

Montagne

Le Alpi, in Valle d'Aosta, delineano contro il cielo un profilo in cui è facile riconoscere i "Giganti delle Alpi": il Monte Bianco (4.810 m), montagna scolpita nel granito e seconda in Europa solo all'Elbrus, del Caucaso; il Monte Cervino (4.478 m), dalla caratteristica forma piramidale; il Monte Rosa (4.634 m), seconda montagna delle Alpi per altezza; e il Gran Paradiso (4.061 m), unico "4.000" interamente compreso in territorio italiano.



Parco nazionale del Gran Paradiso

Il parco e la sua storia

Il Parco nazionale Gran Paradiso si estende su 70.000 ettari di territorio d'alta montagna, tra gli 800 metri di fondovalle e i 4.061 metri del Gran Paradiso.

In Valle d'Aosta, il Parco nazionale Gran Paradiso ha tre centri visitatori, a Cogne, Valsavarenche e Rhêmes-Notre-Dame. I centri visitatori permettono di approfondire in ogni stagione i vari aspetti naturalistici dell'area protetta.

Da non perdere, a Cogne, il giardino alpino Paradisia, soprattutto a luglio, quando molte delle oltre 1.000 specie del giardino sono in piena fioritura.

La **storia del Parco nazionale Gran Paradiso** è legata alla protezione dello stambecco. Nel 1856, infatti, il re Vittorio Emanuele II dichiarò queste montagne riserva reale di caccia e salvò così lo stambecco dall'estinzione. Il re creò anche un corpo di guardie specializzate e fece costruire una rete viaria per la protezione della fauna e per le escursioni. Nel

1920, Vittorio Emanuele III donò la riserva allo Stato italiano perché ne facesse un parco. Il Parco nazionale Gran Paradiso fu effettivamente istituito nel 1922.

Gli animali del parco

È difficile fare un'escursione nel Parco nazionale Gran Paradiso senza avvistarne gli animali, spesso anche da vicino.

Lo stambecco, simbolo del parco, è piuttosto confidente e si incontra facilmente al pascolo. I maschi, riconoscibili dalle lunghe corna ricurve, vivono in piccoli gruppi, mentre le femmine, dalle corna più corte, restano con i piccoli.

Anche il camoscio è comune, ma assai più schivo e difficile da osservare.

Altro protagonista del parco è la marmotta, simpatico roditore che scava lunghe gallerie per sfuggire ai pericoli e preparare il letargo invernale.

Tra gli uccelli sono rappresentati i rapaci, come l'aquila reale, e molti piccoli passeriformi.

Acquisizioni recenti del parco sono il gipeto, grande avvoltoio scomparso nel 1912 e tornato sulle Alpi per un progetto internazionale, e la lince, splendido, piccolo predatore.

La flora del parco

Nei boschi di fondovalle si trovano larici, abeti rossi, pini cembri e abeti bianchi. Salendo, gli alberi sono sostituiti prima dai pascoli alpini, ricchi di fiori in primavera, poi da rocce e ghiacciai.

Tra i fiori rari del Parco nazionale Gran Paradiso ricordiamo: la *Potentilla pensylvanica*, che cresce nei prati aridi sopra i 1.300 metri; l'*Astragalus alopecurus*, che si trova solo in Valle d'Aosta; l'*Aethionema thomasianum*; la *Linnaea borealis*, un relitto glaciale che ha trovato rifugio nei boschi di conifere; la *Paradisea liliastrum*, un giglio bianco da cui prende il nome il giardino alpino Paradisia di Cogne.



Parco naturale Mont Avic

Il parco e la sua storia

Istituito nel 1989, il Parco naturale Mont Avic è il primo parco naturale regionale della Valle d'Aosta. La sua area protetta confina con quella del Parco nazionale Gran Paradiso.

Il Parco naturale Mont Avic racchiude paesaggi molto suggestivi e ambienti modificati solo marginalmente dall'uomo, in particolare dove il terreno impervio ha limitato le attività agropastorali e turistiche.

L'alta valle di Champorcher, dall'orografia più dolce, ha vaste praterie che ospitano stambecchi, camosci e marmotte.

Il parco è stato dichiarato Sito di importanza comunitaria e Zona di protezione speciale nell'ambito di **Natura 2000**, la rete ecologica che salvaguarda la biodiversità in Europa.

Natura e paesaggio

I boschi del parco, che in passato erano sfruttati per l'attività mineraria, offrono oggi uno spettacolo di grande bellezza. Più di un terzo dell'area protetta è coperto da estese foreste di pino uncinato, pino silvestre, larice e faggio.



Granparadisovacanze

B&B LE VIEUX NOYER- MAISON DU VAN

Il Parco naturale Mont Avic ha molti elementi naturali interessanti: formazioni geologiche particolari; endemismi floristici alpini e associazioni vegetali legate al substrato delle pietre verdi; decine di specchi d'acqua, acquitrini e torbiere, senza eguali per numero ed estensione in Valle d'Aosta; una fauna rappresentata da tutti i più noti animali a diffusione alpina presenti nella regione.

Come arrivare

Autostrada A5, uscita Verrès - SS26 direzione Aosta - strada regionale n. 6, via Località Fabbrica, sino a Champdepraz - strada comunale per Chevrère.

In alternativa: autostrada A5, uscita Pont Saint Martin - SS26 direzione Aosta - strada regionale n. 2 da Hône a Champorcher - in località Chardonney, partenza dell'itinerario Alta Via n. 2.

Centro visitatori del parco

Il centro visitatori del Parco naturale Mont Avic si trova in località Chevrère (villaggio di Covarey).



Artigianato

Una narrazione per opere che - con la padronanza di una lunghissima tradizione artigiana - parla i linguaggi dei tessuti, della lavorazione di legno e pietra locale, di vimini e pizzi e della trasformazione di cuoio e ferro battuto.

Fiera di Sant'Orso – Aosta

La Fiera di Sant'Orso è per prima cosa una grande manifestazione popolare, un inno alla creatività e all'industriosità delle genti di montagna. Ogni anno un migliaio di espositori, tra artisti ed artigiani valdostani, presentano con orgoglio e legittima soddisfazione i frutti del loro lavoro, svolto come hobby o come vera e propria attività produttiva, sempre però di stampo prettamente artigianale.

Sono presenti tutte le attività tradizionali: scultura ed intaglio su legno, lavorazione della pietra ollare, del ferro battuto e del cuoio, tessitura del "drap", stoffa in lana lavorata su antichi telai in legno, e poi merletti, vimini, oggetti per la casa, scale in legno, botti ...

Non è tanto l'aspetto commerciale che spinge gli espositori a partecipare alla Fiera quanto il desiderio di uscire dal laboratorio per cercare il contatto con un pubblico che

sappia apprezzare il lavoro di qualità e la creatività, frutto di tradizioni che hanno radici secolari. Parimenti chi si reca in Fiera non lo fa solo alla ricerca di un buon acquisto, magari utile nella pratica quotidiana, o di un oggetto di qualità per abbellire la casa, ma piuttosto per "respirare" un'atmosfera unica ed irripetibile. La Fiera è anche il momento in cui si manifestano le caratteristiche peculiari dell'identità della popolazione valdostana: non è solo una grande "kermesse" dalle dimensioni eccezionali, ma la celebrazione di un'appartenenza storico-culturale al proprio ambiente. Nelle strade cittadine si ripete ogni anno un evento che mette in luce i "fiori" del lavoro artigianale valdostano. Nel Medio Evo la Fiera si svolgeva nel Borgo di Aosta, in quell'area circostante la Collegiata che porta il nome di

Sant'Orso. Racconti leggendari narrano che tutto ha avuto inizio proprio di fronte la Chiesa dove il Santo, vissuto anteriormente al IX secolo, sarebbe stato solito distribuire ai poveri indumenti e "sabot", tipiche calzature in legno ancor'oggi presentate alla Fiera. Adesso è tutto il centro cittadino ad essere coinvolto nella manifestazione, all'interno e a

fianco della cinta muraria romana. La Fiera è anche musica, folklore e occasione di degustazioni gastronomiche di vini e prodotti tipici, con una vera e propria festa popolare, che trova il momento "clou" nella "Veilà", la veglia nella notte fra il 30 e 31 gennaio, con le vie illuminate e piene di gente fino all'alba. La visita alla Fiera di Sant'Orso è un'esperienza unica, indimenticabile, veramente da non perdere e da vivere con intensa partecipazione emotiva.

www.fieradisantorso.it



Lingue

In Valle d'Aosta, le indicazioni stradali riportano testi bilingui (francese ed italiano) e quasi tutti i toponimi e i cognomi locali sono di derivazione francofona. Le origini del bilinguismo valdostano sono, in effetti, storiche. Nel 25 a.C., i romani fondano Augusta Praetoria e inizia la latinizzazione degli autoctoni: i Salassi. Nel 575, Pont-Saint-Martin diventa confine del regno dei Franchi e la Valle d'Aosta è annessa al regno di Borgogna (area linguistica gallo-romana), ove il latino si evolve nel franco-provenzale (patois, parlato ancor oggi) e, a partire dal 1200, viene lentamente sostituito dal francese nella lingua scritta. Nel 1561, il duca Emanuele Filiberto di Savoia adotta il francese, in sostituzione del latino, per tutti gli atti pubblici nel territorio del Ducato. Dal XVII secolo, si insegna il francese nel Collège Saint-Bénin di Aosta e nelle scuole rurali, tanto che, a fine '800, il tasso di analfabetismo risultava pressoché nullo. Nel 1860, con l'annessione della Savoia alla Francia, la Valle è l'unico territorio francofono in Italia; la diffusione della lingua italiana ha inizio e culmina nel ventennio fascista, con il divieto di utilizzo e di insegnamento del francese e la sistematica traduzione dei toponimi. Nel 1948, lo Statuto speciale di autonomia sancisce la parità delle lingue italiana e francese in Valle d'Aosta. Un'ulteriore ricchezza linguistica: in alcuni comuni della valle del Lys la popolazione Walser parla dialetti di ceppo tedesco, il titsch e il toitschu.

Terme di Pré-Saint-Didier

Relax in una cornice unica

Persino sotto un'abbondante nevicata, a Pré-Saint-Didier ci si può rilassare anche all'aperto, in una cornice naturale di grande bellezza.

Il giardino delle terme, infatti, offre tre piscine termali esterne e saune ricavate in baite di legno, con vetrate panoramiche sulla catena del Monte Bianco.

L'acqua

Le sorgenti naturali di Pré-Saint-Didier sgorgano in una grotta alla base della Cascata dell'Orrido, nei pressi dello stabilimento termale.

Il percorso benessere

All'interno, il percorso benessere comprende vasche idromassaggio, vasche relax con musica subacquea, cascate tonificanti e servizi termali innovativi, saune a tema in chalet di legno, bagni di vapore aromatizzati, area fanghi, sale di cromoterapia e di aromaterapia, sale relax panoramiche.

Esperti terapisti praticano massaggi rilassanti e tonificanti su tutto il corpo.

Durante la giornata, il Maestro del benessere propone agli ospiti tecniche di rilassamento, esercizi e trattamenti per il corpo nelle saune, maschere di bellezza e peeling aromatizzati nel bagno vapore.

Mille anni di storia

Le fonti della zona erano conosciute già in epoca romana, ma l'uso sistematico delle acque cominciò a metà del '600, quando i primi forestieri venivano qui per «passare le acque».

Lo stabilimento termale risale al 1834 e l'edificio che ospitava il Casinò al 1888. Per oltre 150 anni le terme furono uno dei principali centri di attrazione della Valle d'Aosta, ospitarono personaggi illustri e divennero il luogo di villeggiatura preferito dalla famiglia reale italiana.

Completamente restaurato dopo oltre 30 anni di chiusura, lo stabilimento termale di Pré-Saint-Didier è tornato oggi al suo antico splendore, conservando l'architettura dell'epoca.

www.termedipre.it



Terme di Saint-Vincent

Le nuove terme di Saint-Vincent

La fonte termale di Saint-Vincent, scoperta nel 1770, fu chiamata *Fons Salutis* per le sue particolari proprietà curative. La recente riqualificazione delle terme ha integrato il centro di cura originario con un moderno centro benessere.

Cure idropiniche e inalatorie

L'acqua di Saint-Vincent, assunta come bevanda a digiuno (cura idropinica) svolge un'azione equilibratrice e regolatrice dell'apparato digerente.

Le cure inalatorie sono somministrate per le infiammazioni croniche delle vie aeree.

Le terme di Saint-Vincent sono convenzionate con il servizio sanitario nazionale.

www.termedisaintvincent.com



Osservatorio astronomico e planetario

L'osservatorio

L'osservatorio astronomico della Regione Autonoma Valle d'Aosta, ultimato nell'anno 2003, è una struttura unica nel suo genere per le caratteristiche e la varietà della strumentazione disponibile.

Dotato di modernissime attrezzature, consente di realizzare ricerche scientifiche di alto livello, attività didattiche per insegnanti e studenti di ogni ordine e grado, e la divulgazione astronomica di qualità.

L'osservatorio, che annovera anche una stazione meteorologica, è corredato da un laboratorio eliofisico, una sala informatica, un percorso didattico costituito da due mostre interne e da un "Sentiero dei Pianeti", ovvero una serie di pannelli illustrativi sul sistema solare.

La strumentazione astronomica installata presso l'Osservatorio è tra le più importanti tra quelle italiane ed europee. Tutti gli strumenti sono collegati in rete tra loro e con i vari laboratori ed uffici: è quindi possibile operare direttamente dal proprio posto di lavoro e tenere sotto controllo più strumenti riprendendo in contemporanea più oggetti astronomici.

La varietà della strumentazione di cui è dotato l'osservatorio consente di realizzare, anche contemporaneamente, attività di ricerca scientifica, di didattica per le scuole e attività di tipo divulgative per il pubblico.

Nel corso del 2008 la struttura è stata affiancata da un planetario.

Planetario

Un planetario è una struttura dotata di cupola per spettacoli di intrattenimento, conferenze didattiche e divulgative in ambito astronomico. La stessa parola indica sia l'edificio che lo strumento che consente la proiezione, sulla parte interna della cupola, di ogni tipo di oggetto celeste, tra cui costellazioni, pianeti, nebulose e galassie. Il visitatore osserva perciò un cielo simulato.

In un planetario è possibile riprodurre il moto apparente della volta stellata, favorendo così la comprensione dell'effetto di rotazione e rivoluzione della Terra sulla reale visione del cielo, oppure osservare il cielo in epoche diverse e in località differenti per longitudine e latitudine.

Il Planetario di Lignan

L'ingresso principale è rivolto verso la strada che attraversa Lignan, in prossimità del bivio per Clemensod. La sala di proiezione ha 67 comode poltrone. La cupola esterna ha 12 m di diametro, mentre quella interna, dedicata alla proiezione del cielo simulato e di filmati divulgativi, ha un diametro di 10 m.

Il cielo proiettato sulla cupola è una ricostruzione al computer, realizzata grazie al lavoro in parallelo di ben 6 elaboratori. L'operatore controlla la proiezione da una vera e propria consolle, dove si trovano due ulteriori computer.

www.oavda.it/italiano



Sci alpino e snowboard

Sciare in Valle d'Aosta, per chi ama la discesa, significa esplorare 23 stazioni di sci, 800 chilometri di piste e 10 snowpark, ed esaltanti itinerari fuori pista raggiungibili con gli impianti di risalita o in elicottero dalle basi di eliski. E sulle piste ai piedi del Cervino si può anche sciare d'estate!

I grandi comprensori di sci della Valle d'Aosta sono quelli internazionali di Breuil-Cervinia (tra Italia e Svizzera) e di La Thuile (tra Italia e Francia), e le 3 valli tutte italiane del Monterosa Ski. A questi si aggiungono le stazioni di Courmayeur, ai piedi del Monte Bianco; Pila, collegata da una telecabina alla città di Aosta; Tignes, Champorcher e Crévacol e altre località ideali per le famiglie ed alcune stazioni minori.

Sciare a Pila

Da Aosta alle piste in soli 20 minuti, dimenticandosi dell'auto se si decide di sciare a Pila. Qui tutto è possibile, qui tutto è vicino, qui tutto è alla portata di tutti. Solo qui trovate le comodità e i servizi della città, la quiete e il fascino della montagna. E per il tempo libero, fatevi travolgere dal gioioso fermento di Aosta, vera capitale delle Alpi.

www.pila.com



Sciare a Courmayeur

Un unico comune denominatore: il Monte Bianco, con i suoi ghiacciai, le sue leggende, la sua storia. Dall'amante della natura al principiante, dall'agonista al free rider, ognuno troverà la sua neve, ognuno tratterrà la sua pista, perché qui non ci si può accontentare.

Sci di fondo

Rhême-Notre-Dame

Nella Valle di Rhêmes si avverte sempre una grande tranquillità, in ogni periodo dell'anno: è un luogo dove si percepisce ancora il "silenzio della natura". Rhêmes-Notre-Dame sorge al confine con il Parco Nazionale del Gran Paradiso, a circa 1.700 metri di altitudine. La località, pur crescendo, negli anni, in qualità logistica, ha saputo mantenere inalterate le caratteristiche che la rendono un'alternativa eccellente alle stazioni più affollate. Ai piedi del ghiacciaio Granta Parey, nell'ampio fondovalle di Rhêmes-Notre-Dame, sono tracciate splendide piste di fondo, per una lunghezza totale di circa 13 km, attraverso un paesaggio suggestivo caratterizzato da splendide selve di conifere.



Granparadisovacanze

B&B LE VIEUX NOYER- MAISON DU VAN

Piste di Vetan

Le piste si trovano a 1800 metri d'altezza su un altopiano soleggiato. La vista panoramica è unica, spaziando dal gruppo dell'Emilius a quelli del Gran Paradiso e del Rutor.

Lunghezza tracciato: 3 km

Trekking

Geonavigatore dei sentieri: 5.072 km di percorsi.



Vedere la rete dei sentieri della regione su carta tecnica o su ortofoto, cercare i principali itinerari per località o creare un percorso selezionando le singole tratte di sentiero. Tracciati esportabili (.gpx, .kml, ecc)

Tutti i rifugi alpini della Valle d'Aosta



Trova il tuo rifugio: per pernottare durante i trekking di più giorni o per pranzare dopo una breve escursione. La ricerca comprende anche i posti tappa.

Le due Alte Vie

Gli itinerari dell'**Alta Via n° 1** e dell'**Alta Via n° 2** attraversano tutta la Valle d'Aosta ai piedi dei 4 Giganti delle Alpi.

Alta Via n° 1

L'alta via dei giganti si sviluppa ai piedi dei massicci più elevati d'Europa: il Monte Rosa, il Cervino e il Monte Bianco.

Alta Via n° 2

Buona parte del suo percorso si snoda nei territori del Parco Nazionale del Gran Paradiso e del Parco Regionale del Mont Avic.



Granparadisovacanze

B&B LE VIEUX NOYER- MAISON DU VAN