mentre ammiriamo il paesaggio circostante.

Pernottare – Hotel Restaurant Capricorns a Wergenstein, T. 081 630 71 72. capricorns.ch

SABATO

Uh, che bello!

Nel Parco Naturale Beverin vivono circa 350 stambecchi – o Capricorns, in romancio – fra maschi, femmine e piccoli. L'esposizione «Capricorns» allestita nell'Hotel Restaurant Capricorns a Wergenstein, ci dà tutte le informazioni sul re delle alpi, nonché il protagonista dello stemma cantonale. Un rilievo interattivo ci permette inoltre di avere una completa panoramica del Parco.

Imparare – Mostra Capricorns, Hotel Capricorns a Wergenstein, tt. gg. ore 9 – 23 (quando Hotel aperto). naturpark-beverin.ch

Sulle tracce degli stambecchi

Dotati di una mappa del tesoro s'inizia la Caccia al «Capricorn». Lungo il percorso ci saranno enigmi insidiosi da risolvere, come ad esempio: Come si fa a capire l'età di uno stambecco solo da un suo corno? Parti in esplorazione e scoprilo.

Esplorare – Caccia al Capricorn, da/fino a Wergenstein, metà giugno – metà ottobre, 5,1 km, 3 ore. naturpark-beverin.ch

Fondue all'aperto

Chi vuole amplificare l'avventura durante la Caccia al tesoro, può noleggiare un set per fondue outdoor presso l'Hotel Capricorns per godersi una fondue nella selvaggia natura.

Mangiare – Fondue Outdoor, ritirare presso l'Hotel Restaurant Capricorns a Wergenstein. capricorns.ch

Una notte sull'alpe

Con il Bus Alpin si sale su fino al Parcheggio Tguma, Da qui sono trenta minuti a piedi su di un sentiero pianeggiante fino all'Alpe Nurdagn. In capanna troviamo piatti semplici ma deliziosi e possiamo dormire in camerate accoglienti e luminose. Anche gli escursionisti di giornata, troveranno qui una calorosa accoglienza e potranno ristorarsi all'Alp Nurdagn.

Pernottare – Agriturismo Alp Nurdagn, sopra Wergenstein, pernottamenti in camerate. alpnurdagn.ch

DOMENICA

Esplorare l'alpeggio

Sopra l'alpeggio Nurdagn, all'Alpe Anarosa ci s'imbatte in un'idilliaca torbiera, che offre ospitalità a diverse specie di animali. Il libro per bambini "Ein Sommer mit Ana & Rosa» si svolge proprio qui e racconta di Ana la mamma mucca che trascorre l'estate all'alpe con la sua vitellina Rosa. Una storia emozionante i cui luoghi si possono ripercorrere durante la camminata. Il libro propone anche semplici ricerche da svolgere.

Camminare – Alpe Anarosa, sopra Wergenstein, 3,5 km, 1½ ora, libro per bambini disponibile (in D): info@naturpark-beverin.ch

Altri consigli di viaggio

MANGIARE & DORMIRE

Gasslihof Safiental, Thalkirch
– T. 079 746 20 87
Pernottare nell'incantevole fattoria walser e gustare cibo locale.
gasslihof.ch

Hotel Seeblick, Sufers
– T. 081 664 11 86
Ristorante con cucina tradizionale e camere con vista sul lago Sufer.
seeblick-sufers.ch

Camping Carrera, Valendas
– T. 079 442 97 01
Campeggio in piena natura alla Ruinaulta.
camping-carrera.ch

Bio Yakhof Heinz, Sufers
– T. 079 934 15 33
Dormire in yurta a 2000 m s.l.m.
yakhof-heinz.ch

Pizzeria Orta, Lohn
– T. 081 553 05 58
Terrazza soleggiata con vista sulla Val Schons e le montagne grigionesi.
pizzeria-orta.ch

La Pensiun Laresch.

Cufercalhütte SAC
– T. 079 954 65 71
Capanna CAS nel Parco Naturale.
cufercalhuette.ch

Hotel Rofflaschlucht, Andeer
– T. 081 661 11 97
Locanda alla Gola della Roffla, con cascata.
rofflaschlucht.ch

Pensiun Laresch, Mathon
– T. 081 661 10 00
Lodge alpino e moderno con Tiny House.
laresch.ch

Berghotel Alpenblick, Tenna
– T. 081 645 11 23
Buona cucina, camere luminose e accoglienti.
alpenblick.ch

ATTIVITÀ

Valentins Naturspielraum, Tenna
Quattro capanni per lo smaltimento dei rifiuti, riallestiti e dedicati al tema natura, si trasformano in attività giocose.
tennaplus.ch

Strahler-Exkursion am Beverin, Wergenstein
Escursione a caccia di minerali e cristalli assieme ad un professionista esperto che saprà farci brillare gli occhi.
naturpark-beverin.ch

La Gola della Viamala.

Parco giochi Wildi Weid, Camanaboda
Con giochi in legno, zona barbecue e splendida vista.
safiental.ch

Trekking con i lama Safien Platz
Durante il trekking ciascuno può condurre autonomamente il suo lama.
bandli.ch

Bosco sonoro, Lohn
A spasso nel bosco lungo i 2 km di sentiero circolare ascoltando le 22 installazioni sonore.
klangwald.lohn-gr.ch

Sentiero avventura Glaspass, Tschappina
Percorso circolare con postazioni tematiche e giocose.
erlebnisweg-glaspass.ch

Caccia al tesoro Viamala, Thusis
Esplorare la Gola della Viamala con una mappa del tesoro.
viamala.ch

Mia Natira, Mathon
Scoprire la biodiversità dello Schamserberg nella piccola mostra interattiva.
naturpark-beverin.ch

AGENDA

Faszinatur
La primavera invita a esplorare il risveglio della natura nello Safiental con le escursioni guidate di Faszinatur.
faszinatur.ch

Osservazione della fauna selvatica
Durante l'escursione con un cacciatore locale – e con un po' di fortuna – si potranno osservare gli stambecchi.
viamala.ch

Transviamala & Transruinaulta
In ottobre si svolgono i Trailrunning Transviamala e Transruinaulta.
transviamala.ch

Parco Naturale Beverin
naturpark-beverin.ch

Legenda: Alloggio Ristorante Negozio in fattoria

Foto Sopra – Dematteo.com / Foto Sotto – Yannick Andrea

Parco Val Calanca

Nella valle meridionale dei Grigioni si respira quiete e serenità, sia nel fondovalle lungo la Calancasca, che a quote superiori, sui terrazzi soleggiati.

Foto – Nico Schaerer

Landarenca sotto il sole di fine mattinata.

Info che van giù come il miele …

Quando l'ape scomparirà dalla Terra, all'uomo non resteranno che altri quattro anni di vita.

Albert Einstein

MIELE PREZIOSO

Per 1 kg di miele le api percorrono 100 000 km e visitano circa 15 milioni di fiori.

LA DILIGENTE APE REGINA

Da maggio a giugno l'ape regina depone fino a 2000 uova al giorno.

Ma chi è che ci ronza intorno?

Capri e Tektoni viaggiano verso sud, verso il Parco Val Calanca – qui prendono la teleferica e incontrano una nuova amica giramondo.

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer / Illustrazione – Pia Valär

«Più ci spingiamo verso sud, più il caldo si fa sentire», protesta Tektoni. Però qui è bellissimo, osserva Capri. E' sempre stato il suo sogno quello di scoprire il lontano sud. Per giorni hanno scalato alte montagne, si sono riposati su verdi prati e hanno dormito sotto il cielo stellato. Ora si trovano di fronte ad una valle allungata. «Guarda, Capri, laggiù c'è dell'ombra, sembrerebbe più fresco». Prima che Capri abbia il tempo di rispondere, Tektoni sta già sgambettando verso il fondo valle. Corre e corre e … Capri infine riesce a raggiungere il suo piccolo amico. «Tektoni fermati! Mi serve una pausa». I due si dirigono verso un paesino di montagna. Fra le casette in pietra, ce n'è una con la scritta «Osteria Landarenca». Sul piazzale, accoglienti tavoli e sedie. «Dai Capri, sembra un bel posto per fare una pausa», dice Tektoni sedendosi ad un tavolo. Mentre Capri resta in piedi sulla viuzza ancora indeciso, arriva la padrona di casa, Noemi Negretti. «Oh guarda un po', abbiamo dei nuovi ospiti!» E Tektoni spiega: «Siamo due avventurieri in viaggio per il mondo.» «Allora avrete molta fame e sete», dice la padrona di casa apparecchiando ogni sorta di prelibatezza. Tektoni divora tutto come se non mangiasse da giorni e Capri, ridacchiando, gli dice: «Ehi Tektoni, a furia di rimpinzarti, dopo basterà farti rotolare giù dal pendio.»

L'apicoltrice Wilma Bucher-Capriroli davanti alla sua casa a Santa Domenica.

DIVI IN VAL CALANCA

«Oh finalmente un po' di refrigerio!» Tektoni e Capri sono sdraiati al fiume sotto il ponte in pietra di Arvigo, su cui nel frattempo si stanno ammucchiando sempre più persone. «Guarda, Capri, hanno tutti in mano un piccolo coso nero», dice Tektoni. «Sono dei telefoni cellulari – li stanno usando per fotografarci», gli spiega Capri. Tektoni non afferra: «Perché mai dovrebbero fotografarci?» Alzando gli occhi al cielo Capri gli dice: «Ma è ovvio, Tektoni, siamo dei gran bei tipi, dei veri avventurieri!» e si mette in posa come una star.

SU FINO A BRAGGIO

«Dai Tektoni, ci siamo rinfrescati abbastanza, torniamo di nuovo su in alto». Tektoni però non fa una piega: «Sono stanco.» Poi Capri scorge una piccola teleferica rossa sopra le loro teste. «Guarda, per salire possiamo prendere la teleferica!» E così i due attraversano il ponte – da cui tutti fuggono in ogni dove – e proseguono verso la stazione a valle della funivia. «A noi, non ci faranno neppure salire », dice preoccupato Tektoni. Ma poi, di fronte alla cabina restano a bocca aperta: è vuota, non una persona in lungo e in largo. Allora salgono sulla cabina e fanno una scoperta: «C'è un pulsante verde di avvio. Dai schiacciamo», dice Capri. Non appena premono il pulsante, risuona un campanello e la cabina parte. Una volta raggiunta la cima, scorgono alcune case discoste e un piccolo nucleo, con al centro un gran bel orto. «Ehi Capri, sarà un festival di verdure! Qui possiamo davvero rimpinzarci!»

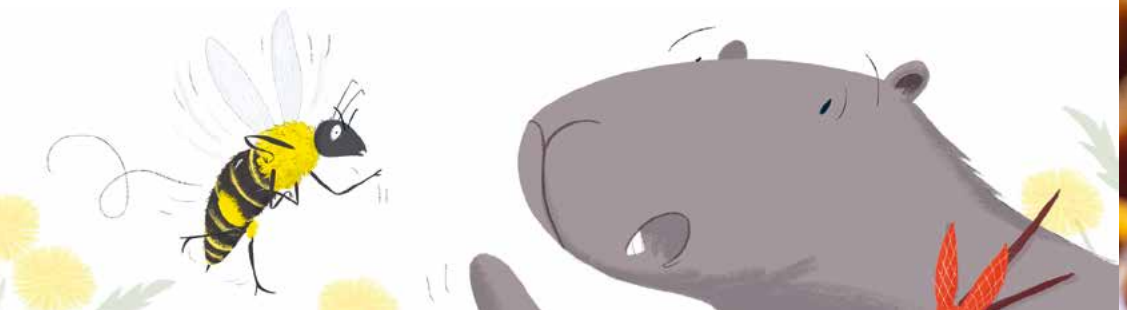
LADRI DI VERDURE

«Chi ha mangiato le mie verdure?» Agnese Berta, in piedi nell'orto di fronte al suo agriturismo Raisc, scuote la testa e dice a bassa voce: «Sembra come se una mandria intera avesse brucato nel mio orto.» In quel momento adocchia Capri e Tektoni. «Avete mangiato voi tutte le mie verdure?» I due hanno la coscienza sporca. Capri china la testa. «Sì ... avevamo una gran fame». Tektoni aggiunge: «E poi le tue verdure erano buonissimissime!» Agnese Berta sorride e dice: «Sono contenta che le abbiate apprezzate, ma ora, su, via dal mio orto!»

IL VIAGGIO PROSEGUE IN TRE

Tornati a valle, Capri e Tektoni camminano risalendo il fiume Calancasca. All'improvviso Tektoni si dimena come un ossesso. «Ma che ti prende?» chiede Capri. «Ah, oh! era solo una vespa fastidiosa». A quel punto l'animaletto alato si ferma a mezz'aria e strilla: «Ehi marmotta, ma non ce li hai gli occhi? Io non sono una vespa, sono un'ape». Capri scoppia a ridere: «E come ti chiami?» Il suo nome è Api, risponde. «E cosa ci fai qui, Api?». Sta raccogliendo nettare e polline per produrre miele. E Tektoni sghignazzando: «Beh certo, è quello che fanno tutte le api». In quel momento una voce risuona alle loro spalle. «No, questo non è vero». Tektoni e Capri si voltano e vedono una donna. «Cosa c'è di non vero?», vuole sapere Tektoni. La donna si spiega: «Sono Wilma Bucher-Capriroli e Api fa parte di una delle mie cinque colonie di api». E in ciascuna colonia, ogni ape ha il suo specifico compito. Ci sono api che trascorrono la giornata a pulire l'alveare, altre che producono il miele mescolando polline e nettare, altre ancora comunicano alle loro compagne nuove fonti di nettare e polline facendo una loro particolare danza, altre invece sono addette alla costruzione delle cellette del nido e per finire ci sono le api che volando di fiore in fiore, raccogliendo nettare e polline per trasportarli nell'alveare. «E poi, importantissima, è la regina» prosegue nella sua spiegazione Wilma Bucher-Capriroli. «Nell'arco della sua vita fa un solo volo nuziale.» Da questo volo, rientra all'alveare trasportando dentro di sé migliaia di uova, che serviranno a far nascere nuove api per molti anni a seguire. «Quanto è grande una colonia di api?» vuole sapere Capri. «Durante i mesi estivi una colonia vigorosa è composta da circa 60 000 api.» E la cosa affascinante è che uniscono gli sforzi e collaborano tutte assieme. Così facendo, un'estate produttiva, permette di ottenere venti chili di miele per ogni colonia di api. «E voi cosa ci fate qui?» chiede Api. Capri dichiara orgoglioso: «Siamo viaggiatori alla scoperta del mondo». In quel istante gli occhi di Api iniziano a brillare. «Oh wow! Voglio anch'io!» Wilma Bucher-Capriroli le sorride. «Quest'estate hai già lavorato molto, vai pure alla scoperta del mondo!» Allora Api chiede a Capri se può unirsi a loro. «Ma certo! – risponde Capri – Avere una compagna di viaggio che sappia volare potrebbe esserci utile.» E così i tre si avviano verso la loro prossima avventura.

Il racconto continua a → Pagina 51
Per proseguire con il viaggio → Pagina 42



Wilma Bucher-Capriroli e il suo apiario.

Nella natura selvaggia

48 ore nel Parco Val Calanca

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer

Camminare lungo la Calancasca, ascoltare il ronzio delle api e pescare il proprio pranzo.

VENERDÌ

Su fino in cima

Le scoscese pareti rocciose della Valle Calanca possono essere scalate con grande facilità, e più precisamente salendo sulla teleferica a Selma per volteggiare fino a Landarenca. E saranno i bimbi a poter schiacciare il pulsante di partenza della teleferica, che è automatica. Arrivati in cima ci si ritrova in un villaggio di splendidi rustici. Per pranzo ci si ferma nell'accogliente Osteria Landarenca per godersi i suoi gustosissimi piatti.

Mangiare – La teleferica Selma – Landarenca è sempre in funzione. Osteria Landarenca a Landarenca, T. 078 617 45 22. landarenca.ch

La piscina naturale

Si riallacciano le scarpe da trekking per scendere lungo il morbido sentiero da Landarenca fino ad Arvigo. Qui, proprio sotto allo storico ponte ad arco in pietra ci si potrà rinfrescare nella pozza naturale formata dal fiume.

Camminare – Landarenca fino Arvigo, 1 ora, 2,5 km, dislivello 400 m, sentiero ben segnalato.

Ospiti dell'Agriturismo

La teleferica volteggia anche da Arvigo a Braggio. Ed è in questo paesino di montagna che Agnese Berta si è trasferita 42 anni fa per realizzare il sogno di creare la sua propria azienda agricola. Ha iniziato con appena 2,5 ettari di terreno. Oggi, assieme alla sua famiglia, gestisce l'Agriturismo Raisc. Qui si alloggia in caratteristiche case vacanza e in tavola, nel salone multiuso, viene servito ciò che cresce nell'orto.

Pernottare – Agriturismo Raisc, Braggio, Quattro case vacanza, da 4 a 8 persone, T. 091 828 13 34. agriturismoraisc.ch

Ortaggi nell'orto di Agnese Berta a Braggio e arte nel bosco sopra Rossa.

Presso il laghetto sportivo di Augio, il proprio pranzo lo si pesca personalmente.

SABATO

Per valli e monti

La camminata da Arvigo a Rossa, adatta alle famiglie, è anche la terza tappa della Via Calanca. Il sentiero segue la Calancasca e attraversa i paesi di Selma, Bodio-Cauco, Sta. Domenica e Augio. In ogni località ci sono fermate del bus, per accorciare la camminata in caso di bisogno. In zona Sta. Domenica bisognerà tenere gli occhi aperti per notare le allegre api impegnate a raccogliere il nettare per il miele di Wilma Bucher (→ p. 37).

Scoprire – Camminare da Arvigo a Rossa, 2 ore, dislivello in salita 320 m, in discesa 80 m. viacalanca.ch

Saziarsi pescando

A chi cammina viene fame. E già che si procede lungo il fiume perché non pescarsi un pesce. La chance di riuscirci però. si alza notevolmente se dal fiume svoltiamo verso uno dei sei laghetti di pesca sportiva gestiti da Werner Sigrist. Qui nuotano salmotrote, trote iridea e salmerini di fontana - che ognuno potrà pescarsi a piacimento. In cucina, poi, il pescato si trasformerà subito in un ottimo pranzetto a km 0.

Sperimentare & mangiare – Pesca Sportiva, Augio, marzo – ottobre, ore 9 – 18 (luglio e agosto ore 9 – 19), T. 091 828 11 35. pescasportiva.ch

Un nido nel bosco

In mezzo al bosco, dieci minuti a piedi sopra Rossa, si trova un enorme nido di legno costruito con 180 travi di larice. L'ha creato l'architetto Davide Macullo, chiamandolo «Sphere», ed è pensato per essere un luogo in cui entrare in contatto con la natura in modo nuovo. Saranno un totale di dieci le installazioni di questo tipo che verranno create sotto il nome di «Ispace».

Scoprire – Sphere, sopra Rossa, seguire la segnaletica a nord-ovest del paese (chiedere agli abitanti del luogo). macullo.com

Dalle esploratrici

La Fondazione Calanca delle Esploratrici è in valle dagli anni '50 ed è molto attiva sia culturalmente che turisticamente, con proposte il cui fulcro è la natura. Così questa giornata potrà concludersi in tenda davanti ad un fuoco al Campeggio Al Mulin. Tenda, teloni, corde e tutto ciò che serve, può essere affittato in loco. Chi invece preferisce avere un tetto solido sopra la testa, può pernottare in una delle case vacanza o nella bella roulotte di legno «Baumeisli». Vale la pena dare un'occhiata online al calendario delle attività proposte dalla Fondazione.

Pernottare – Campeggio Al Mulin, Bodio-Cauco, CHF 9.–/p., bimbi fino ai 2 anni gratis, fino a 6 anni CHF 4.50. calancatal.ch

DOMENICA

Parco giochi Natura

Un soggiorno in Val Calanca è plasmato dalla natura, che c'invita a interagire con essa in modo creativo e giocoso. Sulle rive della Calancasca si possono cercare i giusti ciottoli per gareggiare al rimbalzello sulla superficie dell'acqua o per costruire figure di sasso ad abbellire la riva, mentre il bosco c'invita a giocare a nascondino. A chi serviranno più castelli gonfiabili e compagnia bella?

Esplorare – Boschi, prati e acque da Castaneda fino a Rossa, per ogni fascia di età, gratuitamente. parcovalcalanca.swiss

Altri consigli di viaggio

MANGIARE & DORMIRE

Agriturismo Raisc, Braggio
– T. 091 828 13 34
Accoglienti case vacanza sul terrazzo soleggiato della Valle.
agriturismoraisc.ch

Al Negozio, Braggio
– T. 076 454 75 16
Negozietto di paese con terrazza.

Azienda Refontana, Braggio
– T. 091 828 12 08
Padroni di casa calorosi, accogliente appartamento di vacanza e un magnifico giardino di erbe aromatiche.
braggio-refontana.ch

Ristorante Val Meira, Braggio
– T. 079 661 19 23
Cucina locale, gelato fatto in casa e pernottamento.
ristorante-ostello-valmeira-braggio.com

B & B Ai Cav, Arvigo
– T. 091 828 17 17
Camere stilose e ottima cucina.
bnbcalanca.ch

Foto – Nico Schaerer

Albergo, ristorante e pizzeria La Cascata.

Ristorante Germinia, Arvigo
– T. 091 828 10 21
Ristorante con negozietto e agenzia postale.
germinia.ch

A fà la spesa Dalvecc, Selma
– T. 091 828 14 81
Negozietto di alimentari.

Ristobar B & B al pont, Selma
– T. 076 376 80 17
Ristorante, bar, camere curate con colazione.

Osteria Landarenca
– T. 078 617 45 22
Osti calorosi e cibo delizioso. landarenca.ch

Ristorante Passetti con alloggio, Rossa
– T. 091 828 12 10
Ristorante con possibilità di pernottare.

La Cascata, Augio
– T. 091 828 13 12
Fare colazione nella Sala degli specchi, immersi in un'atmosfera da Belle Époque parigina.
lacascata.ch

Ristorante Albergo Valbella, Rossa
– T. 091 828 11 16
Ristorante, bar e semplici camere.
albergovalbella.eu

Archivio Regionale, Cauco
– T. 091 828 10 68
Bottega con prodotti locali e Bistro. Aperto: me & sa, ore 14 – 17.
calancatal.ch

B & B Casa al Pro' da Leura, Rossa
– T. 091 210 67 89
Rustico autentico con vista sulle montagne.
bnb.ch

Legenda: Alloggio Ristorante Negozio in fattoria

AGENDA

Giornata dei Mulini
Ogni maggio i mulini in tutta la Svizzera aprono i loro portoni; anche qui, i mulini di Arvigo e di Braggio, invitano alla visita.
muehlenfreunde.ch

Festival musicale Demenga
Quando d'estate gli strumenti deliziano le orecchie e musicisti internazionali fanno risuonare la Val Calanca di sonorità classiche.
festivaldemenga.ch

Corso muri a secco
In ottobre, la Fondazione Esploratrici Calanca propone corsi per imparare a costruire i muri a secco sotto la guida di un esperto.
calancatal.ch

Parco Val Calanca
parcovalcalanca.swiss

Parc Ela

Nelle sue molte diramazioni questo parco grigionese ci regala montagne impressionanti, foreste idilliache e laghetti rinfrescanti.

Foto – Nico Schaerer

Già la risalita verso l'Alp Darlux è un bel divertimento.

Avere una visione d'insieme

Con una superficie di 659 km2 il Parc Ela è il parco più grande della Svizzera.

Nel parco non vivono solo animali di grossa taglia ma anche 135 specie di farfalle.

Nel Parc Ela si parlano tre delle quattro lingue nazionali – romancio, tedesco e italiano.

Il menu di un'aquila reale

piccoli di camoscio
lepri
giovani volpi
gatti
topi
marmotte
cerbiatti
uccelli

Le piccole aquile reali si schiudono in primavera, l'estate la trascorrono vicino al nido, per poi lasciare il territorio dei genitori verso la fine dell'anno.

Pericoli nel bosco

I nostri avventurieri si perdono nel Parc Ela, incontrano una nuova compagna di viaggio e Tektoni fa un'esperienza imprudente ma istruttiva.

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer / Illustrazione – Pia Valär

«Te l'avevo detto che avrebbe funzionato», dice l'apina orgogliosa. In effetti, dopo aver lasciato il Parco Val Calanca, le conoscenze di Api si sono rivelate estremamente preziose. Nelle sue giornate trascorse da ape operaia, quando svolazzava in giro per raccogliere polline e nettare, aveva notato all'ingresso del Parco dei grandi camion che regolarmente partivano in direzione di San Bernardino. È così che i tre amici Capri, Tektoni e Api s'intrufolano in un camion vuoto e si lasciano trasportare comodamente fino a Thusis. Da lì, poi, proseguono verso le montagne a piedi. «È stato uno spasso!» Dal loro viaggio in camion, Tektoni non riesce a togliersi il sorriso di dosso! Un sorriso, però, che sta quasi per perdere.

NON TUTTI I FIORI SONO UGUALI

«Fermati! Se fossi in te, quella pianta non la toccherei» Tektoni è sbigottito, ma chi è che sta parlando con lui? Non può essere né Capri né Api. Loro stanno facendo una pausa, sdraiati ai margini del bosco, mentre lui gironzola da solo nella foresta. Poi scorge una donna, che da lontano gli grida: «Ma non la conosci quella pianta?» Tektoni dice di no: «Ero affamato e la pianta mi sembrava deliziosa». Ora la donna si trova di fronte a Tektoni e gli tende la mano. «Ciao io sono Astrid Thurner». In quel momento tre ragazze arrivano di corsa. «E queste sono Moana, Lynn e Arya – stiamo facendo un'escursione a caccia di erbe selvatiche.» Tektoni ridacchia e replica: «Io vado a caccia di erbe selvatiche tutti giorni!» Dopo tutto, è il suo cibo quotidiano. «Okay

Astrid Thurner, Moana, Lynn e Arya alla scoperta di erbe selvatiche.

però se avessi mangiato la pianta di prima, sarebbe stato il tuo ultimo pasto.» dice Astrid Thurner. La droghiera di Savognin conosce infatti tutte le erbe che crescono nella regione. Le piace condividere le sue conoscenze e regolarmente conduce le persone interessate attraverso i boschi e i prati della zona alla scoperta delle erbe selvatiche. «Si trattava dell'aconito napello, la pianta più velenosa di tutta Europa». Qui però nessuno deve soffrire la fame, dice l'esperta di erbe e mostra a Tektoni l'acetosella: «Oh, quant'è rinfrescante! Tektoni è entusiasta. E Astrid Thurner gli mostra un'altra pianta, il cerfoglio. «Uh, questa è stupendamente piccante!» esclama Tektoni, servendosene ancora una bella manciata. L'esperta erborista però lo frena «Anche il cerfoglio va osservato con attenzione perché assomiglia molto alla cicuta, che è velenosa». Poi chiede al gruppo: «Vi va qualcosa di dolce?» In mano tiene una bella radice. «Questa è la radice del polipodio comune». Tektoni dà un morso alla radice, che risulta davvero essere dolce. «Questo era il mio dessert», dice Tektoni, aggiungendo che per lui è arrivato il tempo di riprendere la strada. Quindi saluta e s'incammina, felice di essere ancora vivo e vegeto!

CAPRI IN SEDIA A SDRAIO

Quando Tektoni torna ai margini della foresta, c'è solo Capri. «E Api dov'è?» Era volata via per vedere dove potersi rifocillare. «Anche tu, Tektoni, devi avere fame!» La marmotta si liscia il pancino con soddisfazione e dice: «No, no, io sto bene». Beh, non proprio. «Ho caldo». Capri ride: «Ancora!» In quel momento sentono un ronzio: è Api che racconta loro di un laghetto balneabile con ristorante. «Questa, Api, è la più bella notizia del giorno», esclama Capri. E poco dopo, Capri è su una sedia a sdraio con la pancia bella piena e Tektoni si sta rinfrescando nelle acque del Lai Barnagn.

UN'OMBRA OSCURA IL SOLE

«Ma qui qualcosa non quadra», annuncia Api. Aveva appena visto un cartello con l'indicazione di Lantsch/Lenz. «Ehi, a quest'ora avremmo già dovuto scendere dal bus e salire sul treno!» si agita Api. Ma né Capri né Tektoni fanno una mossa. Basta uno sguardo per capire perché i due siano così silenziosi.

Entrambi stanno dormendo. Il sole al lago li ha probabilmente sfiancati. Allora è Api in persona che si mette a gridare in direzione dell'autista dell'autopostale: «Fermati! Fermati!» Strilla così forte che succedono due cose: l'autista preme a fondo sul freno, mentre Tektoni e Capri si svegliano di soprassalto. La portiera si apre e tutti e tre scendono dall'autopostale. «Ehi ragazzi, abbiamo sbagliato strada». Capri guarda in alto verso la foresta e dice: «Però qui è proprio stupendo». Tektoni è d'accordo: «Dai andiamoci, nella foresta sarà bello ombreggiato e fresco». E mentre camminano sotto il sole verso i boschi, una grande ombra si stende su di loro, come se un'enorme nuvola oscurasse il sole. I tre guardano verso l'alto e scorgono una femmina di aquila reale. «Salve a voi tre, benvenuti nella mia foresta». Api vola verso l'aquila. «Ciao, io sono Api, tu chi sei?» Il suo nome è Evla e vive qui nel Parc Ela, risponde e poi chiede cosa ci fanno Api e gli altri due in quella zona. «Stiamo affrontando un grande viaggio», spiega Api e chiede a Evla: «Non avresti voglia anche tu di scoprire foreste e montagne lontane?» Avere un'altra compagna di viaggio alata sarebbe davvero fantastico. L'intrepida Signora aquila non deve pensarci a lungo. E così adesso, proseguono il viaggio in quattro. E con Evla, possono contare anche su una guida esperta della regione. Attraversano la valle dell'Albula senza perdersi e ammirano i numerosi ponti e gallerie che permettono al bel trenino rosso di attraversare un paesaggio montuoso davvero impervio. A un certo punto Evla annuncia: «Il villaggio lì davanti è Bergün».

FINO ALL'ALPE DARLUX

«E adesso cosa facciamo?», chiede Capri al gruppo. Evla risponde: «Conosco un'ottima mèta da escursione, l'Alp Darlux». Capri fa cenno di no, le sue gambe sono ormai troppo stanche. Evla gli fa l'occhiolino e dice di avere una soluzione. Pochi minuti dopo Evla e Api stanno volteggiano verso l'Alp Darlux e accanto a loro, alla stessa altezza, Tektoni e Capri fluttuano in aria comodamente seduti in seggiovia. Capri, al settimo cielo, esclama: «Evla, se hai in serbo altri suggerimenti come questo, sei benvenuta ad unirti a noi per altre avventure!»

Il racconto continua a → Pagina 65
Per proseguire con il viaggio → Pagina 56

Il bosco nei pressi di Lantsch/Lenz.

Arrampicarsi e tuffarsi

48 ore nel Parc Ela

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer

È arrampicandosi su pareti rocciose, facendo il bagno nel lago o cercando erbe selvatiche e insetti che le famiglie scoprono il Parc Ela.

MARTEDÌ

Su per pareti di roccia

Chi vuole scalare su per rocce scoscese come lo stambecco Capri, può allenarsi presso il parco d'arrampicata Motta da Crest vicino a Bivio. Ogni martedì è aperto anche ai bambini dagli 8 anni, che assieme ai genitori, potranno essere guidati dagli esperti della Scuola di arrampicata di Pontresina. Non sono necessarie conoscenze pregresse e il centro dispone di percorsi di arrampicata per ogni livello.

Sperimentare – Klettergarten Motta da Crest Bivio, di martedì, ore 13.45 – 16.15, obbligatorio annunciarsi online entro il lunedì. valsurses.ch

L'hotel per famiglie

Mentre i genitori si rilassano nell'area wellness dell'Hotel Jufa, i bambini si possono scatenare nell'area giochi indoor. E dopo una gustosa cena, a tutti è concesso ritirarsi per un profondo sonno nella confortevole camera famigliare, arredata in legno e con stile. D'altronde si tratta di ricaricare le batterie per un'altra avvincente giornata nel Parc Ela.

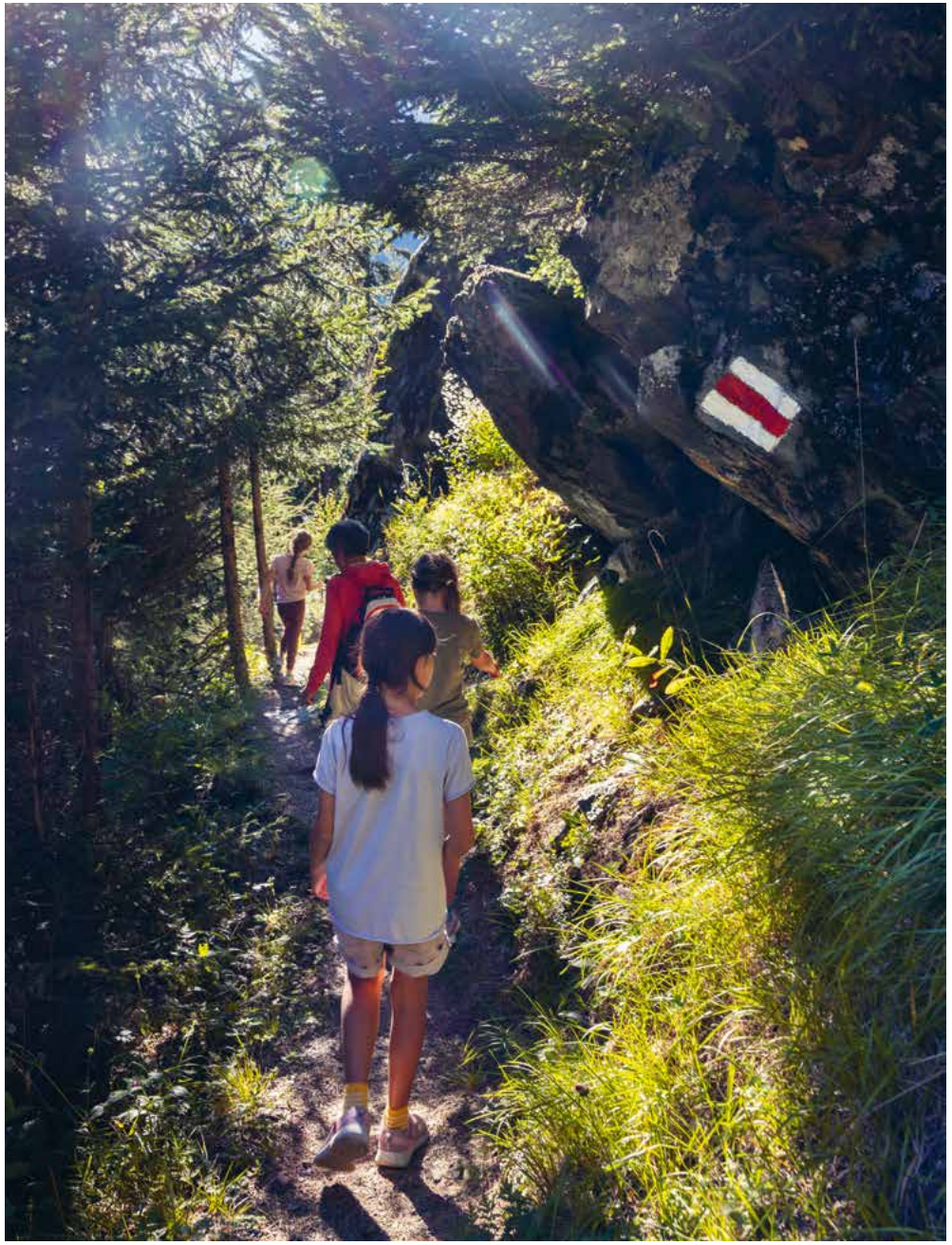
Pernottare – Hotel Jufa, Savognin, Camere famigliari a partire da 3 pers., da CHF 202.– a notte, incl. colazione. jufahotels.com

MERCOLEDÌ

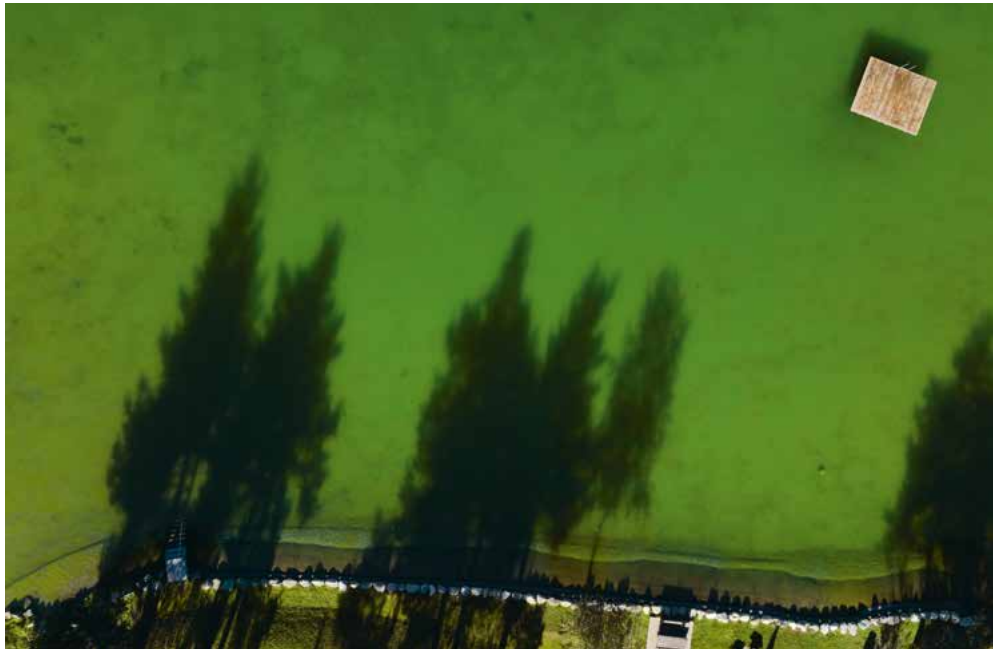
A caccia di erbe selvatiche nel bosco

Come Tektoni ha già potuto scoprire, Astrid Thurner (→ p. 51) conosce ogni tipo di erba selvatica che cresce nel Parc Ela. L'erborista di Savognin propone escursioni alla scoperta di erbe ogni mercoledì durante l'alta stagione estiva. Esplorando boschi e prati s'impara a riconoscere le erbe commestibili e distinguerle da quelle velenose.

Sperimentare – Escursione erbe selvatiche con Astrid Thurner da Savognin, 3 – 5 ore, su riservazione, T. 081 659 16 16. valsurses.ch



A caccia di erbe selvatiche nel Parc Ela con Astrid Thurner.



Il Lai Barnagn a Savognin e il modellino ferroviario nel Bahnmuseum Albula.

Fare il bagno nel lago

Gustarsi un gelato, sguazzare nel lago, godersi il sole su una sdraio – quanto può essere bella la vita! Il Lai Barnagn di Savognin è un vero gioiello verde-blu. E i bambini che non vedono l'ora di muoversi, troveranno vicino al lago un Pumptrack con Kidstrack e una pista da skate.

Fare il bagno – Lai Barnagn a Savognin, noleggio SUP e barchette al chiosco, aperto da metà maggio. valsurses.ch

Escursione giocosa

Con l'autopostale ci trasferiamo da Savognin a Lantsch/Lenz. Qui, attrezzati della borsa delle meraviglie «Bergwald», ci avventuriamo sul breve percorso circolare ed esploriamo la foresta con l'aiuto della Signora Aquila reale Evla. Riceverai inoltre più di una dozzina di idee su come giocare in mezzo agli alberi. E se arriva la fame, basterà accendere un fuoco nella zona barbecue nei pressi del Lei la Villa.

Esplorare – Percorso circolare, Lantsch/Lenz, 3,6 km, 2 ore, borsa delle meraviglie «Bergwald» disponibile presso l'Ufficio turistico. parc-ela.ch

Casa vacanze Don Bosco

A Lantsch/Lenz, in mezzo al bosco di pini montani si trova la Casa vacanze e sport Don Bosco. Qui il Parc Ela ha creato un giardino espositivo di insetti. Invece sul sentiero degli insetti i bambini potranno scoprire di più, e in modo giocoso, riguardo a questi piccoli animaletti. Le famiglie potranno poi cucinarsi una buona cena nella cucina comune e, più tardi, addormentarsi in una camera famigliare.

Scoprire & Pernottare – Sport- und Ferienhaus Don Bosco, Lantsch/Lenz, T. 081 385 10 50. ferienhaus-donbosco.ch

GIOVEDÌ

In viaggio con Clà

L'autopostale ci porta fino a Tiefencastel e da lì proseguiamo in Ferrovia retica fino a Bergün. Nel vagone per famiglie s'incappa in un personaggio particolare, il Signor Clà Ferrovia. Fa il capotreno per la Ferrovia retica da più di cent'anni, e abita addirittura in uno dei vagoni. Durante il viaggio in treno, a tutti i bimbi presenti, racconta le sue avventure in ferrovia.

Scoprire – Clà Ferrovia nel vagone famiglie, luglio–agosto, di giovedì, treno delle ore 10.46 da Tiefencastel. cla-ferrovia.ch

Museo della ferrovia Albula

Ponti, viadotti, tornanti, gallerie – non ci si annoia proprio durante il viaggio in treno verso Bergün. Al Bahnmuseum Albula, chi ha sete di conoscenza potrà scoprire in modo giocoso tutti i retroscena della storica ferrovia retica. Il pianoterra ospita un enorme modellino della ferrovia, che saprà incantare non solo i piccoli. È Bernhard Tarnutzer che ha costruito gli innumerevoli viadotti e tunnel, e solitamente è in sede dopo le ore 15 per una dimostrazione.

Scoprire – Bahnmuseum Albula, Bergün, Do – Ve ore 10 – 17, Sa ore 10 – 18. bahnmuseum-albula.ch

Il clou è in alto

In seggiovia si raggiunge il Ristorante di montagna La Diala e ci si gode la vista sul Piz Ela. Chi è ancora carico può fare una camminata nel bosco lungo lo stretto sentiero circolare.

Camminare – Itinerario circolare Darlux, Bergün, 3,2 km, 1,10 ore., Dislivello: 205 m. berguen-filisur.graubuenden.ch

Altri consigli di viaggio

MANGIARE & DORMIRE

Aparthotel Muchetta, Davos Wiesen
– T. 081 410 41 00
L'albergo per famiglie con paradiso dei giochi e servizio di custodia bimbi.
aparthotel-davos.ch

Gässälibeiz, Davos Wiesen
– T. 081 404 19 74
Godersi le specialità di Jenisberg nel casotto immerso nel verde.
jenisberg.ch

Hotel Bellevue Wiesen, Davos Wiesen
– T. 081 404 11 50
Camere eleganti, con cucina sostenibile secondo i principi «Nose to Tail»
bellevuewiesen.com

RhB-Station Alvaneu, Alvaneu
– T. 044 252 28 72
Pernottare nella calma dell'ex stazione ferroviaria.
ferienimbaudenkmal.ch

Bergbauernhof Sundelas, Stierva
– T. 081 681 23 40
Caravan hippy, rifugi di montagna e piazzole per camper.
sundelas.ch

Berghaus Piz Platta, Sur
– T. 081 659 10 00
Camere arredate con cura e cucina regionale eccezionale.
flix.ch

Kurhaus Bergün

Hotel Piz Mitgel, Savognin
– T. 081 684 11 61
Rinnovato nel 2021, lo storico hotel propone camere curate e un'eccellente cucina.
pizmitgel.ch

Anitas Alpstübli, Savognin
– T. 079 537 31 33
D'estate sull'Alpe Plang-Begls, di mercoledì si banchetta con zuppa d'orzo e pane alla pancetta. Di venerdì, su riservazione, con raclette e vino.

Capanna Kesch CAS
– T. 081 407 11 34
Fra Davos e il Passo dell' Albula, la prima scelta per un'escursione di 2 giorni.
kesch.ch

Solaria, Bivio
– T. 081 659 19 91
Camere doppie, famigliari e appartamenti. In tavola, prelibatezze e pizza al forno a legna e dopo cena, via con il bowling.
hotelsolariabivio.ch

Hotel Post, Bivio
– T. 081 659 10 00
Camere d'albergo con charme e stile, più appartamenti vacanza.
hotelpost-bivio.ch

Kurhaus Bergün, Bergün
– T. 081 407 22 22
Con la sua nuova offerta wellness, lo storico albergo mantiene fede al suo nome.
kurhausberguen.ch

Francas Beizli, Bivio
– T. 079 580 18 69
Simpatica baita sulla via per il Pass da Sett, aperta quando la scopa è rivolta verso l'alto.
francasbeizli.ch

Capanna Kesch CAS

Legenda: Alloggio Ristorante Negozio in fattoria

AGENDA

Inseguendo i cinguettii
Quando a primavera, durante il finesettimana di Pentecoste, gli uccelli cantano vivacemente, nel Parc Ela è il momento di fare l'escursione ornitologica, seguita da una ricca colazione contadina.
parc-ela.ch

Bergfahrt Festival
Ogni due anni, il Bergfahrtfestival di Bergün celebra la cultura – con letture, concerti, film ed esposizioni.
bergfahrtfestival.ch

La «Schafschur»
A Savognin è tradizione festeggiare la tosatura delle pecore ogni autunno. Per i bimbi viene organizzato un programma di animazione.
valsurses.ch

Parc Ela
parc-ela.ch

Foto Sopra – Nico Schaerer / Foto Sotto – Schweiz Tourismus

Parco Nazionale Svizzero

Ci addentriamo in un paesaggio selvatico rigorosamente protetto, particolarmente suggestivo sotto il sole autunnale.

Il Lai da Ova Spin sul Passo del Forno.

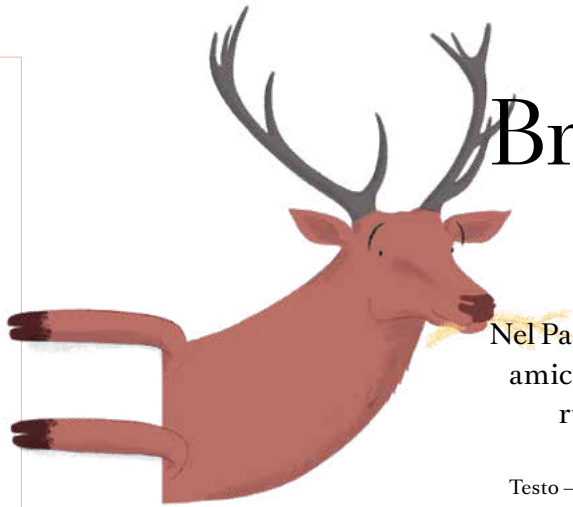
Foto – Nico Schaerer

Conoscenze d'interesse nazionale

Pesi massimi

Un cervo adulto può pesare fino a 220 chilogrammi, un peso otto volte quello di un capriolo. Solo le corna possono pesare fino a 8 chili.

Durante la stagione degli amori, in settembre – ottobre, si può udire il forte bramire dei cervi.



Bramiti nella foresta

Nel Parco Nazionale Svizzero i quattro amici incrociano un branco di cervi ruggenti e un guardiaparco.

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer / Illustrazione – Pia Valär

«Ma che chiasso!», esclama lo stambecco Capri. I quattro amici giramondo stanno facendo una pausa in una radura della foresta. Il giorno trascorso è stato estenuante. Hanno camminato tutto il giorno attraverso la regione engadinese dei laghi scendendo lungo il fiume Inn, fino a sera tardi. Capri aguzza le orecchie, sta di nuovo sentendo quel boato assordante. Ormai è al limite della sopportazione e chiede all'aquila reale Evla «Non è che potresti fare un volo di ricognizione per vedere cosa sta succedendo?» Mentre Evla spicca il volo, l'ape Api sbuffa: «Mi sto annoiando, facciamo un gioco?» Capri fa finta di niente, non ha voglia di giocare e ad Api basta lanciare un rapido sguardo alla marmotta Tektoni per capire che neppure lui sarà della partita. Sta ronfando sdraiato all'ombra di un albero. Allora Api si avvia da sola verso la foresta, canticchiando allegramente. A un certo punto sente qualcosa. Chi altro c'è nella foresta?

UN PERICOLO INCOMBENTE

Protetta dalle chiome degli alberi, Api vola in direzione del rumore. E allora scorge un uomo che marcia deciso per la foresta. Proprio in direzione di Capri e Tektoni.

Il guardiaparco Steivan Luzi in giro per la Val Trupchun.

Oh accidenti, devo avvertire gli altri, pensa. E si precipita volando verso la radura. «Non possiamo andarcene ora», dice Capri. Altrimenti sarà Evla a doverli cercare. E mentre discutono, risuona una voce. «Ma che bel gruppetto variopinto che c'è qui!» Api, spaventata, si nasconde dietro un albero. Tektoni invece continua a russare. Così a prendere la parola è Capri: «E tu chi sei?» L'uomo incrocia le braccia e si appoggia tranquillamente al tronco di un albero. «Sono Steivan Luzi, un guardiaparco». Capri guarda l'uomo perplesso. «Ah, e che tipo di parco sorveglieresti? Qui non vedo ruote panoramiche. Non siamo mica in un parco divertimenti!». Steivan Luzi scoppia a ridere. «Vi trovate nella Val Trupchun all'interno del Parco Nazionale Svizzero. Qui proteggiamo gli animali come voi». A quel punto Api vola fuori dal suo nascondiglio. «Wow incredibile! Un luogo in cui mi si protegge. Che bello!»

IL GUARDIAPARCO SA TUTTO

Il cervello di Capri continua a macinare qualcosa. Quest'uomo sembra sapere come muoversi qui. «Allora sicuramente saprai dirci il motivo di quel frastuono». Eccome se lo sa. In qualità di guardiaparco più giovane, Steivan Luzi percorre il Parco nazionale praticamente ogni giorno. Fra i suoi compiti c'è la manutenzione dei sentieri e dei rifugi, osservare piante e animali, fare attenzione che i visitatori non abbandonino i sentieri o addirittura che non attraversino il parco con le loro mountain bike. «Quello che sentite è il bramito dei cervi», dice il guardiaparco. Siamo infatti nella stagione degli amori. «Ma noi signorine possiamo anche essere conquistate con parole dolci», ribatte Api. «Sì, i cervi rossi sono piuttosto dei macho e puntano tutto sulla loro virilità», risponde Steivan Luzi. Inoltre il loro bramito serve a marcare il territorio. In quel preciso momento Evla atterra su un ramo e dice elettrizzata: «Non avete idea di quello che ho appena visto …». Capri replica: «Sì, invece – stavi assistendo al bramito dei cervi rossi». Come faceva a saperlo Capri, si domanda Evla, e poi chi è quest'uomo, in piedi sotto di lei? Api svolazza su da lei e le sussurra tutta la storia all'orecchio. Nel frattempo, Steivan Luzi li saluta e invita tutta la banda a proseguire la loro avventura al Centro del Parco Nazionale di Zernez l'indomani. Non appena se ne va, un altro fragore risuona nell'aria. Tektoni si risveglia di soprassalto. Scombussolato chiede agli altri: «Avete sentito? Ma cos'è stato?»

AL CENTRO DEL PARCO NAZIONALE

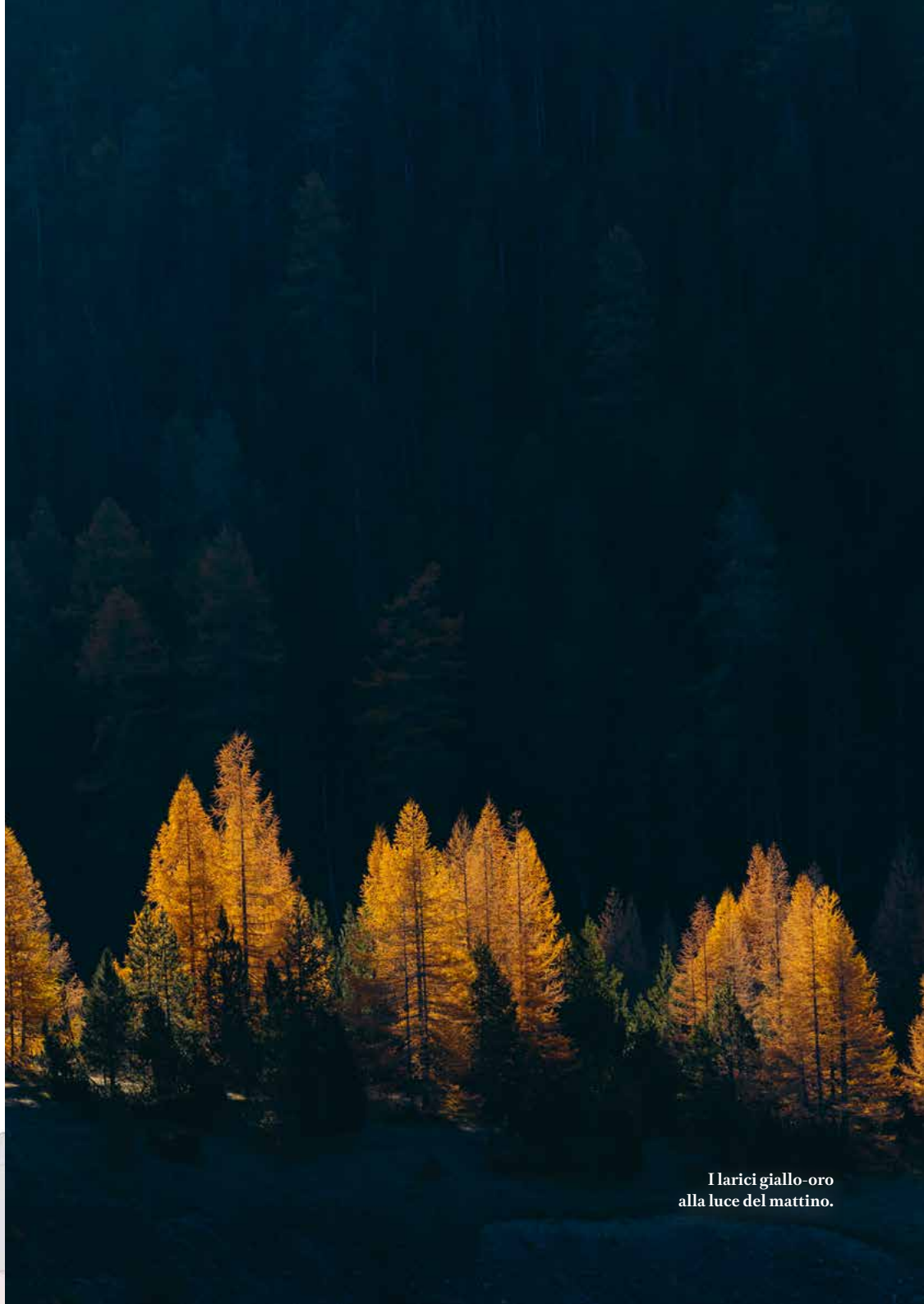
«Ma non si muove proprio». Tektoni dà un colpetto al suo consimile. Ma questo resta immobile come una statua. Non sbatte nemmeno le ciglia. Poi, da dietro, risuona la voce di Steivan Luzi, che dà loro il benvenuto al Centro del Parco Nazionale e spiega a Tektoni che quella che sta guardano è una marmotta impagliata. «Al Museo Schmelzra a S-charl potrai ammirare persino un orso impagliato.» Ad Api questa cosa piace: «Finché sono impagliati, non metteranno le zampe sul mio miele!» Lo spirito avventuriero di Evla s'infiamma: «Ho sempre voluto vedere un orso. Dai andiamoci». E così il guardiaparco indica loro il percorso lungo la grande altura dove si trova il museo.

Quando il nostro intrepido gruppetto sale sul treno della Ferrovia Retica, che li porterà direttamente a Scuol, nel vagone vengono accolti da sguardi stupiti. Almeno, nel vederci, non scappano di nuovo tutti, pensa Tektoni. Ma non sono solo le persone ad essere sorprese, lo è anche Capri. Il capotreno gli sta infatti chiedendo il suo abbonamento metà prezzo. «Metà cosa? Io non sono nessuna metà di niente», dice indignato. Quando il capotreno si appresta a prender nota dei suoi dati personali e gli chiede il suo indirizzo, Api s'intromette fiera: «Noi non abbiamo un indirizzo di casa, siamo esploratori in viaggio.»

UN ALTRO COMPAGNO DI VIAGGIO

«Non dimenticherò mai quella scena». Lasciando il Museo di Schmelzra, Evla continua a ripensare sbalordita alla scena dell'orso impagliato. Tektoni ha invece di nuovo voglia di azione. «Vorrei andare lassù», dice indicando in direzione sud-ovest e si avvia a passo spedito. Ma non fanno molta strada, che s'imbattono in un possente cervo rosso. «Perché non stai facendo a gara a chi bramisce più forte assieme agli altri?», vuole sapere Capri. «Fanno tutti gli spacconi e questo gioco, il qui presente Tumasch, non lo vuole giocare», risponde lui. «E voi cosa fate qui?» Api vola di fronte al muso di Tumash e gli dice: «Stiamo facendo un grande viaggio. E adesso, Tumash caro, fai largo che Tektoni vorrebbe salire su questa montagna ancora oggi». Il cervo risponde: «Ah, volete andare al Passo del Forno. Allora vi servirà una guida che vi indichi la via.» Ed è così che, in serata, a raggiungere il Passo del Forno sono in cinque.

Il racconto continua a → Pagina 79
Per proseguire con il viaggio → Pagina 70



I larici giallo-oro alla luce del mattino.

Dove ruggiscono i cervi

48 ore nel Parco Nazionale

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer

Anche noi c'immergiamo nel mondo selvatico per nuove avventure, scopriamo i cervi, gli orsi e il canto del cucù.

GIOVEDÌ

Nella vallata degli animali selvatici

Quando dalla foresta di larici emerge un forte odore, solitamente i cervi non sono lontani. Infatti durante la stagione degli amori, i cervi rilasciano particolari note olfattive per attirare l'attenzione. Ed emettono anche forti bramiti. Uno spettacolo che si può ammirare tra metà settembre e metà ottobre circa. A far da scenario, la Val Trupchun caratterizzata da lariceti dorati, stretti sentieri e ampie aree di sosta per osservare il cervo dominante sfidato dai suoi concorrenti. Vale la pena portare con sé un binocolo. E chi è interessato a saperne di più sul mondo vegetale, sulla geologia e sugli animali che vivono qui potrà unirsi ad un'escursione guidata.

Gita – Wildarena der Alpen, 6 – 7 ore, Gi: 22. giu. – 19 ott. / Ve: 8 sett. – 6 ott. 2023, annunciarsi il giorno prima. nationalpark.ch

Avventure e relax

Di ritorno al punto di partenza, i bambini possono sfogarsi al parco giochi nel bosco a fianco della baita Prasüras-Beizli. Chi ha voglia di altre attività emozionanti può rampicare fra le chiome degli alberi al Parco avventura Alpin, dall'altra parte della strada. E se arriva la fame, si mangia qualcosa al Prasüras-Beizli o ci si gode una fetta di torta col caffè.

Mangiare & avventura – Prasüras-Beizli a S-chanf, fine maggio – fine ottobre. parc-alpin.ch

Sogni in yurta

Al Campeggio Chapella la famiglia al completo può pernottare assieme in un'accogliente yurta mongola in mezzo al bosco.

Pernottare – Camping Chapella, Cinuos-chel, Affitto Yurta CHF 50.–, più adulti CHF 15.– e bambini CHF 10.–. campingchapella.ch

Il Parco Nazionale Svizzero nel suo abito dorato.

Wow – ma quant'è grande un orso! La sagoma di orso si trova sul ciglio del Senda da l'uors.

VENERDÌ

La casa dell'informazione

Il Centro del Parco Nazionale è stato creato dall'architetto grigionese Valerio Olgiati e rappresenta la mente del Parco Svizzero. Qui a Zernez si fa ricerca e si lavora al futuro del Parco. Nel nuovo allestimento (dal 3 giugno 2023) l'accento è posto sulla vita selvatica. Quattro grandi sale espositive permetteranno ai piccoli e ai grandi di fare la conoscenza con gli abitanti selvatici del luogo. Ai più piccoli è dedicata un'audioguida con specifiche postazioni. Al Centro del Parco Nazionale si possono inoltre raccogliere tutte le informazioni sulle camminate, le gite e le escursioni da fare all'interno del perimetro del Parco.

Informazioni – Centro del Parco Nazionale, Zernez, inizio giugno fino fine ottobre, giornalmente ore 8.30 – 18. nationalpark.ch

Sulle orme dell'orso

Gli orsi della vicina Italia gironzolano spesso attraverso i boschi del Parco Nazionale Svizzero. Sembra che questo paesaggio naturale, come a noi, anche a loro piaccia molto. Ma incontrarne uno è davvero improbabile. Gli orsi sono animali timidi e fuggono appena sentono essere umani nelle vicinanze. Ed è proprio per farci conoscere l'orso, e come vive, che è stato creato il simpatico percorso tematico Senda da l'uors. Ci si potrà mettere a fianco della sagoma di orso a grandezza naturale in legno cembro e stupirsi: l'orso è davvero un animale enorme! La Riserva della Biosfera organizza regolarmente escursioni guidate.

Gita – Sentiero tematico «Senda da l'uors», S-chanf, dalla fermata dell'autopostale Ravitschana. biosphaerenreservat.ch

Una fame da … orso

Alla fine del percorso dedicato agli orsi, sarà la volta di salsicce engadinesi, panini di segale e verdura – sicuramente la piccola avventura ci avrà stuzzicato l'appetito. Nei pressi del Museo Schmelzra si trova una zona barbecue curata e ben attrezzata, con tavoli e panche. Bun appetit!

Mangiare – Zona barbecue presso il Museo Schmelzra, S-chanf, legna da ardere a disposizione.

Piombo, argento e orsi

Il Museo Schmelzra dedica due piani al passato minerario di questa valle, famosa per l'estrazione di argento e piombo. L'intero sottotetto è invece riservato agli orsi: dopotutto gli ultimi orsi originari della Svizzera vivevano nei boschi qui intorno fino al 1904.

Scoprire – Museum Schmelzra, S-chanf, Metà giugno – metà ottobre, tutti i giorni ore 14 – 17, Sa e Lu chiuso. schmelzra.ch

SABATO

Sul sentiero degli esploratori

Scaricata l'app del Parco Nazionale (D, F, EN) il divertimento prosegue in direzione del Sentiero per bambini Champlönch. E non appena risuona il richiamo del cucù, parte una storia sul Parco Nazionale Svizzero: sui guardiaparco, su uno dei fondatori o sui camosci, su colate detritiche e marmotte. Il sentiero e le storie ci portano attraverso la natura su fino al Passo del Forno. Qui, all'Hotel Parc Naziunal Il Fuorn, ci verranno serviti deliziosi piatti rustici e bibite fresche.

Camminata – Fermata del bus «P1 Champlönch» – «P6 Il Fuorn», 5 km, 2 ore. nationalpark.ch

Altri consigli di viaggio

MANGIARE & DORMIRE

Hotel Parc Naziunal Il Fuorn
🌙🍽 – T. 081 856 12 26
Sul Passo del Forno, situato in mezzo al Parco Nazionale, camere accoglienti, buon cibo e una bio-sauna.
ilfuorn.ch

Chamanna Cluozza
🌙🍽 – T. 081 856 12 35
La baita appena ristrutturata nel cuore del Parco Nazionale in Val Cluozza, dove la sera bramiscono i cervi. nationalpark.ch

ESCURSIONI GUIDATE

Solo in lingua tedesca. Annunciarsi entro le ore 17 del giorno prima presso il Centro del Parco Nazionale, Zernez. T. 081 851 41 41
nationalpark.ch

Natur(g)WUNDER
Scoprire la natura in modo giocoso nelle escursioni dedicate a bambini e famiglie, ogni mercoledì, 3½ ore, per famiglie con bimbi dai 7 anni.

Tagestour Margunet
Escursione fino al belvedere Margunet, ammirando marmotte e camosci, genziane e stelle alpine, ogni martedì, durata 6–7 ore.

Chamanna Cluozza.

Schnuppertour Il Fuorn
Ideale per i novizi del Parco Nazionale, che desiderano informarsi in poco tempo, ogni lunedì, durata 2 ore.

ATTIVITÀ

Percorso didattico Il Fuorn
Scoprire in autonomia il comprensorio del Passo del Forno: pannelli in 45 diverse postazioni c'informano sulla natura circostante. Partenza dall'Hotel Parc Naziunal Il Fuorn, durata: 2 ore circa.

Piana dei laghi di Macun
Con i suoi 23 laghi di montagna, la Piana di Macun fa parte del Parco Nazionale dal 2000. Prendere la Route 21 a Zernez e camminare per 8 ore fino a Lavin. L'escursione può essere accorciata con lo Schuttle Macun.
T. 079 103 20 20

Escursioni private
Le esperte guide del Parco Nazionale sono a disposizione di singoli o gruppi e possono essere prenotate per un giorno intero, adattando l'escursione ai desideri individuali.

Cinema all'aperto
Nel cortile del Castello Planta-Wildenberg, da fine luglio lo schermo propone film naturalistici, film per bambini o anche successi al botteghino e documentari.

A spasso con l'app
L'app del Parco Nazionale ci conduce attraverso il Parco con mappe GPS, audio-guide, video, quiz e percorsi didattici.

La strada per il Parco
Si consiglia di raggiungere il Parco con i mezzi pubblici: fino a Zernez con la Ferrovia retica. Offerte interessanti sul sito: fahrtziel-natur.ch

Foto sopra – Hans Lozza, SNP

Legenda: 🌙 Alloggio 🍽 Ristorante

AGENDA

Festa d'inaugurazione
Il 3 giugno si apre il sipario sul nuovo allestimento del Centro del Parco Nazionale. Ricco programma di intrattenimento, con parata, attività per bambini, musica e specialità regionali.

Naturama
Ogni estate il ciclo di conferenze «Naturama» propone diverse conferenze su temi legati alla natura.
nationalpark.ch

Autunno giallo-oro
I larici in Engadina si vestono di giallo-oro, a dipendenza delle condizioni meteo, fra metà e fine ottobre.

Parco Nazionale Svizzero
nationalpark.ch

Biosfera Val Müstair

Ci addentriamo nella foresta autunnale, spingendoci sempre più all'interno della Val Müster fino a raggiungere il confine con l'Italia.

Foto – Nico Sutherer

Il bosco di larici lungo il sentiero su fino a Lü.

Dati di un certo peso

D'autunno il 32 % del bosco è composto da larici giallo-oro.

Durante la notte nel parco possiamo vedere 10 volte il numero di stelle che vedremmo in una grande città.

Più dell'80 % degli agricoltori all'interno della Biosfera Val Müstair coltivano la loro terra secondo i principi dell'agricoltura biologica.

GRAN CACCIATORE
Gli orsi bruni sono i più grandi predatori ancora viventi in Europa. Hanno un'altezza al garrese fino a 150 cm e la loro lunghezza totale può arrivare fino a 280 cm.

Ci sono orsi in Val Müstair?

Finora nessun orso si è insediato nella Biosfera Val Müstair. Tuttavia, dall'estate 2005, orsi dal vicino Trentino (I) transitano regolarmente attraverso la valle. Si tratta però di esemplari giovani. In Val Müstair, vive una sola femmina di lupo, mentre un branco di lupi non vi si è ancora insediato.

Un gruppo di amici molto uniti

Nella Biosfera Val Müstair, la banda di esploratori incontra il guardiacaccia Jon Gross e fa un incontro terrificante.

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer / Illustrazione – Pia Valär

«E allora, dove andiamo adesso, Tumasch?», chiede Tektoni al suo nuovo compagno di viaggio, il cervo rosso. L'Italia potrebbe essere una buona destinazione, risponde quest'ultimo. «E Italia è un bel villaggio?», chiede lo stambecco Capri al gruppo. Tumasch scoppia a ridere. «L'Italia non è un villaggio, è un Paese e confina con la Val Müstair, che raggiungeremo tra poco.» Capri si sente preso in giro, dà le spalle a Tumasch e prosegue per la sua strada. Come mai questo Tumasch sa cose di cui lui non ha mai nemmeno sentito parlare – razza di sapientone! E mentre cammina a una certa distanza dinanzi al gruppetto in viaggio, scorge un uomo su un promontorio al di sopra della strada. Si sente l'abbaiare di un cane. E malgrado Capri preferirebbe nascondersi dietro un bel larice giallo-oro, viene presto individuato. Infatti proprio in quel momento l'uomo sta puntando il suo cannocchiale e guarda dritto nella sua direzione. A quel punto, a Capri, non resta che mettersi in una posa da forzuto, sporgendo il petto in avanti e levando la testa al cielo – e a quell'uomo non resta che vedere quanto lui, Capri, sia uno stambecco massiccio. Poi da dietro arriva Tumash, che gli chiede come mai si stia atteggiando in quel modo così teatrale. Di nuovo quel Tumash, commenta mentalmente Capri. E ribatte «Ma sei cieco, Tumash?! Laggiù c'è un umano».

Il guardiacaccia della Val Müstairs Jon Gross e Arco, il suo fedele compagno.

Tumasch scoppia di nuovo a ridere e sfodera il suo apparentemente infinito sapere. «Non devi avere paura di Jon Gross. Lui è il guardiacaccia della Val Müstair». E mentre Capri sta ancora rimuginando una risposta, Tumasch si avvia verso l'uomo, seguito dal resto del gruppo.

IL GUARDIACACCIA

«Ehi Api! Svegliaaa…!» Dopo i numerosi richiami di Evla, la piccola ape sbatacchia di nuovo le palpebre. Non appena aveva sentito che il guardiacaccia Jon Gross era alla ricerca di un orso vivo, l'apina in volo sviene, cade e sbatte contro una roccia. E mentre Api si riprende piano piano, gli altri ascoltano attentamente ciò che Jon Gross ha da dire in proposito. «Sì, incrociare un orso è una questione da affrontare con serietà: si tratta di animali di grossa taglia.» E poi racconta di una volta in cui si è ritrovato a soli trenta metri da un orso bruno, quando questo si volta verso di lui, lo guarda per qualche istante prima di proseguire per la sua strada. Questo genere di momenti fanno parte del suo lavoro di guardiacaccia. Infatti, all'interno della Biosfera Val Müstair, è lui il responsabile in prima linea del monitoraggio e della gestione dei grandi predatori come il lupo, la lince o l'orso. Se c'è un predatore nella zona, è lui ad andare alla sua ricerca. E in questo lo aiutano le tracce che gli animali lasciano dietro di sé – come impronte, escrementi o pelliccia. In questo modo può farsi un'idea del numero e dei movimenti dei grandi predatori che transitano in valle. Ed è compito suo anche avvisare i contadini della presenza di questi animali in zona. A questo punto Tumasch inizia a sentirsi un po' a disagio: «Ehi amici, credo che me ne torno indietro al Parco Nazionale. Lì almeno vengo protetto.» Adesso è finalmente il turno di Capri, che scoppia a ridere. «Oh, il damerino deve ancora abituarsi alla vita selvatica.» Jon Gross scuote la testa. Non è che sia così facile incrociare un grande predatore – e non è che siano sempre presenti all'interno del territorio della Biosfera Val Müstair. «Ma allora cosa fai quando non ci sono grandi predatori in zona?», chiede Tektoni curioso. Ha i compiti più svariati, racconta Jon Gross. Per esempio adesso, in autunno, durante la stagione della caccia, svolge il ruolo di poliziotto della caccia. In questo ruolo pianifica e controlla le attività di caccia. Oppure si dedica ai turisti e li accompagna durante escursioni di avvistamento degli animali selvatici.

L'INCONTRO CON UN ORSO

Dopo che la nostra avventurosa comitiva di animali trascorre la notte a Lü, sotto il più bel cielo stellato che abbiano mai visto, e passa il pomeriggio a Fuldera con un allegro gruppetto di asini, è il momento di partire in direzione dell'Italia. Sopra Sta. Maria s'imbattono in un'area di sosta per umani. Sul tavolo, salsicce, patatine, pane e insalate. Ma di umani, nessuna traccia. Perciò si siedono a tavola e si riempiono le pance. Non si accorgono che nel frattempo, qualcuno si sta avvicinando. Solo quando un'enorme ombra si allunga sul tavolo, sollevano lo sguardo dai loro piatti. Api sviene immediatamente. Anche gli altri inorridiscono. Davanti a loro, un orsa. «Per favore, non scappate», implora l'orsa. Già gli umani se l'erano data a gambe levate terrorizzati. «Vorrei solo stare un po' in compagnia.» Evla è la prima a riprendersi. «Ok, ma tu chi sei?» L'orsa risponde che qui la chiamano Tscheitschei. «E voi che tipo di combriccola siete?» Nel frattempo anche Tumasch ha riacquistato coraggio, e risponde: «Siamo dei viaggiatori e stiamo esplorando i Parchi dei Grigioni. E forse presto andremo anche in Italia». Questo, all'orsa fa particolarmente piacere, perché viene da lì. «Se volete, posso indicarvi la strada fino al confine». S'incamminano tutti assieme. Tranne Api, che viene portata da Tektoni, visto che è ancora tutta scombussolata. Solo il profumo del pane appena sfornato risveglia il suo animo. Si rimette in volo seguendo il profumo finché scorge un vecchio mulino e un gruppetto di bambini. Il pane però è sparito nelle loro pance da un bel pezzo. Allora Api ritorna dagli altri.

VERSO IL MONDO?

Quando la combriccola di animali raggiunge il confine con l'Italia, diventano tutti improvvisamente molto silenziosi. A parte Tscheitschei, che non vede l'ora di rivedere la sua famiglia. Api è la prima a rompere il silenzio. «Ehi amici, mi mancano le scarpate rocciose e i terrazzamenti assolati di casa mia.» E Tektoni aggiunge: «Ho potuto fare tantissime esperienze, vedere molte cose belle, ma anche a me manca casa mia.» Anche gli altri concordano. Allora, uno ad uno, salutano Tscheitschei. E ciascuno si rallegra di intraprendere l'avventuroso viaggio di ritorno verso casa.

Per proseguire con il viaggio → Pagina 84

da colorare

Si preannuncia l'inverno – le montagne sopra Fuldera sono già spolverate di neve.

Nel regno degli orsi

48 ore nel Parco Naturale Biosfera Val Müstair

Testo – Martin Hoch / Foto – Nico Schaerer

Dondolando a dorso d'asino attraverso la Val Müstair e andando alla scoperta di tracce del grande predatore.

VENERDÌ

In cammino

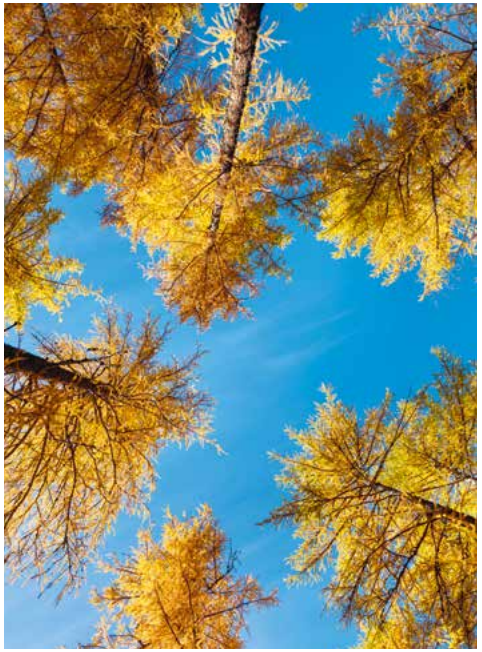
Gli asini sono testardi, dice il detto popolare. Ma che questi quadrupedi, intelligenti e bonari, siano i migliori compagni di viaggio ce lo dimostrano gli oltre trenta asini della Famiglia Planta. La cosa speciale del trekking con gli asini in Val Müstair è che si può fare da soli, senza una guida. Dopo un'introduzione sul comportamento degli asini e sul modo di condurli, si può partire. Sono due gli itinerari disponibili. Quello più corto dura una fino a due ore, attraversando i prati attorno a Fuldera; su quello più lungo, della durata di quattro-cinque ore, si esplorano i paesaggi su fino a Tschierv.

Gita – Trekking con gli asini Fuldera, Hof Planta, Via Maistra 39, Fuldera, T. 081 858 55 53, CHF 25.– per asino.

Parco giochi nel bosco

Da Fuldera l'autopostale ci porta fino a Lü. Dalla fermata «Lü, Cumün» ci s'incammina sulla strada sterrata in direzione Alp Champatsch. Già dopo 15 minuti si raggiunge il grande parco giochi di Lü, situato in mezzo al bosco. E se si viene contagiati dalla voglia di camminare, in meno di un'ora, su una strada adatta anche alle carrozzine, si raggiunge l'Alp Champatsch. Qui troverete servizi e panorama, e al Ristorante La Posa potrete mangiare e rilassarvi. E prima di concedersi il meritato riposo nella Pensione Hirschen di Lü, si dovrebbe ancora dare un'occhiata al limpido cielo stellato – perché qui in alto, l'inquinamento luminoso non sanno neppure cosa sia!

Pernottare – Pension Restaurant Hirschen a Lü, camere da CHF 52.– a persona, solo contanti e Twint. hirschen-lue.ch



Nei dintorni di Fuldera durante il trekking con gli asini della Famiglia Planta.

Aspettando con l'acquolina in bocca che la fiamma abbrustolisca il nostro cervelat.

SABATO

9 Sulle tracce dei grandi predatori

In Val Müstair gli orsi vengono avvistati con una certa regolarità. Provengono dall'Italia attraverso il confine svizzero. Il guardiacaccia locale Jon Gross (→ p. 80) li conosce molto bene: si è già ritrovato davanti ad un orso, a pochi metri di distanza. Il suo compito è conoscere tutti gli animali selvatici che vivono nella Biosfera Val Müstair e cercare le tracce che lasciano sul territorio. Durante l'escursione guidata da Fuldera sarà proprio lui a raccontarci come vivono orsi, lupi e linci. Con l'aiuto di ciuffi di pelliccia, escrementi o impronte i partecipanti apprendono molte informazioni e curiosità su questi animali e imparano come reagire in caso se ne incroci uno.

Scoprire – Il ritorno dei grandi predatori, escursione guidata da Fuldera. val-muestair.ch/ferientipps

12 Grigliata in mezzo alla natura

Prima che l'autopostale parta da Fuldera per Sta. Maria, c'è giusto il tempo di fare qualche acquisto al negozietto di paese. Qui si trovano infatti specialità regionali che più tardi si potranno abbrustolire sul fuoco. Giunti a Sta. Maria si passa alla panetteria Meier-Beck per procurarsi il pane slow-food di segale di montagna e un qualcosina di dolce. Con lo zaino pieno di prelibatezze locali, si risale allegramente il comodo pendio in direzione sud, e dopo 15 minuti si raggiunge il Parco giochi «Pradellas», fornito di zona barbecue. Un posto idilliaco per una pausa pranzo in mezzo alla natura.

Grigliare all'aperto – Parco giochi & zona barbecue Pradellas, Sta. Maria, salire la strada dietro alla Distilleria di whisky. val-muestair.ch

4 Visita al mulino

Azionato dalla sola forza idrica del ruscello di montagna Muranzina, il Muglin Mall può vantarsi di essere il più antico mulino funzionante della Svizzera che ancora oggi trasforma i grani in soffice farina. Lo storico mulino, operativo fino agli anni '60, è oggi un museo vivente e in funzione.

Scoprire – Muglin Mall, Paclera, Sta. Maria, visite: adulti CHF 5.–, bambini CHF 3.–, orari d'apertura online. muglin.ch

8 Una notte in fattoria

E per il meritato riposo dopo l'intensa giornata trascorsa, i piccoli e grandi esploratori potranno trovare accoglienza nel confortevole appartamento di vacanza della Bio-Fattoria Puntetta. E l'indomani, la ricca colazione «Biosfera», servita nel Bistro del vicino Camping Muglin, saprà ritemprare tutti gli spiriti. E chi, dopo aver esplorato Fuldera con gli asini, volesse proseguire la perlustrazione della Valle con i lama, qui ne avrà la possibilità.

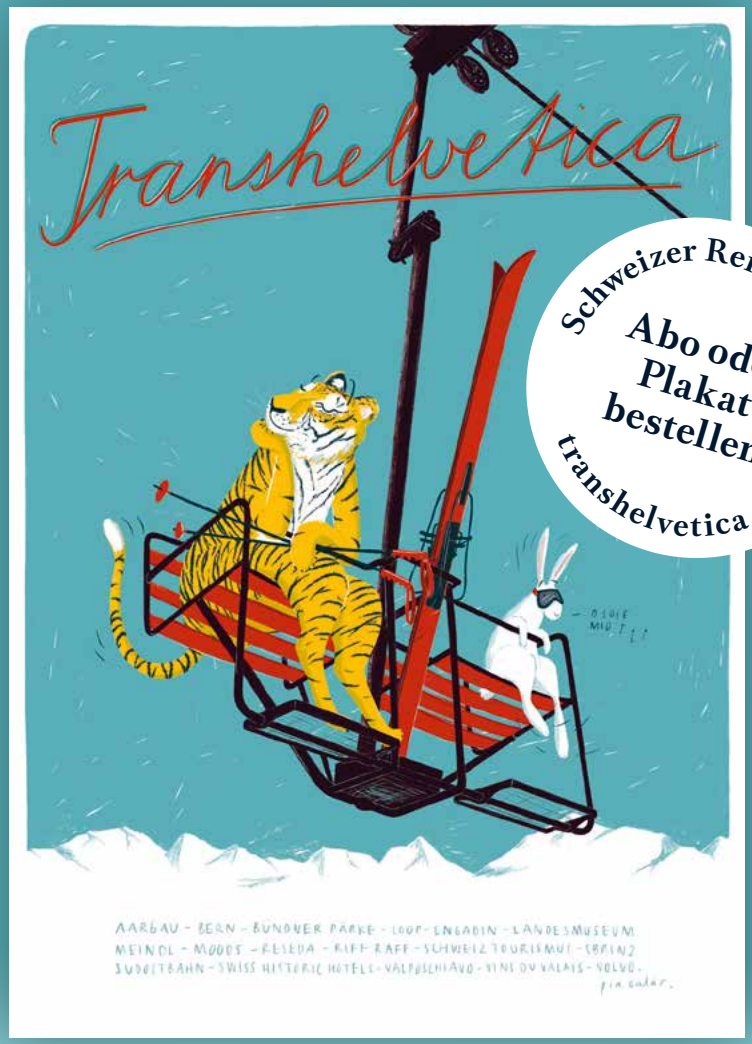
Pernottare – Pauraria Puntetta, Via Muglin 228, Müstair, Appartamento di vacanza, da CHF 863.–/settimana. puntetta.ch

DOMENICA

9 Caccia al tesoro in valle

È di fronte al Convento di St. Johann a Müstair, che iniziano le congetture! Sì, perché all'inizio non è ancora chiaro quale sia la strada giusta da prendere. Indizi e misteriosi messaggi aiuteranno a trovare la strada della caccia al tesoro «Chatscha jaura» fino a Sta. Maria. Di più però qui non vogliamo svelarvi!

Scoprire – Chatscha jaura, Convento Müstair – Sta. Maria, 3,8 km, 2 ore, depliant disponibile presso l'Ufficio turistico.



Die schönsten Seiten der Schweiz.

Altri consigli di viaggio

Savurando – scoprire la gastronomia della valle.

Foto – Nico Schaerer

MANGIARE & DORMIRE

Hotel Süsom Givè, Ofenpass
– T. 081 858 51 82
Mangiare con vista sulla Val Müstair e rilassarsi nella nuova area wellness.
ofenpass.ch

Hotel Al Rom, Tschierv
– T. 081 858 55 51
Camere luminose, buone pizze, sauna e terrazza.
hotel-al-rom.ch

Pension Restaurant Hirschen, Lü
– T. 081 858 51 81
Piccolo e buono. E con il più bel cielo stellato.
hirschen-lue.ch

Hotel Landgasthof Staila, Fuldera
– T. 081 858 51 60
A conduzione famigliare con buon cibo e camere rustiche. hotel-staila.ch

Hotel Central La Fainera, Valchava
– T. 081 858 51 61
In Valchava per rilassarsi in un bagno al fieno e banchettare con il buon cibo prodotto dai contadini bio del luogo.
centralvalchava.ch

Pütschai Josom, Sta. Maria
– T. 081 858 59 18
Vacanze in fattoria sopra Sta. Maria e per rilassarsi ci s'immerge nell'Hot Pot.
pütschaijosom.ch

Hotel Crusch Alba, Sta. Maria
– T. 081 858 51 06
Pernottare nell'hotel più antico della Val Müstair.
hotel-cruschalba.ch

Hotel Helvetia, Müstair
– T. 081 858 55 55
A gestione famigliare, si dedica con passione alla gastronomia e propone camere stilose con pavimenti in larice e arredamento in pino cembro.
helvetia-hotel.ch

Hotel Münsterhof, Müstair
– T. 081 858 55 41
Un albergo dalla lunga storia, appartamenti e camere con stile.
muensterhof.ch

Camping Muglin, Müstair
– T. 081 858 59 90
Ampio campeggio con bistro e negozio della fattoria. campingmuglin.ch

ATTIVITÀ

«A la riva dal Rom»
Il sentiero lungo il fiume Rom è un piacere per grandi e piccoli: facile da percorrere, con diverse aree di sosta e due parchi gioco lungo l'itinerario.
val-muestair.ch

Savurando
Un camminata culinaria adatta alle famiglie, con caccia al tesoro, partendo da Müstair.
val-muestair.ch

Trekking con i lama
Una passeggiata piacevole e divertente per famiglie e amanti degli animali. val-muestair.ch

Legenda: Alloggio Ristorante Negozio in fattoria

AGENDA

Giornata del Patrimonio mondiale
Ogni anno la prima domenica di giugno è dedicata ai Patrimoni dell'umanità. Il Convento St. Johann Müstair, parte del Patrimonio UNESCO dal 1983, festeggia questa giornata con diverse attività celebrative.
val-muestair.ch

Lungo il fiume Rom
D'estate, una delle più belle escursioni in Val Müstair ci conduce lungo il Rombach – dalle sue sorgenti a Tschierv fino al confine italiano.
val-muestair.ch

«Festa da la racolta»
La prima domenica di ottobre in Valchava si celebra il raccolto – in modo religioso, con la transumanza e con un bel mercato.
val-muestair.ch

Biosfera Val Müstair
val-muestair.ch

Genussmarkt Jenaz

Come rendere il viaggio verso i Parchi grigionesi un'esperienza gastronomica

Il Mercato dei sapori grigionesi «Genussmarkt Jenaz» si trova tra Landquart e Klosters, direttamente sulla Prättigauerstrasse.

All'interno del negozio-mercato si può scegliere fra più di 200 prodotti del territorio grigionese. C'è anche un bistro con una grande area esterna che invita a fermarsi per una pausa.

A proposito: sulla A 13, nella stazione di servizio Heidiland si trova un altro «graubündenVIVA Genussmarkt».

graubündenVIVA
Genussmarkt & Bistro, Garola 12, 7231 Pragg-Jenaz,
ogni giorno Ore 10.00–17.30
graubuendenvivonda

graubündenVIVA

La Riserva dell'UNESCO

La Riserva di Biosfera Engiadina Val Müstair dell' UNESCO è una regione modello in cui la biodiversità e le risorse naturali vengono tutelate e utilizzate in modo sostenibile.

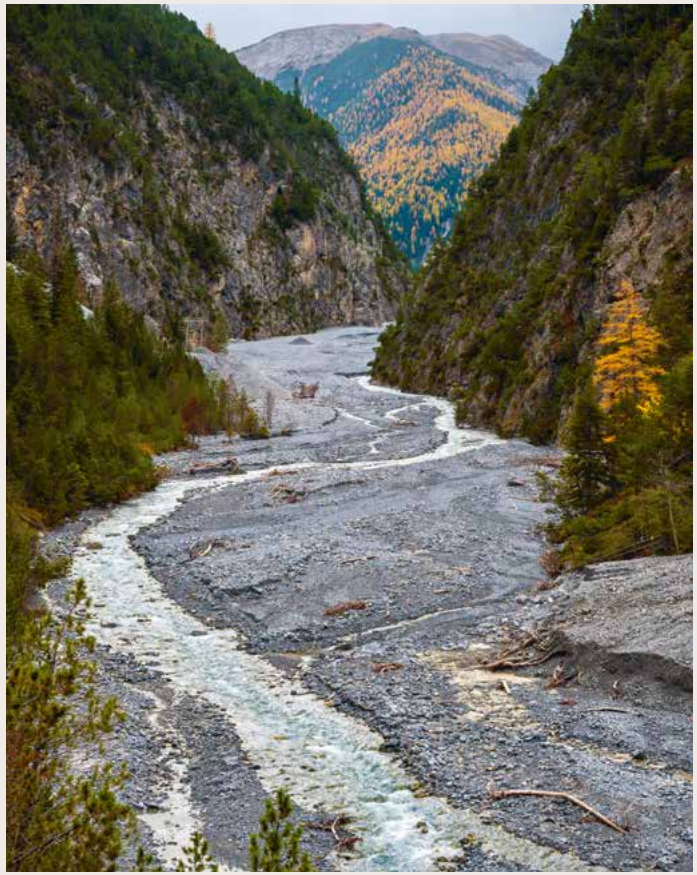


Foto – Flurin Bertschinger

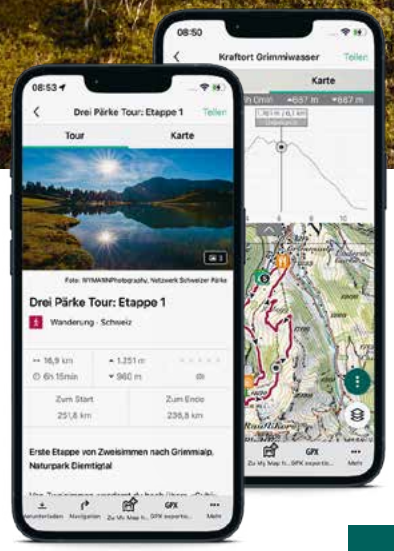
Percorrendo la Val S-charl: la gola di Clemgia in direzione di Mot Tavrü.

PARCHI SVIZZERI
PARCS
PARCHI SVIZZERI RETE
RAIT
RESEAU
NETZWERK

PARCHI SVIZZERI

Paesaggi viventi

Naturpark Beverin © SY-BAFU

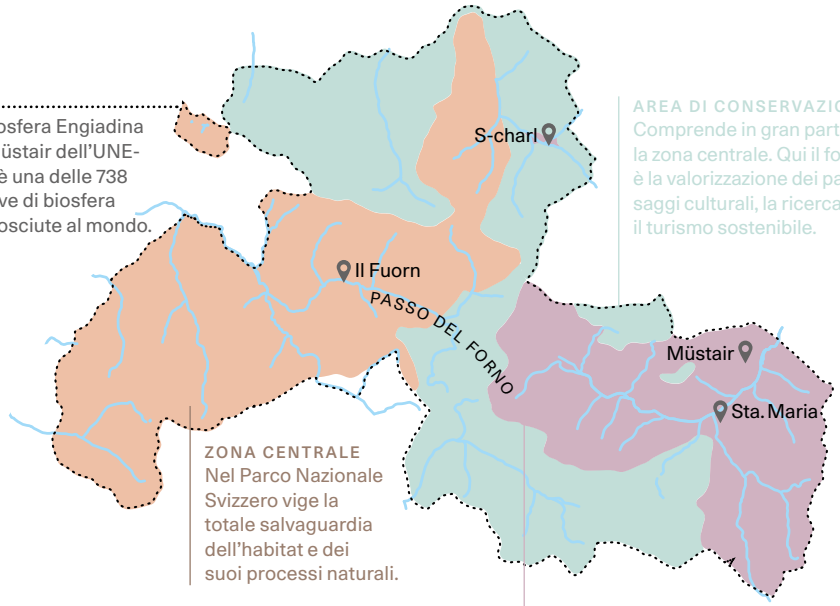


Escursioni ed esperienze uniche:
Scarica ora l'app e scopri i parchi svizzeri!

parks.swiss

La Riserva UNESCO in poche parole

La Biosfera Engiadina Val Müstair dell'UNESCO è una delle 738 Riserve di biosfera riconosciute al mondo.



AREA DI CONSERVAZIONE
Comprende in gran parte la zona centrale. Qui il focus è la valorizzazione dei paesaggi culturali, la ricerca e il turismo sostenibile.

ZONA CENTRALE
Nel Parco Nazionale Svizzero vige la totale salvaguardia dell'habitat e dei suoi processi naturali.

SUDDIVISIONE DEI COMPITI
Delle singole zone si occupano il Parco Nazionale, la Biosfera Val Müstair così come il Comune di Scuol.

ZONA DI SVILUPPO
Lo sviluppo economico viene promosso nell'ottica di un uso attento delle risorse naturali.

ESCURSIONI GUIDATE

Per più info sulle escursioni indicate: biosphaerenreservat.ch

Il sentiero degli orsi
Sul Senda da l'uors da Ravitschana fino a S-charl sulle tracce dell'orso.

Esperienza acquatica
Con la guida di esperti esplorare il lago alpino di Clemgia nella Val S-charl.

Escursione ornitologica
Alla scoperta degli uccelli nella foresta di Tamangur.

Esplorare le torbiere
Scoprire questo paesaggio della Val S-charl è ancora più avvincente con una guida esperta.

Escursioni culturali
Escursioni sugli antichi sentieri e le mulattiere di valle della Bassa Engadina. chauennas.ch

Verso le fonti minerali
Attraverso gli antichi e romantici sentieri curativi alla scoperta delle sorgenti minerali, delle loro fontane e dei luoghi storici. xinli-training.ch

Procedere fiutando
Esplorare l'alpeggio di Tamangur Dadora usando l'olfatto. somalgors74.ch

MANGIARE & DORMIRE

Gasthaus Mayor, S-charl
Godersi la natura e i piatti di selvaggina, che qui sono buonissimi. gasthaus-mayor.ch

Crusch Alba, S-charl
Per chi ama le cose semplici ma speciali. cruschalba.ch

AGENDA

A metà giugno apre il Museo Schmelzra a S-charl.

Alla festa «Lo pan ner» si celebra la panificazione

D'inverno S-charl è raggiungibile solo fino a Ross, a piedi o con le pelli di foca.

RESPONSIBLE HOTELS OF SWITZERLAND

Vorfreude

www.schweizerhof-lenzerheide.ch

L’inverno

Durante l’inverno i Parchi dei Grigioni se la prendono senz’altro più comoda, ma di andare in letargo non se ne parla proprio. Alla pagina seguente trovate spunti per scoprire i parchi anche quando sono ricoperti di bianco.

Foto — Lorenz Andreas Fischer

Ricoperto di neve: Il Parc Ela con vista sul Piz Platta e sul Piz Arblatsch.

«Il sogno del Grand Hotel»

Kurhaus Bergün – dove la storia diventa il presente.
Un viaggio nel tempo nel cuore del Parc Ela.

KURHAUS BERGÜN

SCAN MICH

Consigli per l'inverno

ARENA TETTONICA SARDONA

Ciaspolata
Avventurarsi nella neve alta con una geo-guida e scoprire di più sulla formazione delle Alpi. Per le date: flims.com

Padiglione visitatori Sardona
In mezzo al comprensorio sciistico si trova il padiglione visitatori, in cui ci s'immerge nel passato; le domeniche con la presenza di un esperto. flims.com

Escursione gastronomica Flims
Di portata in portata la camminata ci porta da Flims al lago di Cauma, e, attraverso la foresta, fino a Trin Mulin. flims.com

PARCO NATURALE BEVERIN

Lo skilift solare Tenna
Le piccole star dello sci si possono scatenare lungo i 4 km di piste. E a Tenna, modestamente, si scia solo su neve naturale! solar-skilift.ch

FiliTour

Escursioni di sci alpinismo nella Biosfera Val Müstair

Schlittelbeizli Imschlacht
Da Brün ci vuole circa un'ora di camminata su fino a Imschlacht, dove, con il bel tempo, ci si può ristorare alla baita prima di ridiscendere in slittino lungo la bella pista. Possibilità di noleggio slitte presso la baita. schlittelbeiz.ch

Mineralbad Andeer
Che ci si rilassi nella piscina interna o quella esterna, godendo dei lettini idromassaggio, della doccia massaggiante o del whirlpool, oppure della zona sauna – mente e spirito vi saranno grati. Le Terme di Andeer offrono anche trattamenti massaggio «Naturpark». mineralbad-andeer.ch

Escursione gastronomica

PARC ELA

FiliTour
In questo tour attraverso il Filisur si possono scoprire in modo interattivo 14 magnifiche case engadinesi. Attraverso testo, immagine e suono verranno svelate sorprendenti storie sulle case, sulla loro architettura e sui loro abitanti. parc-ela.ch

PARCO VAL CALANCA

Sci alpinismo Capanna Buffalora
Da Rossa si procede in direzione sud-est attraverso foreste di abeti innevate su fino alla Capanna Buffalora a 2078 m s. l. m. D'inverno la Capanna è chiusa, prepararsi quindi il pranzo al sacco e godersi la vista. visit-moesano.ch

Ciaspolata Rossa
Questo itinerario è adatto sia per scarpe da trakking che ciaspole. Da Rossa si ridiscende lungo il fiume Calancasca verso il villaggio di Sta. Domenica. Da qui, passando per Augio il percorso ritorna al punto di partenza. outdooractive.com

PARCO NAZIONALE SVIZZERO

Centro del Parco Nazionale
Mentre il Parco Nazionale si gode il letargo, il Centro del Parco di Zernez rimane aperto. Al momento è in corso un riallestimento, che si potrà scoprire a partire dal 3 giugno 2023. nationalparkzentrum.ch

BIOSFERA VAL MÜSTAIR

Avalanche Training Center
Nella stazione sciistica di Minschuns, l'ATC è una struttura permanente per potersi allenare nel soccorso valanghe, sia con sonde che ricetrasmettitori. Vengono inoltre offerti corsi di soccorso valanghe.

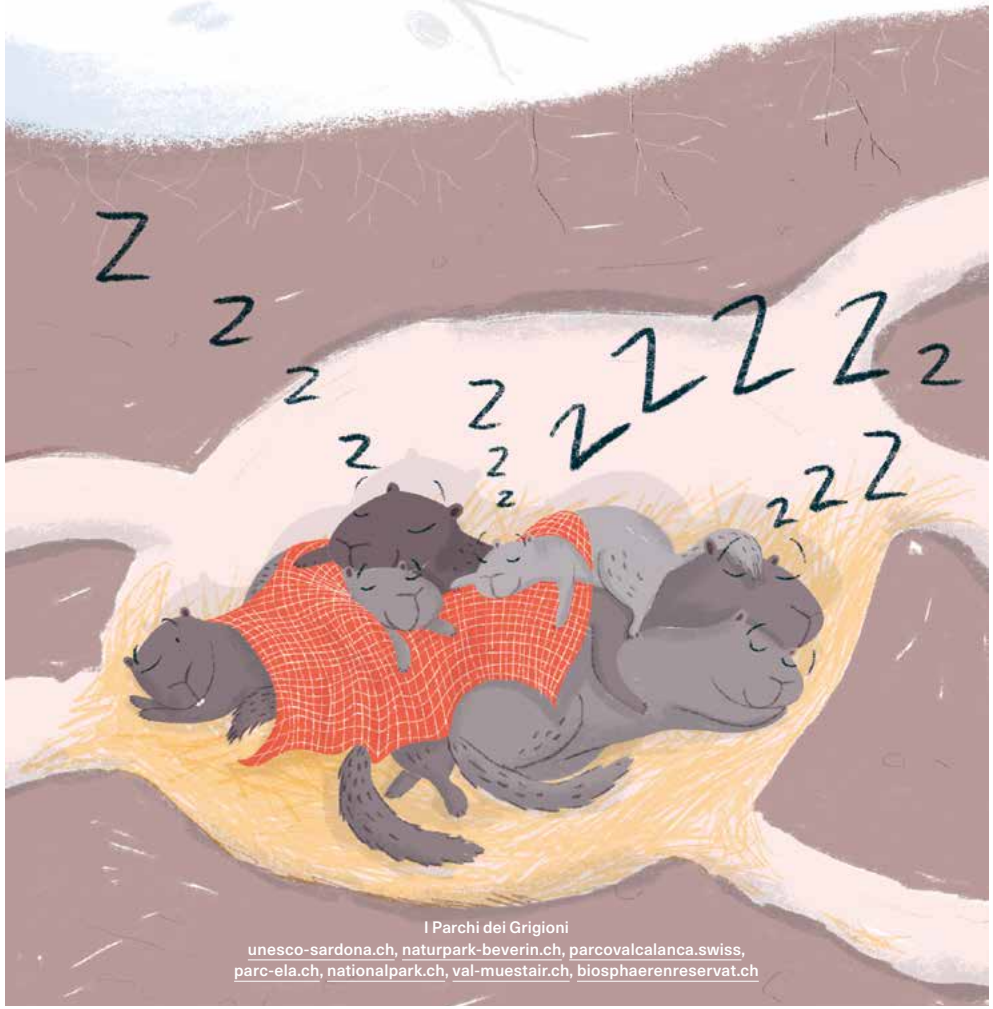
Escursioni guidate
Alla scoperta della Biosfera con un escursione guidata di sci alpinismo. Info presso l'ufficio turistico Val Müstair.

Corso racchette da neve
Nel corso principianti «Sicher & wildtierfreundlich unterwegs» s'impara a pianificare le escursioni in racchette; incluso nel corso anche conoscenze di base sulle valanghe. val-muestair.ch

Foto Sopra – Andrea Badrutt, Chur / Foto In Basso A Sinistra – Lorenz A. Fischer / Foto In Basso A Destra – Flims Laax Falera

IL LETARGO

Illustrazione – Pia Valär



I Parchi dei Grigioni
unesco-sardona.ch, naturpark-beverin.ch, parcovalcalanca.swiss,
parc-ela.ch, nationalpark.ch, val-muestair.ch, biosphaerenreservat.ch

Un Prodotto di Passaport AG – **Editore/Casa editrice:** Passaport AG, Alter Bahnhof Letten, Wasserwerkstr. 93, 8037 Zurigo, T. 044 241 29 29, passaport.ch – **Sovvenzione:** Ufficio per la natura e l'ambiente GR – **Testo/Redazione:** Jon Bollmann, Pia Bollmann, Michèle Fröhlich, Martin Hoch – **Layout / Illustrazioni:** Anna Sarcletti, Pia Valär – **Foto:** Nico Schaerer – **Stampa:** Multicolor Print AG, multicolorprint.ch – **Correzione Bozze:** text-it GmbH, Claudia Walder, textit-gmbh.ch – **Traduzione:** Sabine Madl, focusvitae.ch – **Contatto:** info@passaport.ch – **Copyright:** © Passaport AG, tutti i diritti riservati.

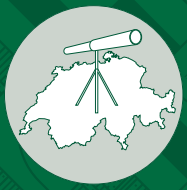
Vuoi saperne di più?

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

TRANSHELVETICA

DIE KUNST DES REISENS

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 65.– / Abbonamento di due anni CHF 110.–

Consigli per tutta la Svizzera

Consigli per la regione

La sorella più grande: **transhelvetica.ch**