



Trentino

2019 — Free copy

YOUR GATEWAY TO MOUNTAINS, LAKES, CULTURE AND ITALIAN LIFESTYLE

W górę serca

Odkryj Dolomiti z
przewodnikiem górskim
Maricą Favé

Zielarka

Kiedy liście, korzenie i porosty
nadają się do jedzenia

Zakątek jabłkowy

Tajemnice księcia owoców
z Val di Non

► ARTYKUŁ WSTĘPNY

Filozofia Trentino

Jak powiedział angielski poeta William Blake, „wielkie rzeczy się dzieją, gdy ludzie spotykają się z górami”. Zaskakujący widok białych szczytów, pojawiających się w oddali jakby znikąd. Satysfakcja z pokonania chwilowego kryzysu podczas wspinaczki. Poddanie się próbie i oddanie się kontemplowaniu otoczenia bardziej niż skupianie się na celu. Uczenie się, jak doceniać prostolinijne, bezpośrednie usposobienie ludzi gór. Wszystkiego tego można doświadczyć w regionie Trentino. To region, który z dumą pielęgnuje historyczne miejsca i kultury, tradycyjne wartości: gościnność, przyzwyczajenie do odnajdywania pełnego skromności i spokoju szczęścia w drobnych, codziennych rzeczach, takich jak piękne górskie krajobrazy. Tutaj ze spotkania starożytnej filozofii z nowoczesnością narodził się nowy styl życia, odznaczający się troską o środowisko i przywiązujący ogromną wagę do kwestii zrównoważonej energii.

Słowem, które spontanicznie przyjdzie na myśl po pierwszych dniach spędzonych w Trentino pewnie będzie „harmonia”. Czuć ją, gdy muśniemy pień stuletniego drzewa, smakujemy lokalne wino DOC, podziwiamy odcienie barw zmieniających się pór roku. Jednak Trentino to także wrota do poznania reszty terytorium Włoch: panującej tu życzliwości, spokojnego tempa życia oraz sztuki i kuchni naturalnie. Tutaj znajdziemy to wszystko w jednym miejscu, gdzie stare spotyka się z nowym, a piękna powierzchowność z pięknym wnętrzem. Właśnie w harmonii.

WĘDKOWANIE POŚRÓD NATURY

Region Trentino, mieszczący na swoim terenie ponad 350 łowisk, to prawdziwy raj dla wędkarzy. Ogromna różnorodność środowisk wodnych (lodowce, jeziora, rzeki, strumienie, kaskady) to gwarancja jednej z najbardziej zróżnicowanych populacji ryb we Włoszech, starannie chronionych (uwaga np. na strefy „no kill”, w których złowione ryby trzeba puścić wolno). Na stronie trentinofishing.it można znaleźć listę najlepszych miejsc do połowów oraz porady, jak uzyskać turystyczne pozwolenie na wędkowanie.

► SPIS TREŚCI

02

Wędkowanie Pośród natury
Jezioro czy strumień? Wybierz najlepsze miejsce na uprawianie wędkarstwa

04

W górę serca
Odkryj Val di Fassa z przewodnikiem górskim Maricą Favé

12

Energia z wody i skał
Monumentalna architektura elektrowni wodnych

16

Górskie wybrzeże
Sport, kultura i relaks nad jeziorami

20

Odcienie jesieni
Jesienne kolory lasu na wycieczkę fotograficzną

24

Na szczycie z mamą
Na górski szlak z dzieckiem? Nie ma problemu

28

Liczy się każda sekunda
Mistrz w kolarstwie górskim ujawnia swoje ulubione trasy

32

Bąbelki górskie
Odkryj trydenckie wino musujące

36

Zakątek jabłkowy
Tajemnice księcia owoców z Val di Non

38

Zielarka
Kiedy liście, korzenie i porosty nadają się do jedzenia

44

Wyznanie miłości jelenia
Posłuchajcie go (z ukrycia) w Parkach Krajobrazowych w Trentino

46

Przyszłość widziana w latach dwudziestych
Życie i twórczość Fortunato Depero, przedstawiciela futurizmu

50

Muzyka na dużych wysokościach
Edycja 2019 festiwalu „I Suoni delle Dolomiti”

51

Trentino zimą
Para nart to wszystko, czego potrzebujesz!

Wspinanie się na szczyty (i kontemplowanie najbardziej fascynujących widoków) wymaga niezawodnego przewodnika. Takiego jak **Marica Favé**, była reprezentantka Włoch w narciarstwie alpejskim, która dorastała w Val di Fassa i do szaleństwa pokochała „swoje” góry

W górę serca

TEKST Paolo Madeddu
ZDJĘCIA Alberto Bernasconi

Nikt nigdy nie pyta piłkarza: „Co znaczy dla ciebie bramka?”. W ostateczności można spodziewać się reakcji, która nie będzie jednoznaczna. Natomiast mieszkańcom gór to pytanie zadaje się zawsze, a Maricą Favé ma wiele odpowiedzi – niektóre między wierszami, inne zdecydowanie bezpośrednio. Pierwsza to właściwie cytaty z klasyki: „Jak powiedział Goethe, »góry są niemymi nauczycielami i czynią milczących uczniów«. Druga jest bardziej tradycyjna i duchowa: „W dialekcie fedomskim języka ladińskiego jest piosenka, której słowa mówią: »w górach, bliżej Boga, dalej od grzechów«. Jeśli się zastanowić, to właśnie dlatego na szczytach są te wszystkie

krzyże”. Następna jest odpowiedź mistrza, Reinholda Messnera. „Messner opowiadał kiedyś: »Jako dzieci wspinaliśmy się, żeby zobaczyć, co jest dalej«. Do mnie to bardzo pasuje. Tutaj, w Val di Fassa, z moimi kuzynami robiliśmy tak od ósmego roku życia. Wejść, wspinać się, a zawsze odkryjesz coś, co jest wyżej”. Wreszcie odpowiedź bardziej osobista: „Potrzebuję stawiać sobie wyzwania. Tak było, kiedy należałam do narodowej drużyny narciarskiej. Wtedy zjeżdżałam, patrzyłam z góry w dół, rzadko spoglądałam na szczyty”.

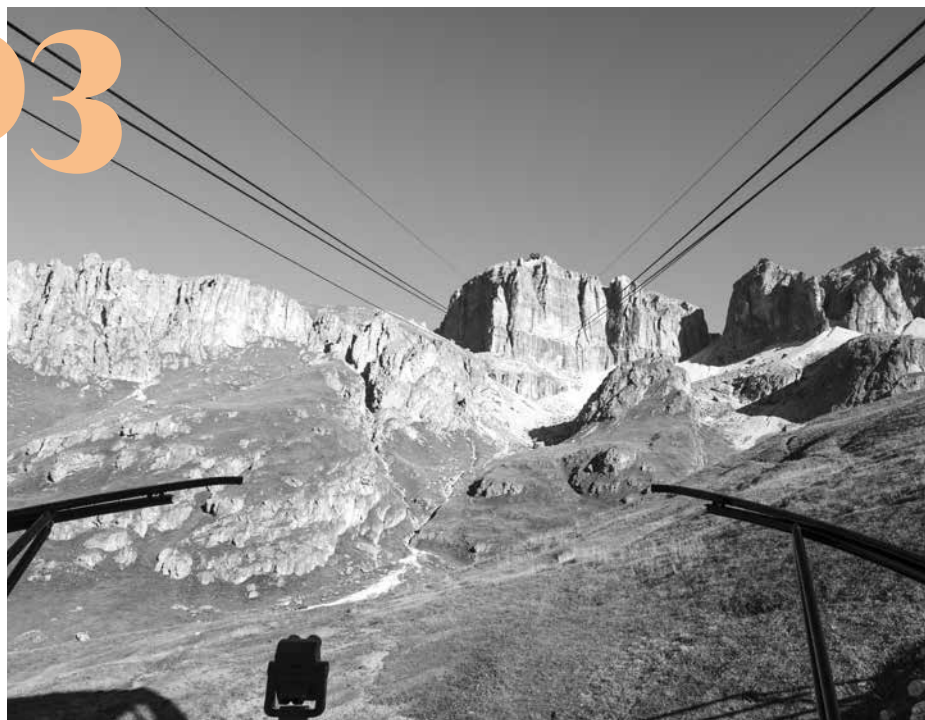
Marica Favé należy do świata, który zawsze oczekiwał odważnych zjazdów i najśmielszych podejść. Na początku przede



01



03



04

- 01** Marica Favé: najszybciej skontaktujecie się z nią poprzez stronę internetową *maricafave.it*.
- 02** Masyw Sass Pordoi w paśmie Sella.
- 03** Rumowisko skalne pod Schroniskiem Forcella Pordoi.

wszystkim tych pierwszych: osiem lat spędziła w reprezentacji Włoch w narciarstwie alpejskim, zdobyła kilka medali w Pucharze Europy i Mistrzostwach Włoch, brała udział („mało ekscytujący”, jak mówi) w Pucharze Świata, w zjazdach i Super-G. W 1997 roku została instruktorem narciarskim, a także otrzymała stypendium Sierra Nevada College w Lake Tahoe. Dwa lata studiów, udziału w zawodach i Ameryki. Następnie wróciła w Dolomity, do Campitello di Fassa, i kilka lat pracowała jako strażnik leśny. Potem zaczął się dla niej nowy związek z górami - ze wzrokiem skierowanym z dołu do góry.

To przede wszystkim przyjaciele nalegali, aby została przewodnikiem górskim. „Urodziłam się jako góralka, ale nigdy o tym nie myślałam. Kiedy byłam dzieckiem, zbierało się siano, ciągnęło furmankę, chodziło na grzyby. Mój ojciec, który zmarł, gdy

05



byłam młoda, był przewodnikiem górskim, ale razem z nim wspinałam się tylko dwa razy i tyle. Nigdy nie myślałam o pójściu w jego ślady. Prawda jest taka, że podobnie jak wielu innych, myślałam, że to nie jest rzecz dla kobiet. Wtedy po prostu tak było. Nawet dziś od czasu do czasu widzę i czuję, że niektórzy mi nie ufają, ponieważ jestem kobietą”.

Wspinaczka wysokogórska, to jednak coś, co poleca każdemu, bez wyjątku. „Mówię to nie tylko dlatego, że bycie przewodnikiem górskim to moja praca. Naprawdę myślę, że stanięcie tam na górze, rozejrzenie się i zobaczenie tylko nieba i gór, to coś pięknego, co każdy powinien przeżyć. I to jest piękno, którym trzeba się dzielić. Kiedy wspinam się sama, nie daję mi to takiej satysfakcji, jaką czuję, idąc z kimś”. Nigdy nie opuściła jej miłość do miejsca, w którym się urodziła i wychowała. Nawet gdy podróżowała po Europie i Ameryce z innymi narciarzami, nigdy nie przestała przypominać im, że Val di Fassa jest naj-

piękniejszym miejscem na świecie. A o Dolomity, które nieprzypadkowo od 2009 r. znajdują się na liście światowego dziedzictwa UNESCO, nawet nie trzeba pytać.

„Weźmy kolory: kontrast między błękitem nieba a bielą czystej skały nie ma sobie równych nigdzie indziej i »przybliża« pejzaż do patrzącego, jak w trójwymiarowym filmie. Czasami naprawdę czujesz, że góry są na wyciągnięcie ręki i możesz ich dotknąć”. A ulubiona góra? „Nie potrafię odpowiedzieć. Między prawie pionowymi ścianami a smukłymi wieżami czuję się u siebie. Oczywiście, urodziłam się w Campitello i dorastałam u stóp masywu Sassolungo, on jest dla mnie jak rodzina. Jest smuklejszy niż łańcuch Catinaccio, który jest jednak potężniejszy. Widzimy Catinaccio z południowego wschodu, zawsze oświetlony przez słońce, które sprawia, że faktycznie staje się Rosengarten – różanym ogrodem z legendy o Królu Laurinie”.

Mówiąc o ludziach, których zabiera na szczyty, Marica zaznacza, że kobiety często



07

- 05 Oznakowanie na dużych wysokościach: „AV2” jest jedną z sześciu „dróg na wysokościach”, które przecinają Dolomity.
- 06 Piz Boé (3152 m), najwyższy szczyt pasma Sella
- 07 Czytanie mapy to podstawa przy planowaniu każdej wycieczki.

się nie doceniają, umniejszają swoją wartość i myślą, że nie dadzą rady. Mężczyźni natomiast zwykle są zbyt pewni siebie. Przede wszystkim dotyczy to nowicjuszy, bo najpowszechniejszym uczuciem wśród nich jest zdziwienie. Nawet ci, którzy nigdy nie chodzili po górach, w pewnym momencie odkrywają, że dają radę i ogarnia ich euforia. Jeśli ktoś jest początkujący, istnieją ścieżki, które mogą dać maksimum satysfakcji przy umiarkowanym wysiłku. „Tutaj, w mojej okolicy, znajduje się ścieżka historyczna Viel dal Pan nazywana tak, ponieważ pozwalała na dostarczanie podstawowych towarów, takich jak mąka, na duże wysokości. Od Belvedere di Canazei do przełęczy Fedaia jest mniej więcej trzy godziny drogi – to idealna trasa także dla

tych, którzy nie mają zbyt wiele czasu. Kolejną trasą dla osób, które trochę boją się gór, jest ścieżka Fryderyka Augusta, zaczynająca się od kolejki linowej Col Rodella i dochodząca do Sassopiatto. To wygodna trasa o niewielkim nachyleniu. Wędrowanie nią prowadzi zawsze do tego samego: ludzie otwierają szeroko oczy i stają z otwartymi ustami. Rozumiem ich, widziałam wiele gór, ale Dolomity są najpiękniejsze na świecie. Tak naprawdę mnie też nieustannie ogarnia zachwyt”.

PAOLO MADEDDU pisze o muzyce, sporcie i zwyczajach dla „Gioia”, „Qui Touring”, „Corriere della Sera” i „Rolling Stone”, a także prowadzi blog o statystykach muzycznych, amargine.it.

06



Cztery klasyczne trasy

Lato czy zima, lodowce czy wąwozy, wspinaczka z linami lub trasami ubezpieczonymi na stałe – oto cztery trasy wysokogórskie, niezbędne do poznania Trentino z góry



VIA FERRATA DEL COLODRI
(Arco)
POLECANA PRZECZ:
Renato Bernard
noiguidealpinevaldifassa.it

Trasa o długości około 4 kilometrów i umiarkowanym stopniu trudności (odpowiednia także dla dzieci), biegnąca od Arco (20 minut jazdy od Riva del Garda) w górę wschodniej ściany Monte Colodri, wzdłuż przepaści, i zapewniająca wyjątkowy widok na dolinę rzeki Sarca. Ciekawe są także skały wydrążone przez lodowce, które można obserwować na szczycie, obok tradycyjnego metalowego krzyża.



PUNTA PENIA
(Marmolada)
POLECANA PRZECZ:
Demis Centi
gardaoutdoor.it

Trasa ta nie jest trudna, jednak przeznaczona dla doświadczonych wędrowców. Przez lodowiec prowadzi na Punta Penia, najwyższy szczyt Dolomitów (3300 m n.p.m.). Biorąc pod uwagę wysokość, tu często stoimy ponad chmurami i oczywiście możemy podziwiać niezapomniany „spektakl” Marmolady (z jej bladymi wapieniami dolomitowymi). W okolicy (Monte Serauta) znajduje się również najwyżej na świecie położone muzeum, poświęcone Wielkiej Wojnie.



VIA FERRATA DEL PORTON
(San Martino di Castrozza)
POLECANA PRZECZ:
Rocco Romagna
aquilesanmartino.com

Trasa ubezpieczona na stałe (tzw. via ferrata), o wysokim stopniu trudności, a więc przeznaczona dla bardziej doświadczonych turystów. Jej przejście zajmuje około trzech godzin. Łączy schroniska „Pradidali” (2278 m n.p.m.) i „Al Velo della Madonna” (2356 m n.p.m.) w południowym sektorze Pale di San Martino, schodząc do Val Pradidali wzdłuż południowej ściany Cima di Ball. Można również pójść najłatwiejszym i ubezpieczonym szlakiem Nico Gusela. Niezwykły jest, oczywiście, widok na Pale di San Martino.



CIMA TOSA
(Gruppo del Brenta)
POLECANA PRZECZ:
Piergiorgio Vidi
piergiorgiovidi.com

Rozciągające się na ponad 40 kilometrach długości i 12 km szerokości, Dolomity Brenty, o łącznej powierzchni 436 kilometrów kwadratowych, oferują trasy odpowiednie dla turystów na każdym poziomie zaawansowania, z podjazdami, ubezpieczonymi szlakami i ścieżkami o różnym stopniu trudności. Najwyższym szczytem pasma jest Cima Tosa (3173 m n.p.m.), cel wycieczek górskich, które dzisiaj możemy zdefiniować jako „klasyczne”, nawiązując do pierwszych ekspedycji na szczyt z połowy XIX wieku.



Dziesięć schronisk z wykwintną kuchnią

To nie tylko przystanek na posiłek podczas wspinaczek i wędrówek. Wiele schronisk wprowadza autorską kuchnię na wcześniej nieznane wyżyny (rzeczywiste i metaforyczne)

1
Schronisko Torre di Pisa
Szczyt Cavignon (2671 m n.p.m.)
rifugiotorredipisa.it
Klasyczne schronisko w drewnie i kamieniu, które bierze swą nazwę od szczytu skały tuż przed nim. Czynne od czerwca do października. Oferuje klasyki tradycyjnej kuchni Trentino, od knedli z boczkiem speck w bulionie do polenty z grzybami i strudla jabłkowego.

2
Schronisko La Roda
Szczyt Paganella (2125 m n.p.m.)
laroda.it
Ekologiczne miejsce przebudowane w chałcie w drewnie w 2006 roku, jest otwarte przez cały rok, z krótką przerwą wiosną i jesienią. Restauracja, z której roztacza się widok od Dolomitów Brenty po jezioro Garda, oprócz tradycyjnej kuchni Trentino oferuje również świeżutkie ryby.

3
Schronisko Lo Scoiattolo
Val di Peio (2000 m n.p.m.)
rifugioscoiattolo.com
Obiekt położony jest kilka metrów od wyciągu gondolowego Peio Fonti-Tarlenta i kolejki linowej Pejo 3000. Oferuje dania kuchni włoskiej i regionu Trentino oraz ma dobrze zaopatrzoną piwniczkę z winami. Zimą udostępnia klientom śniegołazy i skutery śnieżne.

4
Schronisko Fuciade
Val di Fassa (1982 m n.p.m.)
fuciade.it
Od marynowanego tatara z dziczyzny w jałowcu z purée z jabłek, przez „fagot da mont” (pieróg z ciasta jagodowego nadziewany dziczyzną) po „rosada trentina” (lokalna wersja kremu katalońskiego) – szef kuchni Martino Rosi swobodnie porusza się wśród dań zarówno tradycji ladańskiej, jak i kuchni śródziemnomorskiej.

5
Schronisko Lago di Nambino
Miejscowość Val Nambino (1770 m n.p.m.)
nambino.com
Niedaleko od Madonny di Campiglio, z widokiem na brzeg jeziora, w którego wodach, według legendy, mieszka smok. Z jeziora czerpie się także surowiec do popisowego dania – golca zwyczajnego, który w smaku przypomina pstrąga, jednak jest delikatniejszy.

6
Malga Ces
San Martino di Castrozza (1600 m n.p.m.)
malgaces.it
W Malga Ces, gospodarstwo położonym na stokach obszaru narciarskiego San Martino di Castrozza, od ponad 70 lat (i przez trzy pokolenia) wytwarza się wszystko na miejscu: od świeżych makaronów po ciastka, od dżemów po lody. Dla leniwych w porze lunchu i kolacji jest autobus wahadłowy (z San Martino di Castrozza).

7
Schronisko Pernici
Miejscowość Bocca di Trat (1600 m n.p.m.)
pernici.com
Nazwany na cześć Nina Pernicio (legionisty z Trentino, który poległ w 1916 r.) i wzniesiony w 1929 r. na ruinach mesy austro-węgierskich oficerów z I Wojny Światowej, proponuje dania wyłącznie z produktów lokalnych: mięsa z Trentino, ziemniaków i sera z Valle di Ledro, wina znad Gardy.

8
Schronisko Stella d'Italia
Płaskowyż Folgaria (1550 m n.p.m.)
rifugiostelladitalia.com
Posterunek wojskowy z czasów Cesarstwa Austro-Węgierskiego, bardzo lubiany przez miłośników historii ze względu na liczne zabytki w okolicy (sanktuarium Malga Zonta,

muzeum „Base Tuono”). Natomiast kuchnia obiecuje „najlepszą polentę z lokalną toselłą”, a także pierogi, spätzle i tagliatelle z borowikami.

9
Schronisko La Montanara
Płaskowyż Pradel (1525 m n.p.m.)
rifugiolamontanara.it
„Zawieszono” między wodami jeziora Molveno a pasmem Dolomitów Brenty, działające od 1973 roku schronisko serwuje dania, wśród których królują: polenta (zrobiona koniecznie w miedzianym garnku) policzki wieprzowe, szpinakowe kopytka gnochci, kluski „strangolapreti”.

10
Schronisko Croz dell'Altissimo
Miejscowość Busa delle Ortighe (1480 m n.p.m.)
rifugiocrozaltissimo.it
Prowadzone przez rodzinę jednego z najbardziej znanych przewodników górskich Trentino, Felice Spelliniego (którego imię nosi również szlak w Dolomitach Brenty), schronisko oferuje tradycyjną kuchnię trydencką, a jego specjalność, strudel z jabłkami, jest naprawdę bezkonkurencyjny.

SANTA MASSENZA

Wzniesiona w 1953 roku przez architekta Giovanniego Muzia, była w tamtych czasach najpotężniejszą elektrownią wodną Europy.

Elektrownie wodne Trentino już od początków XX wieku zapewniają większą część zużywanego w całym regionie prądu. Stanowią również przykład wyjątkowo interesujących obiektów turystycznych, a monumentalność tworzących je zabudowań odzwierciedla wytwarzaną wewnątrz moc

Energia z wody i skał

TEKST Valerio Millefoglie
ZDJĘCIA Archiwum

„No to opróżniamy to jezioro”. Catullo Buratti, ekspert z dziedziny elektryki, zatrudniony przy budowie elektrowni wodnej w Santa Massenza, wówczas dwudziestoletni, powtórzył polecenie: „Opróżniamy to jezioro?”. „Tak”, powtórzyli. „Opróżniamy je całkowicie”. I tak został jednym z tych, którzy okiełznali wody jeziora Molveno, leżącego pośród szczytów zachodniego Trentino, by w 1957 roku wznieść elektrownię, która miała się stać największą elektrownią wodną w Europie. „Nie trzeba aż tak wyolbrzymiać”, mówi dziś, w wieku 87 lat. „Byłem tylko jednym z trybików. Ludzi, którzy opróżniali jezioro, było czterystu, może pięciuset. W prace, razem z robotnikami i górnikami, zaangażowano łącznie osiem tysięcy ludzi. Pracowaliśmy dniem i nocą, nie oszczędzając się nawet w Święta. Byliśmy silni, bo byliśmy ludźmi wojny. Trzymało nas wewnętrzne przekonanie,

że razem musimy dać sobie radę”. Ludźmi innej wojny byli ludzie zamieszkujący okolice strumieni i jeziora Ledro, którzy w latach 1925-1929 wznieśli elektrownię wodną w Riva del Garda. Fasadę zdobi wykonany dłutem rzeźbiarza Silvia Zaniboniego posąg Neptuna trzymającego w dłoni pioruny. Nad jego głową widnieje napis po łacinie: „Hoc opus hic labor est et aerobus in mediis numen aquarum”, co znaczy „To dzieło, to przedsięwzięcie jest niczym bóg wody stojący pośród świątyń”. Słowa te napisał Gabriele D'Annunzio, który 18 marca 1829 roku przyjechał nad jezioro żółtą lanią w towarzystwie projektanta elektrowni i autora kompleksu Vittoriale degli Italiani, Giancarla Moroniego. Ubrany w mundur lotnictwa wojskowego D'Annunzio wysadził w powietrze ostatni odłam skały. Z chaosu tamtej eksplozji wiele lat później powstało to, co podczas swojej wi-



01 Pomieszczenie z przekątnymi w elektrowni w Riva del Garda.
02 Elektrownia wodna w Riva del Garda, widok od strony jeziora.

zyty w wizjonerski sposób opisał futuro-
sta Fortunato Depero: „Turbiny niczym
prehistoryczne zwierzęta w stalowych
pancerzach, gęste lasy elektryczne w po-
mieszczeniu przekątników, a transfor-
matory jak wielkie, mechaniczne płuca”.
Podczas gdy w Santa Massenza odkry-
wamy podziemne życie, schodząc „do
spowitego mrokiem wnętrza góry, gdzie
poświęcając się tytanicznej pracy ludzie
z trudem kruszyli skały, kamień po ka-
mieniu”, jak opisuje film z epoki, w Riva
del Garda wznosimy się ponad brzegami
jeziora. Budynek pnie się w górę. Na wyso-
kości ośmiu metrów znajdują się budynki



mieszczące transformatory, a nieco wyżej
sterownia i taras z widokiem na nabrzeże
i szczyt Baldo. „Odwiedzający się tego nie
spodziewają. W tych górach za każdym
rogiem czeka niespodzianka”, tłumaczy
Matteo Rapanà, przewodnik oprowa-
dzający trasą Hydrotour po Dolomitach,
będącą podróżą po historii tych miejsc i
mechanice. „Nie mamy tu do czynienia
z archeologią przemysłową. Archeologia
to coś, co już nie funkcjonuje. Tymczasem
te centrale nadal działają, wytwarzając
w 100% naturalną energię w ilości odpo-
wiadającej potrzebom 115 tysięcy rodzin.
Jeszcze parę lat temu były niedostępne,

ale pomału otwierają się na zwiedzają-
cych”. Wśród nich są rodziny, uczniowie,
turyści, poszukiwacze ciekawych historii.
Spacerujemy tu wzdłuż korytarzy wyry-
tych w skałach. Wśród wystaw akwareli
i oryginalnych rysunków konstrukcyj-
nych autorstwa Giancarla Moroniego
oraz zdjęć braci Pedrottich z Trydentu
widnieje biało-czarna fotografia podpi-
sana: „Elektrownia wodna w Santa Mas-
senza. Łopatkę turbin Pelton”. Widocz-
ne na zdjęciu ułożone jedna nad drugą
łopatki wyglądają niczym istota o wielu
twarzach, jak gdyby człowiek wyrzył w ma-
szynach cechy swojego wyglądu.

ŚRODOWISKO

Trentino Green

Region Trentino od ponad 30 lat
inwestuje w źródła energii odnawialnej.
Plasuje się również w czołówce pod
względem stopnia dekarbonizacji, którą
według wytycznych Unii Europejskiej
należy osiągnąć do roku 2050.

34 miejscowości w regionie Trentino
w 100% odnawialne, tzn. takie, w
których dzięki
źródłom odnawialnym wytwarza
się więcej energii elektrycznej i
ciepłej niż zużywają mieszkańcy.

95% moc netto pochodząca z
energii odnawialnej (w
porównaniu z 5%
ze źródeł nieodnawialnych)

91,7% procent udziału energii wodnej
w źródłach odnawialnych
(w których energia słoneczna
stanowi 4,5%, bioenergia 3,7%,
a energia wiatrowa 0,1%).

40 łączna liczba
w 100%
odnawialnych
miejscowości we
Włoszech

2050 rok wyznaczony przez Unię
Europejską na dekarbonizację, czyli
całkowite przejście na gospodarkę w
100% niskowęglową.



WYCIECZKA Z PRZEWODNIKIEM „Hydrotour po Dolomitach”

Oprócz tego, że „czysta”,
energia wodna jest rów-
nież cicha i niewidoczna.
Widoczne (nawet jeśli
zwykle schowane) są
natomiast miejsca, w
których woda staje się
siłą napędową. „Hydro-
tour po Dolomitach”
organizuje wycieczki
z przewodnikiem do
wszystkich elektrowni
wodnych w Trentino.
Informacje i rezerwacje:
hydrotourdolomiti.it.



Podróż w przeszłość kontynuujemy,
wchodząc do maszynowni z lat 50., z któ-
rych część nadal działa, oraz do sterowni z
lat 20. Ówczesne rozmiary się pokrywają:
tam, gdzie był warsztat w Riva del Garda,
dziś jest Sala Energii – przestrzeń prze-
znaczona na zabawę, w której zabrania
się nie dotykać eksponatów. Ulubionym
miejscem Matteo Rapanà w elektrowni
w Santa Massenza jest brama: „Lubię pa-
trzeć na zdumienie w oczach zwiedza-
jących. Z zewnątrz nie sposób dostrzec
układu elektrowni. Zapomina się, że je-
steśmy wewnątrz góry. Po wejściu prze-
chodzimy zakręcającym korytarzem o
długości 400 metrów, który prowadzi do
ogromnej bramy. Wznosząca się tu goła
ściana skalna przypomina o tym, gdzie
jesteśmy. Wszystko tu jest zachwycająco
majestatyczne. Wszystko jest wielkie”.
Katia Bernardi, reżyser filmu dokumen-
talnego pt. „Ludzie światła” („Gli uomini

della luce”) przywiozła w to miejsce kilka
osób, które uczestniczyły w powstawa-
niu tego wielkiego przedsięwzięcia i które
były już bohaterami dokumentów nakrę-
conych niegdyś przez takich reżyserów
jak Ermanno Olmi, Dino Risi czy Angio
Zaine. „Turbiny są przepiękne. Wyglądają
jak przedmioty sztuki użytkowej”, opo-
wiada. „A elektrownie są niczym żywe
organizmy, zatopione w otaczającej je
przyrodzie. Znajdują się blisko miast –
centrala Riva wręcz w jego granicach –
ale w zawieszeniu. Woda jest gdzieś w
tle, słysząc ją, ale nie widać. Wygrywa
symfonię na maszynach. Przemierzając
pomieszczenia wyczuwa się energię ro-
botników i górników, prawie namacalnie
czując nadzieję i wspólny cel, który ich
połączył. Ciągłe ma się tutaj wrażenie, że
zaraz coś się wydarzy”. Cudowne góry, ka-
tedry, odkrywanie ludzkiej natury.

VALERIO MILLEFOGLIE

Pisarz, muzyk i komik estradowy,
korespondent dodatku „Venerdì” dziennika
„La Repubblica” i miesięcznika „Linus”
oraz autor książki „Mondo piccolo.
Spedizioni nei luoghi in cui appena
entri sei già fuori” (Laterza, 2014)



ARCHITEKTURA

Giganci z kamienia i betonu

Jeśli lubicie silnie oddziałujące
wizualnie dzieła architektury,
oto trzy miejsca do dołączenia
do wycieczki do elektrowni
wodnych. Zaczynając od fortu
Belvedere Gschent w Lavarone,
świetnego przykładu moder-
nistycznego racjonalizmu po-
chodzącego z czasów pierwszej
Wojny Światowej, gdzie beton
i żelazo tworzą jedną całość
ze skałą górską. Założenie
zamku Valer w Tassullo w Val
di Non datuje się na rok 1211.
Kompleks składa się z dwóch
średniowiecznych dworów w
stylu rzymskim, zbudowanych
wokół ośmiobocznej granitowej
wieży o wysokości 40 metrów
(najwyższej w Trentino). Na
koniec dzieło współczesne:
Wydział Inżynierii w Mesiano na
wzgórzu po wschodniej stronie
miasta, ukończony w 1984 przez
architekta Giovanniego Leo
Salvottę de Bindis, który prze-
budował dawne sanatorium z lat
trzydziestych.

- 03 Turbinownia w
Santa Massenza.
- 04 Jedna ze sterowni w
Santa Massenza.
- 05 Ośmiokątna wieża
Castel Valer.
- 06 Wydział inżynierii w
dzielnicy Mesiano,
w Trydencie.

JEZIORA TRENTINO

Gorskie wybrzeże

Plażowanie, sporty wodne, wędkarstwo, żeglarstwo, windsurfing, trekking, relaks, wyśmienita kuchnia, zabytki, zapierające dech w piersiach widoki... Wszystko w jednym miejscu. Czy to możliwe? Oczywiście: nad jeziorami Trentino, gdzie krystalicznie czysta woda zachęca do aktywności na świeżym powietrzu, a także do odpoczynku i kontemplacji. Oto urlop, który sprawi, że nigdy będziesz żałować wyboru gór zamiast morza

► MIEJSCA

01

Jezioro Molveno
wysokość:
823 m n.p.m.

02

Jezioro Levico
wysokość:
440 m n.p.m.

03

Jezioro Tenno
wysokość:
570 m n.p.m.

04

Jezioro Lavarone
wysokość:
1079 m n.p.m.

05

Jezioro Caldonazzo
wysokość:
449 m n.p.m.

06

Jezioro Ledro
wysokość:
655 m n.p.m.

07

Jezioro Garda
wysokość:
65 m n.p.m.





01

Jezioro Molveno

WYSOKOŚĆ: 823 M N.P.M.

Otoczone bajkowym pejzażem pasma Brenta (od zachodu) i masywem gór Gazza i Paganella (od południowego wschodu), nazywane jest również „lustrem Dolomitów”, a w 2018 roku piąty rok z rzędu zostało ogłoszone „najpiękniejszym jeziorem Włoch” przez Legambiente i Touring Club Italiano za czystość wody, 12 hektarów plaż i ofertę usług. Idealnym miejscem na wycieczkę jest oddalony o 20 minut jazdy samochodem rezerwat przyrody Spormaggiore.

02

Jezioro Levico

WYSOKOŚĆ: 440 M N.P.M.

Jezioro Levico, którego czystość wód co roku jest potwierdzana przyznaniem „błękitnej flagi”, to jedno z najcieplejszych jezior w Europie Południowej. Otaczają je małe plaże, zacienione łąki, miejsca do wędkowania i szwary. Leżąca nad jego brzegiem miejscowość Levico to jedno z najświeższych uzdrowisk we Włoszech, ze względu na wody arsenowo-żelaziste. Polecamy wizytę w Biotopo Canneto, chronionej zatoce bogatej w roślinność, znajdującej się wzdłuż południowego brzegu jeziora.



03

Jezioro Tenno

WYSOKOŚĆ: 570 M N.P.M.

Prawdziwa oaza, położona zaledwie 14 kilometrów od Riva del Garda, kryje dwie małe wyspy, z których jedna widoczna jest tylko wtedy, gdy poziom wody spada. Polecamy wizytę w pobliskiej średniowiecznej wiosce Canale di Tenno.



04

Jezioro Lavarone

WYSOKOŚĆ: 1079 M N.P.M.

Jedno z najstarszych jezior w Trentino. We wczesnych latach ubiegłego wieku było ulubionym miejscem podróży służbowych i wypoczynkowych ojca psychoanalizy, Zygmunta Freuda. Są tu dwie w pełni wyposażone plaże, skały do wspinaczki (wzdłuż szlaku Prombis). Zimą, gdy jezioro zamarza, staje się jednym z ulubionych miejsc łyżwiarzy.



06

Jezioro Caldonazzo

WYSOKOŚĆ: 449 M N.P.M.

Oddzielone od jeziora Levico jedynie przez wzgórzem Tenna, jest źródłem rzeki Brenta i ulubionym miejscem wszystkich miłośników sportów wodnych. Jest to jedyne jezioro w całym regionie, gdzie dozwolone jest uprawianie narciarstwa wodnego.



05

Jezioro Ledro

WYSOKOŚĆ: 655 M N.P.M.

Znane z odkrycia w 1929 roku obszernego zgrupowania domów na palach z epoki brązu – dziś na liście światowego dziedzictwa UNESCO (w miejscowości Molina można zwiedzić dokładną rekonstrukcję wioski na palach) – jezioro Ledro ma również cztery publiczne plaże, a jedna z nich – Pur, na południowym brzegu – jest przyjazna dla zwierząt.



07

Jezioro Garda

WYSOKOŚĆ: 65 M N.P.M.

Jest to największe włoskie jezioro: oblewa Lombardię, Wenecję Euganejską i Trentino, ale administracyjnie znajduje się na terenie gmin Nago, Torbole i Riva del Garda. Ten zbiornik z umiarkowanie ciepłą wodą, otoczony wysokimi g.rami, kt.re odbijają się w nim jak w lustrze, zapewnia spektakularne widoki. Jest ulubionym miejscem miłośników windsurfingu i żeglarstwa, m.in. dzięki Ora del Garda – wiatrowi, który wieje regularnie każdego dnia.





Na tych stronach możecie podziwiać wybrane rośliny typowe dla lasów trydenckich, od dębu szypułkowego (*Quercus robur*) poprzez buk pospolity (*Fagus sylvatica*) aż po topolę osikę (*Populus tremula*). Zdjęcia wykonano w lasach w okolicy brzegów jeziora Santa Maria i w Val Venegia.

Odcienie jesieni

ZDJĘCIA
Mattia Balsamini

Najlepszy urlop, jakim można pochwalić się na Instagramie? Jesień w Trentino, gdy przyroda się zmienia, a żywa zieleń ustępuje miejsca ciepłym odcieniom opadających z drzew liści: żółtemu, pomarańczowemu, czerwonemu, złotemu. Oto pięć tras idealnych, by podziwiać kolory jesieni. Nie zapomnij o butach trekkingowych i aparacie fotograficznym



Łatwy spacer wśród stuletnich kasztanowców Vallagarina – oto „ścieżka kasztanowców”, polecana zwłaszcza w październiku, gdy przypada „Święto Kasztana”. Spacer rozpoczyna się na boisku centrum sportu „Santa Caterina” w Brentonico, następnie prowadzi przez pola i stuletnie gaje kasztanowe w średniowiecznej wiosce Castione. Najmniej wymagająca (tylko 20 minut spokojnego marszu) jest natomiast wycieczka po lasach bukowych tuż za Fai della Paganella, z metą na tarasie Belvedere, z którego zgodnie z nazwą roztacza się piękny widok na dwie doliny i trzy pasma górskie: Valle dell’Adige, Val di Cembra, Latemar, Catinaccio oraz Sella. Chcąc zrobić zdjęcie, na punkcie którego osoby śledzące nas na Instagramie oszałeją, najlepiej wybrać się do Val Daone, uroczej doliny polodowcowej, otoczonej lasem i ścianami skalnymi.

Tutaj jesienią liście modrzewi przybie-

rają żółtą barwę, odcinając się na tle błękitnego nieba. Najlepiej podziwiać je późnym rankiem ze schroniska Val di Fumo, gdy słońce oświetla najwyższe szczyty. Miłośników legend zachwyci wyprawa do pustelni San Martino (przy wejściu do Val Genova, na południowym zboczu Monte Lancia), według ludowej tradycji zamieszkała niegdyś przez pustelnika, żywiącego się chlebem, który przynosił mu łagodny niedźwiedź... Ostatni etap to park narodowy Stelvio u źródła strumienia Rabbies, którego rwący nurt biegnie przez całą Valle di Rabbi, by wpaść do rzeki Noce, tworząc kaskady Saent: białe kaskady kontrastują z intensywną zielenią drzew iglastych i ciemnoczerwonymi skałami metamorficznymi. Jesienią liście modrzewi nabierają tak żywo pomarańczowej barwy, że wydają się nie z tego świata.



01



PRZYJACIELE LASY

Lasy w Trentino zajmują powierzchnię około 400 000 hektarów, czyli 63% całego terytorium prowincji. Dzięki ich biomase, obliczonej przez Narodowy Rejestr Leśny na ponad 63 miliony metrów sześciennych, w tkankach roślin zatrzymuje się spory procent dwutlenku węgla, który w przeciwnym razie dostałby się do atmosfery. W ten sposób spowalniany jest efekt cieplarniany.

photo Archivio Trentino Marketing

02



01



Czy da się nauczyć swoje dzieci miłości do gór? Zdaniem pewnej pisarki i ekspertki zarówno od dzieci, jak i spacerów na dużych wysokościach, wszystko jest znacznie prostsze, niż się wydaje. Właściwie to zasada jest tylko jedna: „Kiedy dzieci zatrzymują się, muszą być wysłuchane, gdyż oznacza to, że góry coś do nich mówią”

Na szczycie z mamą

TEKST Francesca Rimondi
ILUSTRACJE Philip Giordano

Gdy po raz pierwszy poszłam w góry, od razu się w nich zakochałam. Choć nie, właściwie na początku trochę się lękałam. Miałam pięć lat i wszyscy opowiadali mi o drzewach, jeziorach, czystym powietrzu, kwiatach, grzybach, schroniskach, krowach. Jednak przede wszystkim mówili mi o tym, jak duże są góry. A ja byłam mała i trochę się bałam. Potem, podczas pewnego spaceru, zrodziła się miłość. Nie pierwszego, nie drugiego. Może za piątym lub szóstym razem. Moi rodzice, wielcy piechurzy, postanowili spędzić wakacje w okolicach Moeny w Val di Fassa. Ponieważ

miałam zaledwie pięć lat, zaczęli delikatnie: najpierw kilka spacerów przez dolinę, potem pierwsze wspinaczki.

Pewnego ranka znaleźliśmy się na niekończącej się drodze pokrytej żwirami. Próbowałam przywołać tamte wspomnienia i odnaleźć to miejsce, ten żwirowy odcinek: najprawdopodobniej tamtego ranka jechaliśmy samochodem na zachód i zatrzymaliśmy się w Civezzano, gdzie znajduje się „rezerwat o dużym znaczeniu geologicznym”. Już wcześniej znałam lasy, drzewa, jeziora i wody strumieni, w których napełnialiśmy nasze manierki

ale gdy dotarłam do tego rozległego białego zwirowiska, zatrzymałam się. Moja mama uznała to za oznakę zmęczenia, ale ja się wtedy zakochałam. Usiadłam i powiedziałam, że chcę tylko sobie popatrzeć. Wokół nas, w powietrzu wyczuwało się jakby oddech słońca, odległych gór oraz drzew. Zielony, żółty i biały: wszędzie mieszały się kolory. I tak zakochałam się w górach. Mój tata wyjaśnił mi, że to, na co patrzę, to „panorama”. Od tego czasu w naszym rodzinnym kodzie „panorama” stała się magicznym słowem, którego używaliśmy, kiedy trzeba było się zatrzymać i popatrzeć.

„Panorama!”, krzyczy dziś mój mały syn. Potem siada na drewnianej ławie stojącej przy szlaku w lesie. Mój młodszy syn specjalizuje się w wynajdywaniu drewnianych ław tu i tam – miejsc odpoczynku, których nikt by się nie spodziewał. Od czasu, gdy zakochałam się w górach, dwukrotnie zostałam matką, a moje dzieci rodziły się w szarych i zatłoczonych szpitalach miejskich. Jednak jakby przekazując im to naturalne dziedzictwo, natychmiast zdecydowałam się zabrać dzieci w góry. Kiedy powiedziałam im jeszcze przed pierwszą wędrowką, jak wielkie i majestatyczne są góry, myślałam, że będą tak samo przerażone jak ja, gdy byłam w ich wieku. Myliłam się. Moje dzieci nigdy tego lęku nie czuły. Dla nich naturalne było – najpierw dla pierwszego, potem dla drugiego syna – przyzwyczajenie od najmłodszych lat do tych wido-ków i spacerów. Moja mama mawiała, że „gdy odkryjesz przełęcz, na nic innego nie znajdziesz już miejsca w sercu”.

Moje dzieci i ja kochamy góry po swojemu – każde z nas ma swoje ulubione miejsca. Ja na przykład uwielbiam las. Las niczego przed tobą nie ukrywa, ale otwiera się pod twoimi stopami. Pod drzewami, pod liśćmi lub powaloną gałęzią odnajdujesz jego tajemnice. Zawsze tam były i wydaje ci się, że mówią do ciebie, gdy koło nich przechodzisz. Mój młodszy syn wybrał polanę, bo twierdzi, że na polanie jest wszystko. Poza tym odkąd wturłał się na nią z uśmiechem od ucha do ucha, polana stała się jego definicją szczęścia. Zawsze chce się po niej turlać. Natomiast mój starszy syn, zodiakalny koziorożec, kocha tę część gór, gdzie roślinność staje się coraz rzadsza, a las ustępuje miejsca



„Jak tylko mogłam, zabrałam moich synów w góry. Wyjęłam ich z wózków, nosidełek i kazałam chodzić”

FRANCESCA RIMONDI

Pisarka, redaktorka i eseistka z Bolonii, jej debiutancki pamiętnik („Non dire ca ** o”, wyd. Frassinelli) stał się bestsellerem wśród mam w 2018 roku.

niebu i chmurom. Właśnie tam czuje się mile widziany, czuje się wspaniale, czuje góry w swoim sercu. A góra nie zawodzi i daje mu poczuć bicie swojego serca. On zawsze chce wspiąć się jeszcze wyżej.

„Panorama!”, krzyczy mój młodszy syn. Dzisiaj jest mój dzień, to znaczy, że jesteśmy w lesie: w majestatycznym lesie poniżej Sass Pordoi. Moje dzieci wiedzą, że „panorama!” idzie w parze z kawałkiem czekolady i łykiem wody. Po wzmocnieniu

się (każdy czym innym: kolorami, ciszą, czekoladą) wstajemy i wracamy na szlak. „Jeśli będziesz wędrował, zawsze możesz poprosić o przystanek”, powiedziałam kiedyś do jednego, a potem do drugiego z moich synów. Dzieci zatrzymują się w górach. A kiedy tego pragną, trzeba ich wysłuchać, ponieważ oznacza to, że góry mówią coś do nich i one tego słuchają. Dlatego także i my, dorośli, powinniśmy zatrzymać się i słuchać, w naszej nie-

skończonej, niewzruszonej gotowości do przyswojenia wszystkiego, czego cennego te góry nieustannie nas uczą. Świadomi tego, że po „panoramie” jakby pod wpływem magicznego zaklęcia, dzieci wracają na szlak. Zawsze wracają.

TRENTINO DLA DZIECI

Pośród smoków i dinozaurów

Dzięki „ułatwionym” trasom do trekkingu i czarującym miejscom na pikniki Trentino jest regionem zdecydowanie przyjaznym dzieciom. Wybraliśmy dla Was pięć naprawdę wyjątkowych tras

1

Szlak Busatte-Tempesta

Trasa licząca około 5 km i rozpoczynająca się w parku rozrywki Busatte w Torbole, prowadzi przez porośnięte gęstą, typowo śródziemnomorską roślinnością strome zbocze z widokiem na jezioro Garda. Aby ułatwić pokonanie najbardziej stromych odcinków, w 2005 r. zbudowano trzy pochylnie z żelaznymi schodami, liczącymi w sumie około 400 stopni, które umożliwiają przejście tej trasy bez trudu nawet dzieciom.

2

Dinozaury w Rovereto

Dwieście milionów lat temu Dwieście milionów lat temu, w spopularyzowanym przez film Spielberga okresie jurajskim, dolina Adygi była piaszczystą równiną z widokiem na morze. Ślady dinozaurów z tamtego okresu (zarówno mięsożernych, jak i roślinożernych) w 1990 roku odkryto niedaleko Rovereto, a dziś można je zobaczyć w lokalnym muzeum miejskim w drugą sobotę każdego miesiąca, od kwietnia do października. Dodatek specjalny: reprodukcje dinozaurów o (prawie) naturalnych rozmiarach...

3

„MUSE” W Trydencie

Zaprojektowane przez architekta Renza Piana i zainaugurowane latem 2013 roku „MUSE” jest interaktywnym muzeum popularyzującym naukę, zaprojektowanym specjalnie dla dzieci i młodzieży. Cztery piętra, na których znajduje się galeria wielkich skamielin, tropikalna szklarnia, „maszyna czasu” i wiele, wiele więcej.

4

Las smoków w Val di Fiemme

Krótką podróż kolejką linową z Predazzo (około godziny drogi od Trydentu) zabierze Was do „MontagnAnimata”, magicznego miejsca, z którego rozpoczyna się około półtorakilometrowy spacer, podczas którego dzieci zapraszane są do szukania śladów obecności smoków (odcisków łap, gniazd, jaj itp.). Po tej wycieczce otrzymują oficjalny dyplom ukończenia „smokologii”!



5

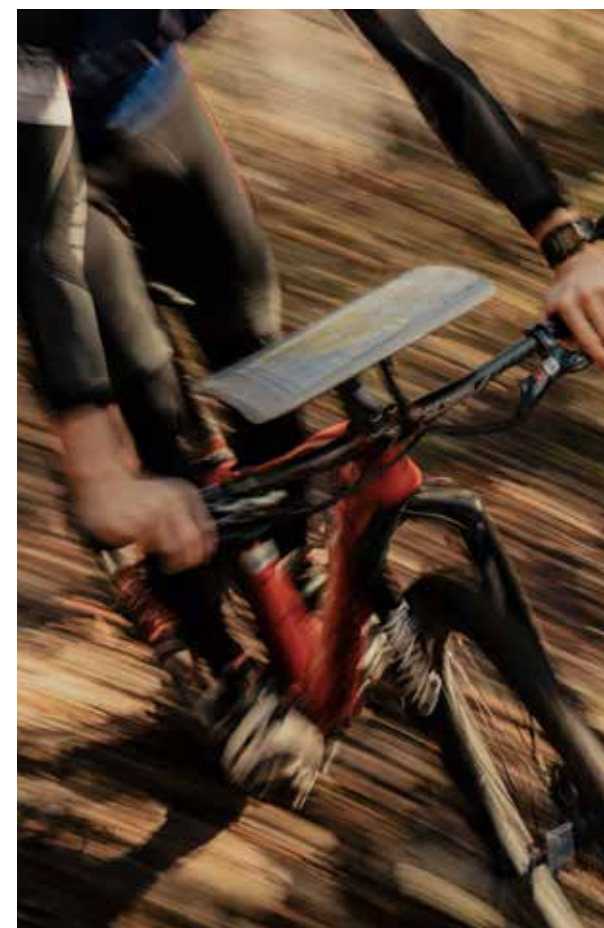
Ścieżki małych wędrowników

Sześć różnych tras w Ekomuzeum w Judicarii, między jeziorem Garda a Dolomitami Brenty. Do każdej z nich przygotowano audiobaśń, którą można pobrać w formacie mp3 (ze strony visitacomano.it), by wybrać się na wędrowkę między rzeczywistością a fantazją...

6

Zwierzęta w Juribello

W gminie Tonadico (niedaleko San Martino di Castrozza, przy drodze ss50 Passo Rolle), w samym środku Parku Przyrodniczego Paneveggio, znajduje się typowa chata alpejska, w której dzieci mogą zobaczyć, może po raz pierwszy w życiu, konie, krowy, osły i świnię



W jeździe na MTB-Orientację celem jest odnaleźć drogę w lesie lub w górach, poruszając się na rowerze górskim, w możliwie jak najkrótszym czasie i mając do dyspozycji tylko mapę. Według Luki Dallavallego, pochodzącego z Val di Sole mistrza i eksperta, ten rodzaj sportu może sprawdzić się też w mieście

Liczy się każda sekunda

TEKST Pietro Madregali
ZDJĘCIA Mattia Balsamini



Skąd pochodzimy? Dokąd zmierzamy? Ludzkość od wieków zadawała sobie te pytania. A potem pojawiły się mapy Google. Może to przypadek, ale ludzie przestali się nad tym zastanawiać i zdali się na technologię. Luca Dallavalle jest jedną z tych osób, które odpowiedź znajdują w swoim wnętrzu.

Już jego nazwisko jest odpowiedzią. Dallavalle [wł. z doliny] pochodzi z Val di Sole, a dokładnie z liczącej 700 mieszkańców miejscowości Croviana, która już od XVI wieku jest kurortem cenionym przez zamożne rodziny. Jeśli chodzi o znajdowanie drogi, Luca jest jednym z najlepszych na świecie: uprawia jazdę na orientację. Jest to dyscyplina sportowa polegająca na tym, że dostaje się mapę, której nigdy wcześniej się nie widziało, kilka chwil na jej przejrzenie i wybranie trasy, po czym słysząc sygnał do startu, a zadaniem jest dotarcie do celu przed innymi. A wszystko to na rowerze górskim.

Kolekcja medali Dallavallego jest już spora: złoto w sprincie w 2015 roku na Mistrzostwach Świata w Libercu (Czechy), srebro na średnim i brąz na długim dystansie, na tych samych zawodach. W 2017 roku, w Wilnie został mistrzem świata w nowym wariantcie zawodów na orientację, nazywanym „mass start”, w którym sportowcy zamiast bieć indywidualnie, ruszają wszyscy razem.

Związana z walką z czasem adrenaliną w połączeniu z otaczającą przyrodą wydaje się bardzo silnym bodźcem dla



Luca Dallavalle na rowerze górskim w Ontaneta di Croviana, Val di Sole: 28 hektarów lasu wzdłuż strumienia Noce, naturalnej oazy wielu gatunków zwierząt i roślin

osób uprawiających biegi na orientację. „Zacząłem w wieku 13 lat”, opowiada. „Żeby dołączyć do grupy moich przyjaciół, którzy trenowali od kilku miesięcy. Czytanie mapy i poruszanie się po lesie od razu mnie wciągnęło: to jest sport, który sprawia, że ty i otoczenie, w którym się poruszasz, stajecie się jednością”.

Stopniowo, zaczynając od gór Val di Sole, Dallavalle rozszerzał swoje treningi na okolice, od Piana Rotaliana po płaskowyż Folgaria, a potem na cały region. „Różnorodność krajobrazów i nachylenia terenu Trydentu sprawia, że region ten wydaje się wprost stworzony do jazdy na rowerze, zarówno dla tych, którzy tak jak ja się ścigają, jak i turystów jeżdżących na

rowerze i szukających przede wszystkim świeżego powietrza i pięknych widoków. Są miejsca, w które ja sam wracam podczas rozgrzewki tylko po to, by po raz kolejny podziwiać krajobrazy.

Do moich ulubionych należą ścieżki wzdłuż jezior, zwłaszcza Lago di Tovel. Wyżej, bez wątplenia wskazałbym ścieżki wokół Madonna di Campiglio, z których roztacza się niesamowity widok na Dolomity Brenty i Gruppo della Presanella”.

To dla osób już wprawionych w jeździe na rowerze po górach, a co z początkującymi? „Ci, którzy zaczynają teraz”, mówi Dallavalle, „są w dużo lepszej sytuacji niż ja byłem. Całe terytorium Trydentu pokrywa gęsta sieć ścieżek. Podam jeden doskonale

znany mi przykład: w mojej Val di Sole jest słynna ścieżka rowerowa biegnąca wzdłuż strumienia Noce, od mostu Mostizzolo do Cogolo di Peio, łącznie licząca 34 kilometry, odpowiednia naprawdę dla każdego. Wyżej natomiast powstała sieć ścieżek, które biegnąc po wzniesieniach, płaskowyżach i przez winnice, tworzą trasę po nierównościach, bardzo interesującą dla bardziej doświadczonych użytkowników dwóch kółek”.

Gawędząc z Dallavalle, dowiadujemy się, że jazda na orientację, pierwotnie będąca dyscypliną wojskową, jako sport narodziła się w Skandynawii, a z północy Europy jej popularność rozszerza się na Amerykę i Australię. We Włoszech dyscyplinę tę uprawia około 10 tysięcy osób, a Trydent jest regionem, gdzie jest ona najpopularniejsza. Bez względu na to, czy są to biegi, czy jazda na rowerze górskim, czy też – w wersji zimowej – bieg na nartach, zawody na orientację odbywają się zawsze na tej samej zasadzie: na minutę przed startem uczestnicy otrzymują szczegółową mapę, a następnie każdy rusza sam. Na stronie FISO, włoskiej federacji sportów związanych z orientacją, można znaleźć daty i miejsca zawodów dla każdego wariantu: biegów, jazdy na rowerze, biegów na nartach. Poza tym, że stanowi ona przydatne wsparcie dla każdego, kto chciałby spróbować tej dyscypliny (wystarczy się przedstawić, by od razu trafić na próbna trasę), można tam znaleźć użyteczne wskazówki dotyczące miejsc, w których odbywają się próby – a zawsze są to bardzo urokliwe miejsca. Na przykład główną imprezą sezonową, jeśli chodzi o zawody na orientację, jest „Dolomites 3 Days”, która w lipcu 2019 roku zabierze sportowców i pasjonatów dwóch kółek na trzy trasy o zupełnie różnych cechach: Passo Valles, Passo Rolle i Val Canali.

Zanim się pożegnamy, pytamy Lukę, czy jazda na orientację, oprócz formy fizycznej, rozwija jakieś szczególne umiejętności. „Gdy jadę w nieznane miejsce”, mówi, „łatwiej niż innym jest mi zapamiętać układ ulic na mapie. Nawet w mieście, takim jak Mediolan. A tam uliczek jest cała masa”.

PIETRO MADREGALI

Były, obiecujący zawodnik AC Milan, pisze o sporcie i jedzeniu, głównie w Internecie.

WSKAZÓWKI

Rower górski: Cztery trasy na początek

Jeśli nie jesteście wyjątkowo wytrenowani, lepiej dawkować wysiłek stopniowo, zaczynając od mniej wymagających tras. Co jednak nie oznacza konieczności rezygnowania z pięknych widoków

1

Canazei - Penia - Pian Trevisan

Trasa o średniej trudności, biegnąca górą Val di Fassa, przez partie gór Alba i Penia, aż po hotel i restaurację Villetta Maria, tradycyjny punkt, z którego ruszają wyprawy w kierunku jeziora Fedaia i Marmolady.

Długość > 14,8 km

Czas > 1:50 h

Poziom trudności > średnia

2

Schronisko Caltena (Transacqua)

Trasa na wysokości, ze startem i metą w schronisku Caltena (1260 m). Rozpoczyna się ścieżką „Cordognè-San Giovanni”, na której trzeba pedałowac pod górę aż na grzbiet góry, za to widok na szczyty Feltrine i na Pale di San Martino w pełni rekompensuje wysiłek.

Długość > 9,7 km

Czas > 2:00 h

Poziom trudności > średnio-łatwa

3

Malga Fratte

Wycieczka idealna dla początkujących. Najpierw zjazd drogą gruntową od Madonna di Campiglio w kierunku Val Brenta, przez pastwisko Malga Fratte, a potem relaksujący wjazd wyciągiem gondolowym...

Długość > 5,7 km

Czas > 1:00 h

Poziom trudności > łatwa

4

Płaskowyż Paganella

Niewymagająca wysiłku, ale niezwykle urocza trasa po drogach gruntowych na różnych poziomach, z której roztacza się zachwycający widok na dolinę Adygi.

Długość > 1,3 km

Czas: > 45 minut

Poziom trudności > łatwa



TECHNOLOGIA

E-bike: Piękno dwóch kółek, bez wysiłku

E-bike, czyli elektryczny rower napędzany silnikiem, to najlepszy sposób na rozpoczęcie przygody z jazdą po górach na dwóch kółkach. Oczywiście to nadal rower, silnik elektryczny ułatwia pedałowanie, ale go nie zastępuje. Jednak takie wsparcie, zwłaszcza na podjazdach, jest wystarczające nawet dla niewprawionego rowerzysty, a wszystkim pozwala zachować stałe tempo. Ważne, aby zawsze sprawdzać poziom naładowania akumulatora, pamiętać o założeniu (i zapięciu!) kasku ochronnego, a przede wszystkim mieć na uwadze, że silnik elektryczny pomaga na podjazdach, ale na zjazdach (zwłaszcza po drogach gruntowych) wszystko zależy od techniki, ostrożności i dobrych hamulców. Wypożyczalnie e-bike są rozlokowane w całym Trydencie: polecane trasy w okolicy pobytu oraz punkty odbioru rowerów można znaleźć na stronie visittrentino.info.

Był rok 1902, kiedy Giulio Ferrari położył podwaliny pod trydenckie wino musujące „Ferrari Trentodoc”. Dziś lokalną tradycję bąbelków pielęgnują liczne winiarnie, zarówno zrzeszające kilku producentów, jak i prywatne. Jedną z nich prowadzi mistrz kolarstwa, Francesco Moser



01

Górskie bąbelki

TEKST Valentina Vercelli
ZDJĘCIA Lorenzo Pesce



02



03



04

- 01 Pettiroso w Rovereto.
- 02 Piazza del Duomo (Trydent).
- 03 Winnice Cantina Endrizzi.
- 04 Restauracja i hotel La Casa del Vino della Vallagarina.

Na północy charakterystyczny profil Dolomitów w 2009 roku włączonych na listę dziedzictwa UNESCO, na południu śródziemnomorski klimat jeziora Garda, a pośrodku setki hektarów winnic, pnących się na wysokość 800 metrów i korzystających z wyjątkowego klimatu i warunków geologicznych. Tutaj, z winorośli chardonnay i pinot nero, metodą klasyczną powstają najbardziej znane wina musujące we Włoszech.

Historia bąbelków z Trentino sięga roku 1902, kiedy to Giulio Ferrari, po studiach w Imperial Regia Agricultural School w San Michele all'Adige i w instytucie winiarstwa w Montpellier, a także po kilku latach pracy w Szampanii, powrócił do Trydentu. W małej winiarni obok katedry rozpoczął produkcję wina metodą klasyczną, którą odkrył i zafascynował się we Francji. Pracował przez pół wieku, by w 1952 roku z powodu braku spadkobierców sprzedać firmę Bruno Lunelliemu, winiarzowi z Trydentu, który zwiększył produkcję, nie wpływając na jej jakość. Gdy odniósł sukces, przykład z niego wzięło wielu producentów wina musującego, a w 1984 r. utworzono instytut Trento Doc Metodo Classico, którego celem było promowanie i ochrona produkcji bąbelków z Trentino. Obecnie

- 05 Rzut oka na winnice Cantina Moser w Trydencie.
- 06 Kącik degustacji wina Cantina Mori Colli Zugna w Mori (TN).
- 07 Produkcja wina musującego w Fondazione Edmund Mach.

instytut opiekuje się około pięćdziesięcioma piwnicami.

Dzisiaj firma Ferrari jest prowadzona przez trzecie pokolenie rodziny Lunelli, grupę młodych i zdeterminowanych kuzynów, którzy produkują cztery miliony butelek na 120 hektarach ziemi. Współpracują z nimi setki zaufanych producentów, wszyscy posiadający certyfikaty produkcji ekologicznej lub przekształcający swoją produkcję w ekologiczną. Symbolem firmy jest Trentodoc Extra Brut Giulio Ferrari Riserva del Fondatore, które co roku zbiera nagrody specjalistycznych przewodników i potwierdza swój status jednego z najlepszych włoskich win produkowanych metodą klasyczną. Niedawno dołączyło do niego nowe wino: Trentodoc Dosaggio Zero Giulio Ferrari Riserva del Fondatore Rosè, wyprodukowane w kilku tysiącach egzemplarzy i przeznaczone do wejścia w poczet wybitnych. Wizyty w winiarni nie można pominąć, będąc również w znakomitej Locanda Margon, restauracji mającej dwie gwiazdki Michelin, której szef kuchni, pochodzący z Trentino Alfio Ghezzi, używa regionalnych składników, doskonale interpretując tradycję.

Ważną rolę w lokalnej produkcji wina zawsze odgrywały spółdzielnie. Wśród tych, które korzystają z metody klasycznej, jest winiarnia Cesarini Sforza należąca do grupy La-Vis. Winnice są podzielone między wzgórze Trydentu i Lavis a pierwsze wzniesienia doliny Cembra. Chociaż wizytówką firmy jest Trentodoc Brut, polecamy zainwestować kilka euro więcej, by spróbować wina Trentodoc Extra Brut 1673, produkowanego z winogron chardonnay uprawianych powyżej 500 metrów nad poziomem morza, które pozwala zrozumieć wyższość górskich bąbelków pod względem świeżości, smaku i uroku. Polecamy również linię Altemasi z winiarni Cavit: tamtejsze cuvée, którego nie można przegapić ze względu na wysoką jakość w atrakcyjnej cenie, to Millesimato



05



07

Brut. W tyle wcale nie zostają prywatne winnice, gdzie turyści czują się jak wśród starych przyjaciół. Warto odwiedzić Letrari, historyczne miejsce o ugruntowanej w Trentino marce. Winiarnia z siedzibą w Rovereto została założona przez Lionella Letrarięgo w 1976 roku i jest obecnie prowadzona przez jego dzieci, Lucię i Paola.

Inną znaną marką jest Maso Martis. Prowadzona przez Antonio Stelzera i jego żonę Robertę Giurali, została założona dopiero na początku lat 90., jednak szybko zyskała popularność. Winnice, w których uprawia się chardonnay i pinot noir oraz niewielki procent pinot meunier (jeden ze szczepów z Szampanii), są ekologiczne i rosną na terenach wapiennych o czerwonej skale, które nadają im świeżość i kształt. Kilka kilometrów dalej znajduje się winiarnia mistrza kolarstwa Francesco Mosera, położona na terenie XVIII-wiecznej willi Warth. Warto nie tylko spróbować Trentodoc Brut 51.151, które



06

bierze swoją nazwę od rekordu mistrza, ale także odwiedzić małe muzeum, w którym zgromadzono pamiątki związane z sukcesami kolarza.

Ciekawe są również wina musujące z winiarni Endrizzi, której historia produkcji sięga ponad 130 lat, kiedy to Trentino znajdowało się jeszcze w rękach Habsburgów, oraz wina Roberto Zeni z winiarni Schwarzhof w San Michele all'Adige, produkującej Trentodoc Maso Nero Dosaggio Zero, unikat ze względu na użycie wyłącznie winogron pinot bianco. Gdziekolwiek pójdziecie, jakość produkcji jest naprawdę bardzo wysoka, m.in. dzięki Instytutowi Rolnictwa San Michele all'Adige, wyższej szkole założonej w 1874 roku, którą co roku kończą dziesiątki kompetentnych techników. Szkoła posiada winiarnię, mieszczącą się w XII-wiecznym klasztorze augustianów, w której produkowane są wina i wina musujące.

VALENTINA VERCELLI

Ekspertka i pasjonatka wina (a także podróży i ogólnie jedzenia), pracuje w redakcji magazynu „La Cucina Italiana” i przewodnika „Slowine”

WSKAZÓWKI

Trydent: pięć miejsc do odkrycia

Nie tylko bary turystyczne, które znaleźć można w każdym przewodniku – tych pięć perełek znają tylko „tubylcy”



1

Casa del caffè
Via S. Pietro, 38

casadelcaffetrn.it

W przeciwieństwie do modnych w dzisiejszych czasach zagranicznych sieci, w tej wspaniałej palarni kawy (a także sklepie) kawę pije się na stojąco, przy barze, ale różnorodność mieszanek i kompetencje właściciela warto są tej niewygody.

2

Osteria della Mal'Ombra
Corso III Novembre, 43

facebook.com/andrea.massarelli.56

Położona na południu miasta tawerna, w której panuje ciepła i przyjazna atmosfera, z okazjonalnym akompaniamentem muzycznym na żywo. W ofercie szeroka gama piw rzemieślniczych (również kasztanowych).



3

La Vie en Rose
Via San Marco 8

barlavieenrose.eatbu.com

Od śniadania do obiadu, od *aperitifu* do kolacji, w małym i przytulnym bistro utrzymanym w klasycznej atmosferze vintage, pięć minut od Castello del Buonconsiglio. Nowoczesna lista drinków oraz szeroki wybór dań wegetariańskich i wegańskich

4

Café de la Paix
Passaggio Teatro Osele, 6

facebook.com/CafedelaPaixTN

Miejsce o bardzo swobodnej atmosferze, również dzięki godnej pozadroszczenia lokalizacji (po-dwórko odizolowane od ruchu ulicznego, ale w centrum) i z ciekawymi meblami w stylu vintage. Pomysłowa kuchnia, która obejmuje dania z różnych kontynentów w bardzo przystępnych cenach.

5

Locanda del Gatto Gordo
Via Camillo Benso Cavour, 40

facebook.com/locandadelgattogordo

Lokal narodzony z popiołów historycznego Bar Nettuno, dwa kroki od katedry i dworca kolejowego. Atmosfera jest iście artystyczna, a kuchnia to ciekawa hybryda trydencko-meksykańska w stylu „street food”. Miejsce koncertów bluegrassowych i zawodów „slam poetry”.

NATURA

Górskie wybrzeże

Ponad 2500 godzin słonecznych w roku pozwala Val di Non na produkcję jabłek, których aromat i bogactwo smaku znane są na całym świecie. I już od tej wiosny możliwe będzie również zwiedzanie podziemnych komór chłodniczych Melindy, w których to się „wylegują”

ZDJĘCIA Fabrizio Gilardi

Każda pora jesieni ma swoje jabłko: tygodnie tuż po zakończeniu lata to te, w których w Val di Non zbiera się jabłka odmiany „Gala” o charakterystycznej intensywnie czerwonej skórcie. Wrzesień i październik to czas trzech odmian lokalnych D.O.P.: Renetty Canada (najlepszej z Trentino), Red Delicious (zwanej także „jabłkiem Królowny Śnieżki”) i Golden Delicious, najpopularniejszej na włoskim rynku, również ze względu na łatwość przechowywania. Schyłek jesieni to wreszcie czas dla odmiany Fuji, okrągłych i jędrnych jabłek z czerwoną skórką. Położenie geograficzne (klimat, ekspozycja na słońce, jakość gleby) pozostaje głównym aspektem przy określaniu, jakie będzie jabłko: i tu należy wspomnieć, że Val di Non stworzyła „interaktywny spacer” o długości około pięciu kilometrów, zwany „Sentiero Al Meleto” (www.almeleto.it). Podczas spaceru i dzieci i dorośli poznać mogą cały cykl życia jabłka. A wiosną 2019 Melinda, leader w uprawie i sprzedaży jabłek w Trentino, otworzy dla turystów swoje podziemne komory chłodnicze (na głębokości 575 metrów), w których to owoce „wylegują się” w oczekiwaniu na dostarczenie do sklepów.



Val di Non photo Archivio Trentino Marketing



POD POWIERZCHNIĄ ZIEMI

Cztery momenty magazynowania jabłek w komorach chłodniczych Melindy w kopalni Rio Maggiore (Val di Non). Rezerwacja wycieczki z przewodnikiem: mondodelinda@melinda.it.



Zaadoptuj jabłoń

To projekt, w którym każdy może zostać „rolnikiem na weekend”. I jesienią zabrać ze sobą do domu skrzynkę jabłek.

Rezerwując wiosną pobyt w jednym z gospodarstw agroturystycznych biorących udział w projekcie (pełna lista na stronie: adottaunmelo.com), możecie wybrać „swoją” jabłoń i obserwować ją, jak kwitnie. Latem, kiedy kwiaty zmieniają się w owoce, grupa rolników zaopiekuje się nią, wysyłając wam na bieżąco zdjęcia, wiadomości i e-maile. Wreszcie jesienią będziecie mogli wrócić do sadu i zebrać jabłka z waszej jabłoni, a potem pojechać do domu ze skrzynką pełną smakowitych owoców! A jeśli nie możecie przyjechać do Trentino wiosną? Spokojnie, jabłoni można „zaadoptować” na odległość poprzez stronę internetową adottaunmelo.com...

A woman with curly hair, wearing a dark long-sleeved shirt and dark pants, is walking through a field of tall, golden grass. She is carrying a large, woven wicker basket filled with green plants. In the background, there are dark, forested mountains and a small wooden house. The sun is low in the sky, creating a warm, golden glow and long shadows.

NORIS CUNACCIA

Zielarka

TEKST Raffaele Panizza

ZDJĘCIA Sirio Magnabosco

W szalasie pośród lasów porastających podnóża masywu Adamello Noris Cunaccia wybiera i przetwarza liście, korzenie i porosty. Dziś nazywamy to „foragingiem”, umiejętnością bardzo cenioną przez uznanych szefów kuchni, nawiązującą jednak do prastarej wiedzy ludowej

To, o co inni się potykają, ona zrywa. Na wydeptanych przez grzybiarzy ścieżkach potrafi znaleźć jadalną roślinę o delikatnym posmaku ananasa

To, o co inni się potykają, ona zrywa. Na wydeptanych przez grzybiarzy ścieżkach potrafi znaleźć jadalną roślinę o delikatnym posmaku ananasa. Dzika łąka jest dla niej naturalnym ogrodem warzywnym, o który każdego dnia dba i który delikatnie przeszukuje, pozostawiając w ziemi najpiękniejsze rośliny, aż smakołyki z tego jadalnego lasu odżywią je i będzie można je zerwać. „Natura naprawdę jest matką, która daje nam wszystko w obfitości”, mówi w charakterystycznym dla siebie transie, „ale także żywym organizmem, który nieustannie się zmienia i którego nigdy nie wolno traktować jak mebel”.

Oczy Noris Cunacci, pionierki „foragingu” (rozpoznawania i zbierania dzikiego pożywienia), powszechnie zwanej „zielarką”, to tak naprawdę dłonie, którymi jest w stanie wypełnić ogromny jutowy worek wszystkim, co daje zbocze góry. „Tutaj mam swój najnowszy eksperyment – koncentrat z owoców derenia jadalnego o kwasowości 2,7%. Nazwałam go „alpejskim pomidorem”, opowiada, pokazując na setki czerwonych słoiczków ustawionych w laboratorium „Primitivizia”, sklepu w Spiazzo (prowincja Trydent), gdzie przechowuje i sprzedaje 25 owoców, ziół i jagód własnego zbioru: owoce pigwy, keczup z owoców dzikiej róży, młode pędy mniszka lekarskiego, łopian dodawany do wędlin, rzeżuchę do zupy...

Są to podstawy tak zwanej „diety alpejskiej”, którą UNESCO, również dzięki jej wkładowi, powinno niedługo wpisać na

listę niematerialnego dziedzictwa kulturowego ludzkości. „Pomidorów na razie nie sprzedaję”, wyjaśnia. „Wyśle je tylko kilku szefom kuchni, którzy rozumieją sens tego, co robię”. To autorytety, których nazwisk nie chce zdradzać, chociaż przynajmniej część z nich jest znana. Wśród nich jest Peruwiańczyk Virgilio Martinez, w klasyfikacji San Pellegrino 50 Best uznany za jednego z pięciu najlepszych kucharzy świata, a także Norbert Niederkofler, mający trzy gwiazdki Michelin szef kuchni St. Hubertus w San Cassiano, w Val Badia. Nie licząc słynącego z wiedzy gastronomicznej brata Noris, Giovanniego, którego restauracja Locanda Mezzosoldo w 1997 roku otrzymała gwiazdkę Michelin, a który teraz jest całkowicie pochłonięty zbieraniem „łupów” z Noris.

Przyjęta przez nią filozofia zbierania i wykorzystywania, kiedyś wymuszona na mieszkańcach Val Borzago koniecznością przeżycia, dziś awansowała do rangi eleganckiej sztuki. „Owoce derenia leżą na oknie i fermentują”, wyjaśnia, wskazując na okno. „Na Boże Narodzenie, gdy usunie się cały miąższ, dam je mojej matce, która wypełnia nimi poduszki. W górach nic się nie marnuje”. Tę zasadę Noris stosuje także wobec bardziej pospolitych, „lekceważonych” roślin. „Weźmy na przykład mniszek lekarski: z kwiatów można zrobić sztuczne kapary, z korzeni sztuczną kawę, z wnętrza sztuczny karczoch, z liści sałatkę, a nawet krem”, wyjaśnia, opowiadając, jak w dzieciństwie po raz pierwszy zbierała

małą maliny i jagody, a jej babcia, po kilku godzinach spędzonych na stoku, w pozycji zgiętej w pół, wieczorami stawiała na stole „pełną zupę”.

Prowadzeni szamańskim duchem zielarki, wędrujemy przez lasy u podnóża masywu Adamello, prosto do szałasów nad jeziorem Nambino, gdzie mieści się jej małe niebo: „Centrum badań nad dzikimi roślinami”. To niewielki domek, do którego przybywają uznani szefowie kuchni, naukowcy oraz muzycy i który regularnie gości studentów z uniwersytetu w Pollenzo, przysyłanych tu, by nauczyli się, co znaczy prawdziwa ekologia w świecie, w którym nawet najszlachetniejsze hasła sprowadzono do sloganów i kodów kreskowych. Noris tłumaczy, że przyroda jest inteligenta. Góry nie trzymają się planu i rośliny nam „uciekają”, w ciągu kilku dni zmieniając się z pędów w zdrewniałe resztki. Jest moment wzrastania, kiedy należy je zostawić, oraz moment rozkwitu, kiedy trzeba je zebrać i przetworzyć. Potem nadchodzi starość, gdy większość włókna nie ma już zapachu ani smaku: „Kiedy nadchodzi pora zbiorów, czuję to w kościach”. Na przykład wiosną na brzegach lodowców Lobbia i Carè Alto pojawia się modrzyk górski, który mogą zbierać wyłącznie mieszkańcy parku Adamello Brenta i to tylko do dwóch kilogramów dziennie. Podobnie jak szyszki kosodrzewiny, rośliny, którą mieszkańcy gór uważają za symbol siły i odwagi, ponieważ całą zimę schodzą na nią lawiny, a



W CHACIE

Laboratorium Noris Cunaccia znajduje się w Val Redena w Spiazzo w prowincji Trento. Rezerwacja wycieczki: info@primitivizia.it.

RÓŻANY KETCHUP

Jest to jeden z flagowych produktów „Primitivizi”, firmy Noris Cunaccia i jej brata Giovanniego: produkowany z jagód z rodziny rosaceae.

JAK W NATURZE

Wszystkie produkty „Primitivizi” wytwarzane są z dzikich ziół górskich, zbieranych ręcznie o różnych porach roku i mytych wodą źródlaną.

NIEDŹWIEDZ W MENU

„Czosnek królowej”, „cykoria niedźwiedzia”, „gruszka martinsecca” ... to tylko niektóre ze specjalów dostępnych do kupienia również na stronie: www.primitivizia.it.



01

ona nigdy się nie łamie. „Zbiera się je, gdy są małe, na wysokości ponad dwóch tysięcy metrów a następnie zostawia do zmacerowania na słońcu, nawet na siedem lat”, wyjaśnia Noris, wycierając żywiczną kroplę z gałęzi i oblizując palec, jakby żywica była pysznym cukierkiem.

Od wiosny 2019 roku Noris będzie dzielić się swoją wiedzą również z niewielką grupą osób, które będą mogły uczestniczyć w prowadzonym przez nią kursie rozpoznawania i zbierania ziół. Chociaż łatwo sobie wyobrazić, że niektóre sekrety „czarownicy” Noris zachowa tylko dla siebie. Na przykład przepis na „rosół z ziemi” – gotowaną całą noc i siedmioletnie filtrowaną zupę, w której miesza się wyciągi i grudki ziemi, a rano nalewa do garnka osoby, która potrzebuje siły i dobrej energii. „To musi być jednak dziewczyna z ziemi”, mówi, a jej słowa przez chwilę brzmią magicznie. „Żeby zadziałało, żadna stopa ludzka nie mogła wcześniej na niej stanąć...”.

RAFFAELE PANIZZA

Dziennikarz i autor programów telewizyjnych, pisze dla magazynów „Vogue”, „Vanity Fair” oraz „Icon”. Kibic AC Milan, w 2010 napisał biografię Maria Balotello („Negrazzurro. La vita difficile di un ragazzo impossibile”).



02



03

- 01
- Noris Cunaccia: twarz firmy, „Primitivizia” której nazwa narodziła się z połączenia słów „primitivo” (pierwotny) i „delizia” (przysmak)."
- 02
- Ujęcie chatki Noris Cunaccia u podnóża góry Adamello w prowincji Trento.
- 03
- Kompozycja ziół dekoracyjnych i zapachowych, z różnymi grzybami: niezbędny element w wielu dziełach gastronomicznych Noris.
- 04
- Szef kuchni Gilmozzi w pracy w kuchni El Molin. Rezerwacje: alessandrogilmozzi.it.



04

KUCHNIA NA WYSOKOŚCIACH

Risotto z mchem

Szef kuchni Alessandro Gilmozzi od dzieciństwa zbiera w lesie zioła. W 2008 roku przyniosły mu one gwiazdkę Michelin, którą rok później potwierdził i utrzymuje do dziś

Dwa razy w tygodniu Alessandro Gilmozzi, szef kuchni restauracji El Molin, wędruje po lasach nad Cavalese, w samym sercu Val di Fiemme. W towarzystwie pomocników kuchennych zbiera składniki do swojego „górskiego menu” – symfonii zapachów lasu, czasem nawet dość ryzykownych, które jednak przyniosły mu gwiazdkę Michelin i zaproszenia na wszystkie najbardziej prestiżowe festiwale gastronomiczne na świecie.

Który mech najbardziej Pana zaskoczył? „Z pewnością tak zwany mech górski, który zbiera się w pobliżu strumyków. Ma posmak ostryg, który nadaje risotto bardzo interesującego charakteru. Mech wspaniale sprawdza się również w cukiernictwie: na przykład mąklik, który wykorzystuję do ciasta zwanego Borderline, inspirowanego przepisem mojego dziadka. Dodaję go do lodów ze sproszkowaną korą modrzewia”.

photo Archivio Trentino Marketing

A z porostów który Pan preferuje?

„Biały porost zwany reniferowym. Po sproszkowaniu używam go do wypieku chleba i paluszków grissini. Razem z porostem islandzkim stosuję go również w fermentacji piwa, które nazwałem Mr. Lichen.

Które danie przyniosło Panu sławę?

„Myślę, że tatar z jelenia, który przygotowuję z dziczyzny od myśliwych. Wzbogacam jego smak pistacjami z Bronte, jeżowcami i rzeżuchą alpejską, którą sami zbieramy. W tych okolicach rzeżuchę jada się na surowo”.

Spośród popularnych ziół - takich, które możemy kupić w warzywniaku - którego najbardziej Pan nie znosi?

„Pietruszki. Chociaż w końcu włączyłem ją do menu. Na zimno wydobywam z niej zielony barwnik chlorofil i używam do deseru”.

Grzyby Pan lekceważy?

„Nie to, że lekceważę, po prostu mnie nie inspirują. Poza nazwiskiem białawym, który gotuję w wodzie z octem, a potem marynuję w oleju. Moim dostawcą grzybów jest teść, który całe życie był leśniczym. Przynosi mi niesamowite borowiki”.

Jaka roślina w lesie jest najniebezpieczniejsza?

„Jaskrota wilcza zwisająca z drzew niczym mała liana. Dawniej mieszano ją z czerstwym chlebem i używano do przygotowywania trutek na wilki i lisy. Jest zabójcza”.

WSKAZÓWKI

Trzy gospodarstwa pełne smaku

Znajomość ziół i życie w harmonii z naturą są również podstawą funkcjonowania ponad 400 gospodarstw działających dziś w regionie Trentino, gdzie następstwo pór roku wyznacza rytm wypasu zwierząt. Wybraliśmy trzy z nich

1

Gospodarstwo Campo Nestalp

Frazione Celentino, Peio (1.979 m)

nestalp.com

Typowa trydencka chata, otoczona pastwiskami, z dobrze zaopatrzonym sklepem, w którym to kupić można masło, ricottę i „casolét”, a także restaurację, która - dla tych najbardziej romantycznych - oferuje „kolację przy świecach” w pomieszczeniach dawnej stodoły.

2

Gospodarstwo Sasso Piatto

Gioigo di Fassa, Campitello (2.200 m)

malgasassopiatto.info

Ze względu na wysokość oraz czas (półtorej godziny) potrzebny, by dotrzeć tu od kolejki Col Rodella, miejsce to bardziej przypomina schronisko niż gospodarstwo. Liczącą ponad 200 lat budowlę odnowiono w 2006 roku. Oferuje tradycyjne menu „gospodarskie”, z pewną skłonnością do słodkości (panna cotty i naleśników z dżemem).

3

Gospodarstwo Casarina

Miejscowość Val Campelle, Scurelle (1468 m)

valcampelle.com

Serwowane tu dania są typowe dla regionu Trentino (tagliatelle al ragù z jelenia, pierożki ze szpinakiem i serem, polenta z serem toseła), podobnie jak sam budynek (zewnątrzne ściany z kamienia i dach pokryty gontem z drewna modrzewiowego). Interesująca jest inicjatywa „przysmakuj krowę”.

TRENTINO WILDLIFE

Miłosny śpiew jelenia

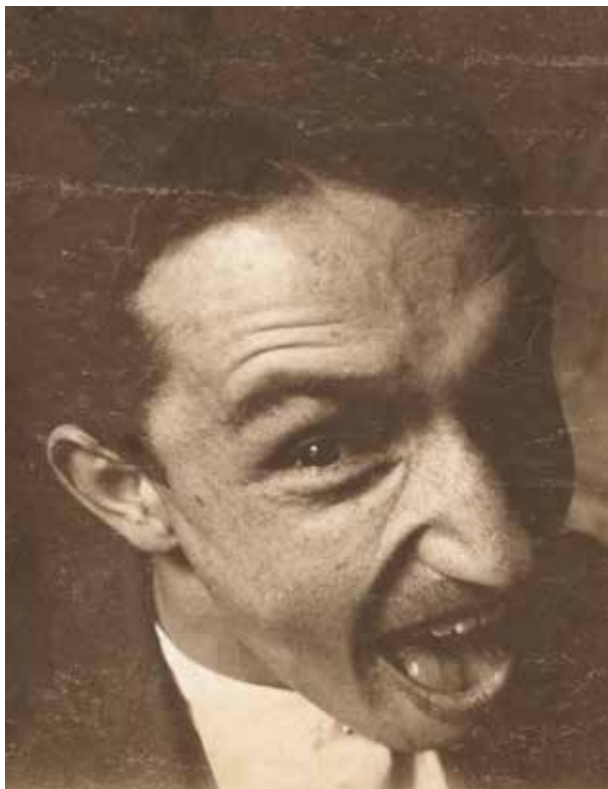
**Fachowo nazywa się „rykiem”.
Posłuchajcie go (z ukrycia) nocą
w lesie - będzie to ekscytujące
doświadczenie. Tylko pod opieką
doświadczzonego przewodnika**

Wyobraźcie sobie, że jesteście nocą w lesie. Spokojnie, nie jesteście sami. Jest z wami gajowy. Nie jest zbyt zimno - to początek jesieni, okres godowy jeleni. Otoczeni ciemnością słyszycie tylko swój oddech i cichy odgłos butów na gumowej podeszwie podczas stąpania po liściach przykrywających trawę. Nagle noc rozdziera krzyk, poprzedzony nieuchwytnym, cierpkim fetorem w powietrzu. Ten dźwięk to śpiew godowy jeleni, przez zoologów nazywany „rykiem”. Jest mocny i szarpiący, a czasami zwiastować może nawet pojedynek „na rogi” dwóch samców walczących o łanię. Śledzenie na żywo sceny jak z filmu przyrodniczego jest ekscytujące, ale oczywiście z bezpiecznej odległości i najlepiej, gdy ma się przy sobie kamerę termowizyjną (czyli kamerę na podczerwień), jaką dysponują gajowi. W okresie od września do października jest to flagowa atrakcja parków przyrodniczych w Trentino. Więcej informacji można znaleźć na stronie visittrentino.info.

W CIĄGU DNIA I WIECZOREM

Wycieczki poświęcone oglądaniu jeleni odbywają się głównie od września do października. Daty i informacje: visittrentino.info.





Pochodzący z regionu Trentino Fortunato Depero był jednym z głównych przedstawicieli awangardy początku XX wieku. Dom w Rovereto, w którym żył i tworzył, jest od 1959 roku, wraz z muzeum MART - jedną z najważniejszych galerii poświęconych futuryzmowi. To świetna okazja by przypomnieć sobie jego dzieła i zachwycić się tym, jak bardzo nadal pozostają „współczesne”

TEKST Walter Rovere

ZDJĘCIA Archiwum Casa d'Arte Depero

Przyszłość widziana w latach dwudziestych

Odwiedzający Dom Sztuki Futurystycznej Depero w Rovereto mogą doznać przeżycia, uczucia *déjà vu*, które sprawia, że stając przed szkicami, projektami w ołówku i tuszu, mówimy sobie: „Już to gdzieś widziałem...” To faktycznie zaskakujące, ile współczesnych grafik, elementów wzornictwa, a nawet reklam nawiązuje do pomysłów tego pochodzącego z Trentino malarza, poety i rzeźbiarza. Nie licząc oczywiście będącej ikoną stożko-

wej legendarnej, zaprojektowanej w 1932 roku i nadal produkowanej w identycznym kształcie. To pokazuje jego naturalną skłonność - na długo przed Andym Warholem - do burzenia wszelkich murów dzielących sztukę i marketing.

Urodzony w 1892 roku w Fondo, w Val di Non, Fortunato Depero we wczesnej młodości przeniósł się do Rovereto, miasta, któremu pozostał wierny na zawsze, poza krótkimi pobytami w stolicach sztuki.



ki, takich jak Rzym czy Nowy Jork. Jego wstąpienie w szeregi Futurystów u boku założyciela nurtu, Filippa Tommasa Marinettiego, wprowadziło do ruchu świadomość (wówczas naprawdę rewolucyjną), że żadna rekonstrukcja estetyczna świata nie może pomijać faktu wychodzenia sztuki poza przeznaczone na nią miejsca i przenikania jej do codziennego życia.

Swoją kreatywność ukierunkował na przenikanie się wszelkich form ekspresji: tworzył ruchome obrazy-rzeźby, „plastyczne tańce” z drewnianymi marionetkami zamiast aktorów, słynną zaśrubowaną książkę... Uprowadzając strategię personal branding oraz związki sztuki z handlem, nieodzowne w sztuce współczesnej, w 1919 roku, w Rovereto, założył „dom sztuki”, w którym powstawały gobeliny, poduszki, meble, lampy, boazerie, witryny, parawany, a nawet zabawki, których zadaniem było „stymulowanie dziecięcej wyobraźni”.

Jego stosunek do Trentino, zwłaszcza pod koniec pobytów za granicą oraz po powrocie na stałe do Rovereto w 1930 roku, był pełen czułości, owocny i trwały. Aby go poznać, obowiązkowo trzeba zacząć od wspomnianego już Domu Sztuki: jedyne muzeum we Włoszech poświęcone futuryzmowi, które powstało kilka lat po śmierci Depero (i którego całkowita renowacja zakończyła się w 2009 roku), ściśle zgodnie ze wskazówkami pozostawionymi przez niego samego. Jeśli jednak muzeum to – ze względu na różnorodność dzieł i okresów które obejmują – oddaje obraz artysty międzynarodowego i podróżnika, miejscem, w którym uwidacznia się z całą mocą „lokalny” charakter Depero, jest Sala del Concilio w pałacu Prowincji Autonomicznej Trydentu.

Jest to dzieło, którego powstania bardzo pragnął (wbrew zdaniu niektórych doradców i części obywateli) Remo Albertini, człowiek kultury, w początkach lat 50. piastujący urząd prezydenta prowincji Trydentu. Misją, jaką Albertini powierzył Depero, było „opowiedzenie” o Trentino: jego przyrodzie, pięknie, kreatywności. Depero pracował tu nieprzerwanie od 1953 do 1956 roku, tworząc malowidła ścienne (w typowym, futurystycznym stylu „komikсовym”) i panele, a także przygotowując wyposażenie sali, które wielu uważa – również, a może przede



Chiesa di Lizzana, Depero (1923).

wszystkim, ze względu na wyraźne, pełne uczucia nawiązania do jego korzeni – za jego artystyczny testament.

Jeszcze bardziej poruszające z tego punktu widzenia są słowa, którymi Depero zakończył prace w 1956 roku i które dziś można znaleźć w zbiorze listów „Epistolario” (wyd. Nicolodi, 2005 rok). „Jestem synem naszych gór, stuprocentowym mieszkańcem Trentino, i wszystkie moje dzieła odzwierciedlają moją naturę (...) kolorową, plastyczną, krystaliczną i kamienną, jak nasze ukochane Trentino, jedno z najbardziej idyllicznych i atrakcyjnych miejsc na świecie, które zasługuje (...), by poświęcić mu cały mój barwny i płonący entuzjazm artysty. Trentino i jego ogromne kamienne wieże, natural-

ne i historyczne, nawiązują do odwagi, twardości i specyfiki porfiru”. Słowa te oddają całą plastyczność i innowacyjność futuryzmu, ale także nieoczekiwaną delikatność.

WALTER ROVERE

Kustosz i eseista, zajmujący się interdyscyplinarnymi zagadnieniami muzyki, kina i sztuk wizualnych. Pracuje głównie dla festiwalu Angelica. Urodzony w Levico Terme, życie dzieli między Trentino a Bolonię.



Jedna z sal Casa d'Arte, do której Depero osobiście stworzył również meble.

Dom – muzeum

Muzeum Dom Sztuki Futurystycznej Depero mieści się w centrum Rovereto, przy via dei Portici 38. Jest otwarte codziennie oprócz poniedziałków, od 10 do 18. Założone w 1957 roku przez samego Depero muzeum od 1989 roku stanowi część MART-u, czyli Muzeum Sztuki Nowoczesnej i Współczesnej Trydentu i Rovereto. Będąc w Rovereto,

miłośnicy sztuki nie będą żałować wizyty w siedzibie głównej MART-u, przy corso Bettini 43. Można tu podziwiać stałą wystawę ponad 15 000 dzieł, takich autorów jak Giorgio de Chirico, Mario Sironi czy Carlo Carrà. Informacje na temat godzin otwarcia i aktualnych wystaw można znaleźć na stronie www.mart.trento.it.

Pozostała sztuka Trentino

Poza MART-em w granicach Trentino znajduje się pięć adresów, pod którymi można odkryć dzieła sztuki współczesnej z całego świata.

1

Galeria miejska w Trydencie

Trydent

fondazionegalleriacivica.tn.it

Otwarta w 1989 roku galeria od 2013 roku (po remoncie, w którym udział brali studenci architektury z Trydentu) jest integralną częścią MART-u, jednocześnie pozostając wierna pierwotnemu zainteresowaniu tematem awangardy historycznej.

2

Boccanera Gallery

Trydent

arteboccanera.com

Otwarta w 2007 roku galeria od początku skupiała się na poszukiwaniu nowych, radykalnych talentów, szczególną uwagę poświęcając scenie Europy Wschodniej, Ameryki Południowej i USA. Od 2016 roku ma swoją filię w Mediolanie, w dzielnicy Lambrate/Ventura.

3

Arte Sella: the Contemporary Mountain Borgo Valsugana

artesella.it

Międzynarodowa wystawa sztuki współczesnej, otwarta w 1986 roku, z czasem stała się rodzajem stałej instalacji typu „land art” pośród lasów i wzdłuż potoków Valle di Sella, tworząc niespotykane (i jedyne w swoim rodzaju) połączenie sztuki z przyrodą.

4

Paolo Maria Deanesi Gallery

Trydent

paolomariadeanesi.it

Założona w 2005 roku galeria zajmuje się nowymi środkami wyrazu sztuki współczesnej, pokazując i promując początkujących artystów włoskich i międzynarodowych.

5

Tridentum

Autostrada A22, zjazd na Trydent

stefanocagol.com

Ogromne dzieło typu „site specific” zrealizowane w 2011 roku i składające się z trzech wielkomiarowych konstrukcji w kształcie ostrosłupów (ze stali o łącznej wadze 16 ton) „przytulonych” przy zjeździe z autostrady A22 na „Trento Sud”. Ich autorem jest Stefano Cagol, 49-letni artysta pochodzący z regionu Tarento i tworzący w Austrii, Włoszech i Norwegii.



WSZĘDZIE Z KARTĄ

„Trentino Guest Card” to superkarnet turystyczny, który pozwoli Ci podróżować swobodnie, oszczędzając czas i pieniądze. Możesz na przykład korzystać z całej sieci transportu publicznego w Trentino (w tym z pociągów, promów i niektórych kolei linowych), wejść do ponad 60 muzeów, odwiedzić 20 zamków i ponad 40 atrakcji, w tym słynną Arenę w Weronie, zapisać się na wiele wycieczek z przewodnikiem (bez kolejki), a także spróbować lokalnych produktów bezpośrednio od producentów. Żeby otrzymać kartę, wystarczy zarezerwować pobyt na przynajmniej dwie doby w jednym z hoteli biorących udział w programie, pobrać aplikację (iOS i Android) i się zarejestrować.



TRENTINO W MEDIACH SPOŁECZNOŚCIOWYCH

Wszystkie informacje turystyczne, organizacyjne i meteorologiczne dotyczące urlopu w Trentino można znaleźć na stronie www.visittrentino.info

„Obserwuj hashtagi z Trentino i pozostań z nami w kontakcie poprzez media społecznościowe.”
#visittrentino
#trentinowow

Facebook: visittrentino
Twitter: @VisitTrentino
YouTube: visittrentino
Instagram: @visittrentino

Znajdź i pobierz z Apple Store lub Google Play bezpłatne aplikacje, które będą Ci towarzyszyć podczas urlopu w Trentino.



FESTIWAL

Muzyka na dużych wysokościach

„I Suoni delle Dolomiti” („Dźwięki Dolomitów”) to co roku najbardziej wyczekiwane przez miłośników gór i muzyki wydarzenie, które w poprzednich edycjach gościło artystów, takich jak Graham Nash i Baltica String Trio. Różnorodne dźwięki, od jazzu po zagraniczną muzykę etniczną. Wszystkie informacje dotyczące edycji 2019 na stronie: isuonidelledolomiti.it.

Trentino

Wydał
Trentino Marketing

Projekt graficzny
STUDIO POMO

Edycja zdjęć
Alberto Bernasconi

Współpraca redakcyjna
Fabio De Luca

Menadżer projektu
Irene Cervasio

Opracowanie graficzne: Noemi Alunni, Giulia Gilebbi, Alessio Sabbadini, Laetitia Schwendi

Zdjęcia: Mattia Balsamini
Alberto Bernasconi, Fabrizio Giraldi & Manuela Schirra, Sirio Magnabosco, Lorenzo Pesce

Archiwum zdjęć
Archivio Trentino Marketing

Ilustracje: Michele Bruttomesso, Philip Giordano, Marco Marella

Teksty: Paolo Madeddu, Valerio Millefoglie
Raffaele Panizza, Francesca Rimondi
Walter Rovere, Valentina Vercelli

Współpraca tłumaczeniowa
Manuela Maruccia-Hirvelä

Druk
Litopat



TRENTINO ZIMĄ

Oferujące 800 kilometrów tras narciarskich Trentino jest oczywiście idealnym miejscem na aktywny urlop zimowy, ale jeśli narty i kijki to nie Twoja bajka, możesz rozkoszować się niemal mistyczną atmosferą zamarzniętych jezior lub podziwiać zwierzęta na śniegu podczas wycieczek z przewodnikiem do parków przyrodniczych. Przemieszczanie się po Trentino zimą jest bardzo wygodne: samochodem (po zawsze bezpiecznych i odsnieżonych drogach), pociągiem lub autokarem FlySki Shuttle, który łączy całą region z głównymi lotniskami w północnych Włoszech.

