

## Sentiero della Forcella Lareséit

Partenza.....	Parccheggio greto Tagliamento
Arrivo.....	Rifugio Pussa
Come arrivare.....	A23 fino a Carnia; S.S. 52 del Passo della Mauria
Periodo consigliato.....	da giugno ad ottobre
Punti di appoggio.....	Rif. Pussa (042787050)
Punti di rifornimento acqua.....	Vico (fontana), Covardins, Rio Grande, . T.Poschiadea, Rio Libertàn, Rio Biuba, F.te Pussa
Tempo di percorrenza.....	6.5 ore
Distanza da percorrere.....	11,2 km
Difficoltà.....	media
Quota minima.....	m 691 slm (Fiume Tagliamento)
Quota massima.....	m 1750 slm (Forcella Lareséit)
Dislivello (quota massima - quota minima).....	1059 metri
Dislivello effettivo in salita.....	1059 metri circa
Dislivello effettivo in discesa.....	868 metri circa
Segnaletica.....	tabelle Parco in legno, segnavie CAI bianco – rosso 364
Vegetazione.....	faggetta, mugheta
Fauna.....	Cervo, Camoscio, Gallo Cedrone Aquila

## Parco delle Dolomiti Friulane

Il Parco Naturale delle Dolomiti Friulane, a cavallo fra le province di Udine e Pordenone, viene ufficialmente istituito con la Legge Regionale n.42 del 1996, dopo vent'anni di studi, progetti e battaglie politico - amministrative. L'obbiettivo del Parco è tutelare e conservare il patrimonio naturale, promuovere la ricerca scientifica, la didattica ed il turismo ambientale con l'obbiettivo principale di promuovere lo sviluppo economico e culturale delle popolazioni residenti in un'area estremamente interessante dal punto di vista naturalistico e alpinistico.

Il Parco Naturale delle Dolomiti Friulane ha una estensione di 36.950 ettari (365.50 Km<sup>2</sup>); è geograficamente inserito fra l'Alta Valle del Tagliamento a nord, la Valle del Piave a ovest, la Valle del Cellina a sud e le dorsali dello spartiacque del Meduna a est. Comprende territori della Valcellina, con i comuni di Andreis, Cimolais e Claut, della Val Vajont con Erto e Casso, dell'Alta valle del Tagliamento, con i comuni di Forni di Sopra e Forni di Sotto, della Val tramontina con il comune di Tramonti di Sopra e della Val Còlvera con il comune di Frisanco.

Il paesaggio dominante passa da quello tipico delle Prealpi Orientali a quello propriamente Dolomitico conferendo al territorio del Parco una fisionomia decisamente particolare.

L'assenza di agevoli strade e di strutture ricettive nel territorio del Parco hanno reso minimo l'impatto causato dalla pressione antropica e garantito la sua naturale conservazione grazie all'opera delle popolazioni locali. L'asprezza e la severità dell'ambiente unita alla difficoltà dei percorsi, ha finora scoraggiato il turismo di massa e favorito gli alpinisti e gli escursionisti appassionati della natura.

Le attrezzature del Parco comprendono Centri Visite ed Uffici Informazioni dislocati nei centri abitati principali che ospitano mostre tematiche e archivi multimediali, percorsi didattici adatti soprattutto a scolaresche. Nel territorio del Parco sono state attrezzate Aree di Sosta, Parcheggi segnalati, Rifugi, Casere e Bivacchi garantendo un numero sufficiente di punti d'appoggio per l'estesa rete di sentieri.

Il sentiero di Forcella Lareséit ha come centri di riferimento il paese di Forni di Sotto, dove ha anche sede un Centro visite, e di Claut.

## Clima

Il clima che caratterizza l'area del Parco è di tipo centro-europeo, cioè mite, umido, con piovosità di tipo sublitoraneo. I rilievi montuosi, alternati alle profonde incisioni delle valli, determinano localmente scostamenti anche notevoli rispetto al clima generale dell'area prealpina, sia in senso altimetrico che longitudinale.

I dati pluviometrici consentono di affermare che il regime delle piogge è una transizione fra il sublitoraneo, caratterizzato da due massimi di piovosità, uno principale in primavera (maggio) e uno secondario in autunno (novembre) e quello d'altitudine, caratterizzato da un massimo principale in autunno ed uno secondario in primavera.

Le precipitazioni sono sempre abbastanza abbondanti, con valori medi che vanno dai 1600 mm annui del versante occidentale ai 2300-2600 mm delle zone più orientali.

Dall'analisi della serie storica delle temperature risulta che la Valcellina è di poco più calda della Valle del Tagliamento, con una temperatura media annua di circa 11° C contro i 10° C dell'area di Forni. La variazione giornaliera della temperatura è sempre piuttosto pronunciata a causa della complessa orografia, dell'esposizione dei versanti, della quota sul livello del mare e del tipo di formazioni boschive presenti.

Nelle valli più strette esiste un microclima particolare sui versanti con diversa esposizione e non di rado si assiste ad una stratificazione inversa della temperatura, dovuto alla permanenza dell'aria fredda nel fondovalle: la conseguenza è un aumento della temperatura salendo in quota ( in genere la temperatura diminuisce di circa 1° C ogni 100 m di quota) visibile soprattutto dalla diversa successione delle fasce di vegetazione lungo i versanti.

## **Geologia e geomorfologia**

Il parco delle Dolomiti Friulane è inserito in un territorio di grande interesse geologico, forse il più complesso di tutta la regione Friuli Venezia Giulia. L'azione degli agenti atmosferici sui massicci calcarei ha determinato la formazione di rilievi dalle forme molto varie e spesso spettacolari, alle quali la luce delle diverse ore del giorno conferisce un fascino del tutto particolare. Nelle Prealpi Carniche, subito a Sud del Passo della Mauria, ci sono cime di tutto rispetto come il M. Cridola (2580 m), la cima Monfalcon di Montanaia (2548 m) e il M. Duranno (2668 m), di aspetto decisamente dolomitico; più a Sud i Monti dell'Alpago (Col Nudo 2472 m, M. Cavallo 2250m) si abbassano gradatamente sino al boscoso altopiano del Consiglio.

### **L'origine delle Dolomiti Friulane**

*L'origine delle formazioni rocciose prealpine è piuttosto complessa le catene montuose sono costituite da strati risalenti a periodi geologici diversi.*

*Nel corso dell'era Primaria o Paleozoico si formano per sedimentazione sottomarina le prime masse calcaree, come testimoniano i rinvenimenti fossili (Trilobiti, coralli, cefalopodi, ecc) che emersero poi nell'Era Secondaria o Mesozoico (Cretacico ca. 180milioni di anni fa).*

*Al Mesozoico, periodo in cui il clima era caldo e buona parte del territorio italiano era sommerso dal mare, risale la formazione delle montagne principali delle Alpi Carniche costituite da Dolomia Principale, Dolomia di Forni e calcarei selciferi.*

*I ritrovamenti fossili di questo periodo appartengono prevalentemente al gruppo al gruppo delle Ammoniti ( cefalopodi con la conchiglia spiralata) e piante del gruppo delle conifere.*

*All'Era Terziaria o Cenozoico ( ca. 60 milioni di anni fa), risale l'origine dei calcari di scogliera, della scaglia rossa e del Flysch; il clima era più freddo e notevoli sconvolgimenti tellurici e climatici hanno modificato la struttura originaria delle rocce determinando la formazione di canaloni e guglie.*

*Nell'Era Quaternaria (Neozoico ca. 2 milioni di anni fa), l'era delle grandi glaciazioni, il clima era ancora più freddo ed estesi ghiacciai*

*coprivano le montagne: l'azione distruttiva e modellatrice del ghiaccio ha contribuito alla formazione di depositi morenici, alluvionali e di detriti di falda.*

## **Idrografia**

L'area del Parco è interessata da profonde valli di origine glaciale, come la valle del Tagliamento, la Val Cimoliana, la Val di Giere e la Val Cellina, che hanno un caratteristico profilo a U.

Le valli principali sono fiancheggiate da valli sospese e da grandi conoidi detritico – alluvionali che scendono dalle incisioni laterali. Ci sono poi le valli di origine fluviale, con il caratteristico profilo a V, COME L'ALTA Valle del Cellina e la Val Settimana, che ha però conservato in alcuni tratti i segni dell'antica origine glaciale.

Nell'area del Parco i corsi d'acqua hanno generalmente un regime torrentizio. L'unico fiume è il Tagliamento che ne segna il confine settentrionale e scorre nell'omonima valle glaciale; suoi affluenti scendono dalla Val di Giau, dalla Val di Suola, dalla Val di Ruadia e dalla Val Poschiadea.

Nella parte centrale del Parco scorrono il torrente Cimoliana, il torrente Settimana e il torrente Cellina di Claut, che confluiscono insieme nella conca di Pinedo a formare il Cellina.

Dalla conca di Andreis scendono nel Cellina le acque del torrente Alba.

L'unico corso d'acqua della conca de Erto e Casso è il torrente Vajont che raccoglie le acque provenienti dalla Val Zemola e dalla Val Mesath, riversandosi poi nel Piave.

Sul versante orientale del Parco le acque del torrente Meduna alimentano una serie di bacini artificiali che in cascata consentono la produzione di energia idroelettrica alla centrale di Medino: il lago del Ciul all'apice del Canale di Meduna, il lago di Selva a ovest di Tramonti.

L'ampia Valle del Tagliamento ospita i due centri di Forni di Sopra e Forni di Sotto, sul versante settentrionale del Parco delle Dolomiti Friulane. I centri abitati si sono sviluppati sulla sponda sinistra del fiume e si compongono di diverse frazioni, località minori e borghi periferici.

La valle, modellata dal ghiacciaio *Tilaventum* – termine di origine celtica che significa "acqua che travolge"- ha origine al passo della Mauria (1298 m) dove il Tagliamento ha le sue sorgenti.

Numerosi corsi d'acqua incidono i versanti della valle creando profonde gole sul versante settentrionale e valli ghiaiose su quello meridionale.

La valle del Tagliamento segna una netta separazione fra le formazioni geologiche dei due versanti. Sul versante meridionale della valle, dal lato del Parco, dominano le formazioni dolomitiche con guglie, torri, cime e canaloni di Dolomia Principale del Norico e Reticò che creano con le forme frastagliate un paesaggio molto caratteristico.

Le cime più importanti di questa parte del Parco sono il M. Pramaggiore (2479 m), la catena dei Monfalconi di Forni, separati dal gruppo del M. Cridola (2580m) a livello della Forcella Giau (o F. la Scodovacca).

Sul versante settentrionale della Valle Tagliamento fanno riscontro a torri e guglie dolomitiche rilievi meno aspri e tondeggianti, con una origine geologica più complessa comprendente arenarie, marne, argille, basalti, vulcaniti, calcari e depositi morenici. Ambienti estremamente diversi dunque, che conferiscono alla conca fornese una fisionomia particolare e affascinante.

## Storia

Le difficili vie d'accesso alla Valle Cellina hanno da sempre costituito un ostacolo all'insediamento dell'uomo in quest'area, isolandola rispetto al resto del territorio friulano. Gli stessi centri abitati, distanti pochi chilometri uno dall'altro, nati sui terrazzamenti alluvionali alla confluenza delle valli tributarie sono caratterizzati da peculiarità linguistiche, stili architettonici e tradizionali culturali diversi. L'alta Valle del Tagliamento, più ampia e più accessibile, ha consentito ai due centri di Forni maggiori collegamenti con il resto della Carnia e con l'alto Cadore e quindi una diversa evoluzione storica e culturale rispetto alle valli del versante meridionale del Parco.

## Valle del Tagliamento

Le antiche leggende e gli antichi miti narrano che una tribù celtica, i Carni, attorno al 400 a.C. raggiunse la Valle del Tagliamento dal comodo passo della Mauria e si fermò in queste valli dando il nome alla Corinzia e alla Carnia.

I Romani si sovrapposero alle antiche popolazioni nordiche qui come nel resto del Friuli.

Le invasioni e le scorribande dei barbari della steppa sconvolsero più volte la pianura, ma raramente arrivarono sino alle valli alpine. Soltanto i Longobardi, giunti in Friuli nel 568 dal Passo del Predil sotto la guida di re Albonino, si spinsero dal castello di Ibligine (l'odierna Invillino) verso l'alta Valle del Tagliamento portando le loro tradizioni e le loro usanze, delle quali rimangono tuttora testimonianze, come la numerazione per dozzine che oggi ancora regola la spalatura della neve nei paesi dividendo le vie ogni dodici famiglie, *las dosenas*.

Testimonianza certa della presenza di un nucleo abitato nell'area fornese è del 778 d.c., in un documento dove la Villa di Forno viene donata all'abbazia di Sesto al Reghena da Masselione duca del Friuli, completa di terre, pascoli e frutteti.

La proprietà dei territori rimase a famiglie fedeli al Patriarca di Aquileia fino alla fine del 1200 quando Leonardo da Socchieve li vendette a Gualtiero da Nonta, il quale nel 1326 li cedette al conte Ettore Sarvognanche ne rimase in possesso fino al 1797 in seguito alla caduta della Repubblica Venezia ad opera di Napoleone.

L'origine del nome *Forno* non è nota, ma permanente tuttora nella parlata locale al posto dell'italiano Forni (*Fòr di sòt e Fòr di sora*) che deriva dalla denominazione comune di *Forni Savorgnani* dopo che divennero proprietà dei conti Sarvognan.

Per cinque secoli il territorio fornese rimase virtualmente separato dal resto della Carnia, conservando in questa zona una parlata sensibilmente diversa dal carnico, derivata dal ladino-friulano, con numerose influenze dei vicini dialetti veneto-cadorini e radici celtiche (*truoi* = sentiero), germaniche (*trop* = gregge) e slave (*britola* = temperino) di alcuni termini.

Dal Congresso di Vienna in poi le vicende storiche dell'area fornese sono quelle del resto del Friuli, dall'Impero Austro-Ungarico, ai moti rivoluzionari del 1848 con episodi di guerra e scontri al Passo della Morte, ricordati da una lapide.

Nel 1866 ci fu l'annessione al Regno d'Italia e la partecipazione agli eventi bellici del '900.

## Forni di Sotto (777 m s.l.m., 726 abitanti)

È il più vasto comune della Carnia, collocato a cavallo del Tagliamento e della strada per il Passo della Mauria. Il suo territorio si espande tra il M. Corno (1223 m.), il M. Pramaggiore (2479 m.), il torrente Lumiei di Sauris di Sopra e la Vetta Fortezze (*Vete Forneze* 2110 m.).

Forni di Sotto, strettamente legato per le vicende storiche a Forni di Sopra, vantava un patrimonio architettonico ricchissimo che è stato completamente distrutto da un incendio nel 1944, appiccato dai soldati tedeschi per rappresaglia.

Interamente ricostruito, ha mantenuto intatte soltanto le fontane in pietra piacentina di Torreano di Cividale delle tre borgate, tutte risalenti alla prima metà dell'800 e uniche testimonianze del tempo.

A seguito dell'incendio sono rimasti pochissimi esempi dell'architettura locale e delle tipiche case dell'alta Valle del Tagliamento, con la base in pietra e logge sovrapposte in legno con ballatoi e scale esterne; anche la copertura del tetto era in legno e ciò ha da sempre costituito un grosso problema nella prevenzione degli incendi.

L'edificio più antico di Forni di Sotto, citato nel catasto napoleonico del 1815 e sopravvissuto all'incendio del '44, si trova a Vico ed è dei primi anni del 1800: è costituito dall'abitazione e dagli annessi stalla e fienile.

Dopo che dalla chiesa parrocchiale sono state rimosse, nei secoli scorsi, opere preziosissime e dopo che il 26 maggio 1944 il paese è stato messo a ferro e fuoco, non molto di artistico rimane nel paese di Forni di Sotto e se non alcuni affreschi votivi in case private. Fuori paese, appena al lato della strada verso il Passo della Morte, si trova la chiesa votiva di S. Lorenzo, con un piccolo porticato sostenuto da colonne, in gran parte affrescata da Gianfrancesco da Tolmezzo. Curiosa la scritta che si legge nella parete di destra del coro e che attesta la preoccupazione del pittore per la buona manutenzione della chiesa e si raccomanda che il tetto venga costantemente controllato. Anche a Forni di Sotto si sta affermando il turismo sia estivo che invernale, con numerosi itinerari escursionistici e una pista per sci da fondo che porta fino a Forni di Sopra in via di realizzazione. A Forni di Sotto, da decenni, è in attività un coro misto denominato Contrade Nove, apprezzato per le sue esibizioni per far conoscere il patrimonio di villotte locali. Forni di Sotto indice, annualmente, il Premio Letterario "Carnia" di interesse nazionale e dedicato alla montagna.

## Da Forni di Sotto a Covardins

---

Il sentiero che da Forni di Sotto porta, attraverso la forcella Laresait, al Rifugio Pussa è compreso nell'area principale di collegamento fra l'alta Valle del Tagliamento in provincia Udine e l'alta Valcellina in provincia di Pordenone.

Il percorso inizia dal greto del fiume Tagliamento che deve essere guadato a piedi passando sulla briglia in cemento nei periodi di secca o, se ci fosse troppa acqua, su una passerella di tronchi subito a sinistra della briglia.

Al di là del fiume inizia una pista forestale che risale sul lato orografico sinistro della Val Poschiadea (*Val Poschiadea*).

Fra i bianchi ciottoli del greto del fiume e sulle sponde una serie di cespugli di Salice ripaiolo (*Salix eleagnos*) e Salice Rosso (*Salix purpurea*) con qualche Ontano (*Alnus glutinosa*) resistono tenacemente alla furia delle piene e alle assolate giornate estive.

Sono specie arbustive molto plastiche e flessibili che assecondano l'impeto dell'acqua senza danneggiarsi, con una notevole capacità di attecchimento in suoli molto primitivi.

Il primo tratto di strada dopo il greto del fiume conduce ad alcuni fienili in località *Vie di là*, passando in mezzo a prati da sfalcio.

All'altezza delle costruzioni dei fienili il tracciato della pista forestale piega bruscamente a destra in direzione sud ovest iniziando la risalita dalla Val Poschiadea sul fondo della quale scorre l'omonimo torrente in un ampio letto ghiaioso.

Tutto il tracciato della strada forestale si snoda in un paesaggio dolomitico, fiancheggiato sulla destra da affioramenti rocciosi stratificati costituiti da dolomie e calcari dolomitici bituminosi chiamati Dolomia di Forni.

### **La Dolomia di Forni**

*La Dolomia Principale e la Dolomia di Forni sono formazioni di origine marina e costituiscono il substrato dominante dell'area del Parco, caratterizzate da frequenti fossili nella parte più profonda (Megalodon soprattutto in Val Settimana). La Dolomia di Forni o Dolomia bituminosa è una variazione laterale della Dolomia Principale dello spessore di una trentina di metri di colore grigio più o meno scuro, formatasi in seguito alla sedimentazione di fanghi micritici ricchi di sostanze organiche. Questa formazione affiora nell'alta Val Settimana e soprattutto sul versante fornese del Parco con evidenti contrasti con la Dolomia Principale più chiara.*

Il primo tratto del percorso attraversa un rado bosco di Pino silvestre (*Pinus sylvestris*) cui si associa una fitta boscaglia termofila, costituita prevalentemente da Carpino nero (*Ostrya carpinifolia*), Salice rosso, Ornello (*Fraxinus ornus*) e Nocciolo (*Corylus avellana*).

A circa un chilometro dall'inizio del percorso, a quota 850 m compaiono i primi esemplari di Faggio (*Fagus sylvatica*) e si infittisce il Nocciolo: la valle, salendo in quota, si restringe e il clima più fresco e umido consente l'instaurarsi di un bosco via via più maturo nel quale tuttavia rimane la componente termofila con il Carpino nero.

A sottolineare la fase di transizione fra l'aspetto caldo e quello fresco della vegetazione c'è la complessità del sottobosco, che presenta elementi termofili come l'Erica (*Erica herbacea*) ed elementi mesofili come le felci.

In breve si arriva ad un bivio senza indicazioni: tenendo la sinistra si scende al greto del torrente Poschiadea nei pressi di una centralina idroelettrica; tenendo la destra i segnavie CAI sulla strada forestale fanno proseguire in leggera salita.

In questo tratto il percorso è abbastanza aperto e si vedono, osservando il versante opposto della valle, numerose cascate che scendono dal versante della Punta di Mezzodi (*Pic di Miesedi*): proprio in corrispondenza del bivio appare fra la folta vegetazione la cascata del Rio della Sfessa (*Riù da la Sfese*).

Salendo, la strada è sempre fiancheggiata lato monte da un muraglione in pietra sul quale fra i sassi spuntano numerosi ciuffi di Ruta di muro (*Asplenium ruta muraria*) ed Erba rugginina (*Asplenium trichomanes*). La sommità del muro è coperta da tappetini di muschi, bassi cespugli di Erica e Camedrio alpino (*Dryas octopetala*): i lastroni scoperti nei tratti più umidi sono colonizzati da licheni endolitici e da alghe azzurre.

Lungo il percorso si attraversano alcuni piccoli rii nei quali confluiscono le acque di ruscellamento che scendono dal versante.

Spesso al piede di queste cascatelle si formano delle pozze dove si possono trovare larve di vari insetti e il Tritone alpino (*Triturus alpestris*), piccolo anfibio provvisto di coda con il dorso nero o grigio scuro e il ventre tipicamente arancione che vive quasi sempre nelle fredde acque delle sorgenti e delle pozze di montagna.

A 2.5 km dal parcheggio si arriva al primo di due tornanti: dal vertice del primo che sporge sul letto del torrente Poschiadea si vede la cascata del rio di Peschis (*Pesces*) che scende dal versante opposto della valle. Proseguendo lungo la strada forestale dopo poche decine di metri si arriva al secondo tornante: l'ambiente più fresco di questo tratto ospita una faggeta mista abbastanza aperta e luminosa, con Nocciolo Acero di monte (*Acer pseudoplatanus*), Faggio e alcune piante della rara orchidea chiamata Pianella della Madonna (*Cypripedium calceolus*); nelle parti più ombrose e umide del bosco numerosi sono gli esemplari dell'orchidea saprofito Nido d'uccello (*Neottia nidus avis*) e di Renella (*Asarum europaeum*).

Nei tratti più aperti ed esposti a meridione ricompaiono specie più eliofile come l'Erica, la Ginestra stellata (*Genista holopetala*), il Carpino nero e alcuni esemplari di Abete rosso (*Picea excelsa*).

### **Le Orchidee**

*Le Orchidacee, famiglia che comprende circa 500 generi e 20.000 specie, rappresentano una delle più ricche famiglie vegetali; in Italia se ne possono trovare più di un centinaio fra specie e sottospecie. Si tratta di piante erbacee perenni estremamente polimorfe per il diverso adattamento alle condizioni ambientali. Ci sono forme epifite, cioè che crescono sugli alberi, tipiche delle foreste tropicali e caratterizzate da radici aeree molto sviluppate e foglie spesse e coriacee capaci di raccogliere e trattenere l'acqua piovana; forme lianose provviste di un fusto aereo che quando tocca terra può sviluppare un completo apparato radicale; alle forme terrestri, più diffuse nelle zone temperate, caratterizzate da un rizoma spesso ramificato in due bulbo-tuberi di diverse dimensioni e che alternativamente con ritmi di circa sei mesi ciascuno svolgono la loro funzione radicale (il bulbo-tubero più piccolo è nella fase di accumulo, mentre quello più grande è attivo). Lo sviluppo delle orchidee a partire dal seme, piccolissimo e privo di sostanze di riserva, è possibile soltanto se alcuni funghi specifici infettano i piccoli germogli sviluppando una micorrizza endotrofica. Al termine di questa fase iniziale molto delicata, le orchidee provviste di clorofilla possono condurre vita autonoma, mentre quelle prive o quasi di clorofilla, continuano a dipendere dai loro funghi micorrizici diventandone in un certo senso parassiti.*

Le orchidee sono caratterizzate tutte da impollinazione zoofila, generalmente entomofila, e per garantire pieno successo a questa delicata operazione hanno sviluppato diversi curiosi meccanismi che vanno dalla particolare forma e colorazione del fiore alla presenza di trappole a scivolo che "convincano" gli insetti impollinatori ad avvicinarsi alle sacche del polline che gli rimangono letteralmente appiccicate sul capo. Il genere *Neottia* deve il suo nome alla parola greca *neottia* che significa nido, a causa della particolare disposizione delle radici. L'unica specie italiana appartenente a questo genere è *Neottia nidus avis*, pianta priva di clorofilla, di colore bruno giallastro, con le radici disposte radicalmente rispetto al fusto principale. Il genere *Orchis* deve il suo nome al termine greco *orchis* che significa testicolo, a causa della caratteristica forma delle radici. Dai tuberi essiccati si ricava il salep, nome di origine araba dato alla farina ricavata dai tuberi seccati di alcune orchidee terrestri appartenenti al genere *Orchis*. L'estratto è costituito da una bassorina, amido, piccole quantità di zucchero e ossalato di calcio e veniva usato come emolliente, addensante nella preparazione dei colori e in farmacia nella confezione delle pastiglie. Il genere *Cypripedium* deve l'origine del suo nome al termine greco *kupris* che significa Venere e pedilone calzatura. Nella nostra flora l'unica specie presente è *Cypripedium calceolus*, pianta perenne alta circa 50 cm, con 3-4 grandi foglie ovali e con evidenti nervature longitudinali, con una lieve peluria sul margine. I fiori sono grandi e vistosi, generalmente da 1 a 3 per ogni stelo, con i tepali lanceolati di colore bruno purpureo e con un tipico labello di 3-4 cm, arrotondato, di colore giallo limone e con il margine raccolto in modo da formare una specie di scarpetta, da cui deriva il nome comune di Pianella della Madonna. Tipica dei boschi di Faggio, ricchi di humus, cresce dai 500 ai 1500 m s.l.m., fiorisce nella tarda primavera, inizio estate.

Dopo circa un'ora e mezza di cammino si arriva in località Covardins, dove ci sono due vecchie costruzioni in un ampio prato in pendenza sulla destra del sentiero. In questa zona l'abbandono dei pascoli ha determinato un rapido incespugliamento dei prati con piante di Nocciolo e Acero di monte. Lungo il margine della strada forestale, quando resta di un passato recente di sfruttamento dei prati e dei pascoli, ci sono alcuni cespugli di Lampona (*Rubus idaeus*), l'orchidea Elleborina bianca (*Cephalanthera longifolia*), il Sigillo di Salomone (*Polygonatum multiflorum*), l'Aquilegia scura (*Aquilegia atra*), i ranuncoli e numerose piante erbacee tipiche dei pascoli.

### **Fienili e fienagione**

L'allevamento del bestiame e il lavoro del bosco costituirono per secoli la principale occupazione delle genti di montagna. Oggi queste attività si sono molto ridotte, ma seguono ancora i ritmi di un tempo. Il taglio del fieno, o fienagione, avviene ancora in tre fasi: il taglio colturale, detto culture, a giugno, l'altigoi tra il 20 agosto e il 10 settembre, e se l'annata è buona ancora il muiart in ottobre nei prati concimati. La novità principale nella fienagione è stata l'introduzione della falce meccanica, seguita poi dalla raccolta meccanizzata. Un tempo tutte le operazioni erano eseguite a mano, compreso il trasporto a valle che avveniva in fasci di 70 chili che venivano portati a spalla e solo nel tratto finale erano trasportati con la slitta.

\* Nel tratto Forni di Sotto – Covardis sono stati percorsi ca. 3,6 km in 1h 15 min salendo in quota di 174 m.

### **Da Covardins alla Stue**

---

La strada forestale qui è sbarrata, ma al di là della sbarra continua ancora in mezzo ad una faggeta governata a ceduo con giovani tronchi che emergono dalle ceppaie. Dopo un centinaio di metri si arriva al bivio dove le tabelle del Parco indicano verso sinistra la direzione per la F.la Laresèit sent. 364. da qui in poi il percorso abbandona la pista forestale e prosegue su uno stretto e comodo sentiero. In pochi minuti si arriva al Rio Grande (*Riù Grant*), torrente impetuoso che scende dal versante sinistro della Val Poschiadea e che si attraversa su una passerella in legno proseguendo sempre nella faggeta. Il sentiero si dirige ora verso il torrente Poschiadea dove, in località Stue, una briglia in pietre cementate costruita negli anni venti e risistemata nel 1998 consente il guado. Verso monte si vede l'ampio greto sconvolto del torrente con macigni e tronchi portati a valle durante lo scioglimento della neve e, sul versante orografico sinistro, i segni di una frana relativamente recente che ha distrutto l'antico tracciato del sentiero che passava a mezza costa. Per guardare si consiglia, se il torrente non è in secca, di risalire di pochi metri il corso d'acqua e passare sull'altra sponda utilizzando dei grossi sassi. Dove la dimensione dei sassi del greto si riduce quasi a sabbia fine si possono trovare le impronte di ugnolati che scendono al torrente.

### **Capriolo (*Capreolus capreolus*)**

Il Capriolo è un Ungulato ruminante che frequenta i margini della foresta, non i boschi d'alto fusto e in particolare le peccate, preferendo ad essi ambienti a vegetazione densa come le faggete. È un selezionatore di nutrienti, cioè si deve nutrire poco e spesso a causa della limitata capacità dello stomaco. I fattori ecologici che ne limitano l'espansione sono l'elevato grado di innevamento, i rigori invernali, i predatori quali il Lupo e Lince, la Volpe (che può predare i piccoli), la presenza del Cervo con cui entra in competizione.

Il Capriolo è un animale fortemente territoriale e esprime mediante la produzione di fregoni e raspate, correlati a segnali olfattivi. Quasi scomparso nel Pordenonese durante gli anni '20 la popolazione si è ripresa a partire dagli anni '50, irradiandosi dalla Foresta del Consiglio.

Il Capriolo pesa mediamente 25 kg e vive una decina d'anni; ha il manto rossastro nei mesi estivi e grigio in inverno. I sessi si distinguono facilmente per la presenza nei soli maschi adulti del trofeo, che cade e ricresce ogni anno.

Dalla briglia, senza sporgersi troppo, si possono ammirare la cascate e le forme di erosione chiamate “marmitte dei giganti” formate dall’impeto del salto d’acqua. Con il termine *marmitta* si intende una depressione di forma circolare, generata dall’azione erosiva prodotta entro una buca da granelli di sabbia e da ciottoli che ruotano vorticosamente sotto la spinta dell’acqua. Si tratta di una tipica forma di carsismo epigeo, cioè di erosione e dissoluzione superficiale cui la roccia calcarea è soggetta. In questo scivolo naturale l’azione dell’acqua ha reso evidenti le stratificazioni della Dolomia di Forni.

\* Nel tratto Cavardins – Stue sono stati percorsi ca. 750 m in 10 min. salendo in quota di 90 m.

### **Dalla Stue ala Forcella Lareséit**

Il sentiero prosegue lungo la riva destra del torrente, addentrandosi in una faggeta pura, con maestosi esemplari di Faggio fra i quali affiorano grossi massi calcarei completamente coperti da muschi, per lo più

Il sottobosco arbustivo è pressoché assente, come accade spesso nelle faggete più tipiche, e si incontrano soltanto poche piante di Ranella, Anemone (*Anemone numerosa*), Felce maschio (*Dryopteris filix-mas*), Acetosella (*Oxalis acetosella*) e Rosa pendulina, mentre nelle radure con un po’ di sole compaiono l’Erica e la Valeriana tripteris. Il cammino nel bosco è agevole, senza ostacoli e in leggera salita su un morbido tappeto di foglie. Ci sono pochi segnava sui tronchi degli alberi o su massi; oppure qualche torre di sassi, ma non c’è la possibilità di sbagliare strada.

A quota 1026 m si arriva alla confluenza del Rio Chiarescon (*Riut Ciarescòns*) con il *Riut da las Masons* che scende dalla Valle dell’Orso (Cianà da l’Ors). Il guado è presso un grosso macigno completamente coperto da patine algali gialle e arancioni (Trenthepolia) e da licheni endolitici bianchi, grigi, neri, aranciati (*Protoblastenia* sp., *rinomina* sp.) e qualche epilittico (*Collema* sp.).

### **Licheni endolitici**

*I licheni endolitici sono particolari forme di licheni crostosi che crescono nella pietra calcarea, rimanendo visibili solamente nella loro parte superficiale. Tutto il corpo del lichene, chiamato tallo, si sviluppa nella matrice litica inserendo le ife fra i cristalli e sciogliendone letteralmente una parte di questi particolari organismi ha colorazioni poco appariscenti, dal bianco al grigio scuro, salvo rare eccezioni vistosamente colorate in rosa o azzurro o giallo. Per individuare la loro presenza, oltre che avere un occhio esercitato, basta cercare sulla superficie delle pietre dei dischetti neri o colorati (arancio, rosso mattone, bruno, azzurro), di un millimetro circa di diametro, alcuni dei quali producono delle microscopiche forature nella roccia che viste con la lente d’ingrandimento possono sembrare dei piccoli crateri. I licheni endolitici sono molto più diffusi di quanto si possa immaginare, soprattutto nei luoghi umidi sui massi isolati nelle radure o ai margini del bosco, sulle rocce all’imbocco di cavità naturali o sui muretti a secco. Alcune specie più eliofile, cioè che tollerano l’esposizione ad intensità luminose maggiori, si trovano anche sui sassi dei ghiaioni esposti al sole, creando curiose macchie colorate che spiccano fra il bianco accecante dei sassi.*

Il guado, in seguito agli sconvolgimenti provocati dalle piene e da piccole frane, è stato spostato rispetto al tracciato segnato sulle carte: si trova circa 50 metri a valle della confluenza fra il torrente Chiarescon e il torrente che scende dalla valle dell’Orso, anziché a monte della confluenza. Da questo punto, nei pressi del grosso macigno, i segnava bianchi e rossi sono ben visibili sia sui sassi del guado sia sull’altro versante della valle. Il nuovo tracciato (opere miste di consolidamento) si ricollega al vecchio un po’ più a monte rimanendo sul versante orografico sinistro della Valle dell’Orso.

Il sentiero prosegue ora in salita seguendo la riva sinistra del *Riut da las Masons* fino a quota 1200 m circa dove un altro guado porta sulla riva opposta. Il sentiero attraversa una faggeta mista che salendo in quota si arricchisce di elementi più eliofili e pionieri come il Pino silvestre e il Larice (*Larix decidua*), a causa anche del terreno che qui è più sassoso e dello strato di humus meno profondo. Nel sottobosco compaiono il Rododendro (*Rhododendron ferrugineum*) e il Citisio villosa (*Cytisus hirsutus*), e nei tratti più aperti il Mirtillo rosso (*Vaccinium vitis-idaea*) e la Ginestra stellata (*Genista holopetala*).

Dopo il guado il sentiero inizia la risalita della Valle dell’Orso, toponimo che deriva da un’antica leggenda che voleva l’orso presente in questa zona. In realtà negli ultimi anni l’orso non è più una leggenda e sembra che qualche esemplare sia tornato a frequentare anche queste montagne.

### **Orso (*Ursus arctos*)**

*L’Orso bruno, in serio pericolo di estinzione, predilige i boschi di latifoglie: appartiene all’ordine dei carnivori, sebbene la sua dieta sia onnivora, comprendendo vegetali, frutta, miele, insetti, carogne, interira, ma anche prede vive. L’Orso, il cui peso è di ca 100-150 kg, conduce vita prevalentemente notturna. Il colore della sua pelliccia varia dal biondo, al grigio al bruno chiaro o quasi nero. Da novembre fino ad aprile si rintana in una cavità naturale che viene imbottita di muschi ed erba, situata a 1000-1800 m d’altitudine. Nella bella stagione invece utilizza un giaciglio, un avvallamento scavato in un luogo riparato, utilizzato per pochi giorni e periodicamente riutilizzato. I piccoli, spesso in coppia, vengono alla luce a gennaio- febbraio, e rimangono con la madre per ben due anni.*

*Nel Parco l’Orso è estinto dal 1915, ma negli ultimi anni si sono trovate tracce della sua presenza, consistenti nel ritrovamento di prede che tende a scuoiare prima di cibarsene. Numerosi studi hanno dimostrato che il territorio del Parco sembra essere particolarmente adatto all’insediamento di una popolazione stabile. In futuro tale popolazione, riunendosi con il piccolo gruppo di orsi del Trentino, potrebbe diventare anche vitale, cioè con un numero di nascite in equilibrio con il numero di individui morti, raggiungendo anche la cinquantina di esemplari.*

Il bosco ceduo di faggi salendo in quota gradualmente si dirada, lasciando spazio ai cespugli di Rododendro e a folti e morbidi tappeti di Licopodio (*Lycopodium annotinum*).

Sopra i 1500 m il Faggio stenta a crescere e viene sostituito dalla muggheta che si apre poi in un ampio catino erboso detto *Ciadin di Podinuz* sotto la Cima di Podinuz, da cui scende il *Riùt di Podinuz* che confluisce nel *Riùt da l'Ors*, dove sveltano grandi esemplari di Larice. Questo tratto di percorso che risale la Valle dell'Orso è piuttosto ripido fino a quota 1675 m dove svolta nettamente a destra in direzione nord ovest verso la Forcella Lareséit a quota 1755 m.

Usciti dalla faggeta, quando le chiome degli alberi non nascondono più il cielo, si apre il panorama verso sud sulla Cima Podinuz (1818 m) e sul gruppo del M. Chiarescon (2168 m), più arretrato.

Nell'ultimo tratto il sentiero attraversa la parte più umida e fresca della conca dove il Pino mugo (*Pinus mugo*) lascia il posto a salici e ontani in una formazione vegetale tipica delle vallette alpine umide e fredde. L'ambiente è idoneo ad ospitare qualche esemplare dell'ormai raro Gallo cedrone (*Treato urogallus*) la cui estinzione sembra essere molto probabile nei prossimi dieci anni a causa delle trasformazioni ambientali apportate dal diverso regime gestionale del bosco e al bracconaggio.

Arrivati alla Forcella Lareséit, toponimo botanico dovuto alla presenza di numerosi piccoli esemplari di Larice, è d'obbligo una sosta ad ammirare verso est il bacino del Tagliamento con l'evidente profilo a U tipico delle valli di origine glaciale e l'abitato di Forni di Sotto, e verso ovest il gruppo del M. Pramaggiore (*Pramaòr*) e del M. Cornagét con la Val Settimana (*Stemana*) ai loro piedi. La vegetazione sulla forcella è costituita da larici, mughi, Ontano verde, salici, mirtilli, Anemone di bosco, Botton d'oro (*Trollius europaeus*), Anemone alpina, Fior di stecco (*Daphne mezereum*), Erica, Erba unta bianca (*Pinguicola alpina*) e *Soldanella alpina*.

### **Le piante carnivore**

*Le pingicole sono, come le drosere e le utricularie, piante insettivore che si nutrono delle sostanze proteiche che riescono ad estrarre da piccoli insetti. Le foglie delle Pinguicole hanno sulla superficie, e in particolare vicino al margine, numerosissime e minuscole ghiandolette (fino a 25.000 per cm<sup>2</sup>) estremamente specializzate: alcune di esse producono una sostanza vischiosa e appiccicosa, altre ad una sostanza simile ai nostri succhi gastrici capace di denaturare le proteine animali. Le foglie risultano tanto luccicanti che attirano i piccoli insetti i quali, una volta posatisi, rimangono appiccicati. La foglia, stimolata dal contatto con l'animale, si richiude su di esso formando un tubetto all'interno del quale le ghiandole "digestive" secernono il loro prodotto. Nel giro di un paio di giorni tutte le parti digeribili della preda sono state assorbite e la foglia si distende nuovamente, pronta ad una nuova cattura.*

Dalla forcella si può ritornare a Forni di Sotto lungo lo stesso sent. 364, oppure proseguire verso la Cima dei Camosci (*Las Ciamozas* o *Le Ciamothe*) e il Col Masons sul sent. 373a, piuttosto ripido e a tratti in canaloni rocciosi (1 ora) e 373 verso la C.ra Masons ristrutturata nell'estate 1998 (1 ora e mezza) e rientrare al parcheggio nei pressi del Tagliamento in località *Vie di là* (1 ora). Se le energie lo consentono, vale la pena arrivare alla Cima dei Camosci dalla quale nelle belle giornate si ha una splendida visuale sulle Dolomiti di Sesto e sulle Tre Cime di Lavaredo. La cima è anche un ottimo punto di osservazione da dove, se si è fortunati, si può assistere al volteggio dell'Aquila reale mentre scruta i pascoli sommitali alla ricerca di una preda.

\* Nel tratto Stue – F.la Lareséit sono stati percorsi ca. 3 km in 2h e 15 min salendo in quota di 850 m.

### **Dalla F.la Lareséit alla Fonte Pussa**

Il sent. 364 per il Rifugio Pussa e la Val Settimana scende dalla Forcella Lareséit sulla sinistra, fra i salici e gli abeti, i mughi, l'Erica, i rododendri e le ginestre. Il primo tratto è piuttosto stretto, ma agevole e in lieve pendenza, con un ampio panorama sul gruppo del Chiarescon a sinistra. Subito dopo inizia un tratto di discesa molto ripida che si addentra dapprima in un bosco misto di abeti, larici e faggi, e poi nella faggeta vera e propria. Il sottobosco, come in tutte le faggete pure, è molto pulito e all'ombra delle fitte chiome fioriscono soltanto i bianchi anemoni. La gialla *Viola biflora*, l'Uva di volpe (*Paris quadrifolia*), l'Acetosella, il Non ti scordar di me (*Myosotis scorpioides*), il Botton d'oro *l'Orchis maculata*. A terra sul sentiero ci si imbatte spesso in grossi frammenti di licheni grigi e verdolini (*Pseudevenia furfuracea*, *Ramalina sp*, *Usnea sp*) che si staccano dai tronchi e dai rami degli alberi.

### **I Licheni**

*I Licheni sono particolari organismi nati dalla simbiosi di un fungo e di un'alga che, collaborando nello svolgimento delle funzioni metaboliche, riescono a sopravvivere in ambienti da soli non riuscirebbero a crescere. Esistono tre diverse forme di crescita: i licheni che si sviluppano sulle cortecce degli alberi o sui sassi, i licheni fogliosi che possono crescere su qualsiasi superficie, e i licheni fruticosi che pendono dai rami e dai tronchi degli alberi o crescono sulle ceppaie più vecchie. I più appariscenti e i più frequenti nei boschi montani sono proprio i fruticosi, noti anche come barbe di bosco. Alcune specie sono commestibili e rappresentano soprattutto durante l'inverno un'utile integrazione nella dieta di molti ungulati.*

Dopo i 1500 m di quota la discesa non è più tanto ripida e ci si inoltra in un tipico *Abieti-fagetum*, bosco misto di Abete bianco (*Abies alba*) e Faggio. Nei tratti più aperti ed esposti, come nei pressi dei ruderi della *C.ra Libertàn*, queste specie arboree decisamente sciafile vengono localmente sostituite dai larici, da qualche Mugo e da cespugli di Ginestra e d'Erica. In questo bosco misto nidifica il Francolino di monte (*Bonasa bonasa*), il più piccolo rappresentante della famiglia dei Tetraonidi. Il sentiero scende con numerosi tornanti lungo la valle Libertan attraverso l'omonimo torrente ed altri rii minori. I guadi sono tutti agevoli: questi sono gli unici tratti del percorso dove la roccia rimane scoperta dalla vegetazione e si evidenziano le striature del calcare dolomitico ricco di selce nera. Nei brevi tratti aperti nei pressi del torrente fra l'Erba unta bianca, spiccano i fiori blu intenso della Genziana di Clusius (*Genziana clusii*) e i fiori rosa del Rododendro cistino (*Rhodotamnus camaecistus*). A quota 1300 m, dove la presenza dell'Abete bianco è maggiore, può capitare, soprattutto nelle radure più aperte, di sentire il verso del Picchio nero di trovare dei tronchi di vecchi abeti con grossi buchi.

### **Picchio nero** (*Dryocopus martius*)

*Benché si tratti di un uccello piuttosto grande (è quello di maggiori dimensioni nella famiglia dei Picidi europei), non è molto conosciuto, sia per il suo carattere elusivo, sia perché può essere confuso dai profani con un Corvide.*

*Il suo piumaggio, infatti, è completamente nero, fatta eccezione per la parte superiore del capo (vertice), che è rossa. Nella femmina questo colore è meno evidente. Il becco è chiaro, bianco avorio; il volo, a differenza degli altri picchi, è molto meno ondulato e più pesante. Il suo verso è un inconfondibile lamento, oppure una serie di squilli potenti.*

*Come gli altri componenti della famiglia, per alimentarsi perfora tronchi degli alberi alla ricerca di insetti Xilofagi. Un segno della sua presenza sono proprio gli evidenti fori di forma allungata che lascia sui tronchi. Per nidificare scava delle cavità in alberi di grosse dimensioni, di solito Abete bianco e Faggio ad un'altezza variabile tra i sei e i sedici metri. Questo lavoro può impegnare il Picchio nero anche per quattro settimane. Lo stesso nido è occupato per molti anni di seguito, oppure, fuori del periodo riproduttivo, è usato come dormitorio. Vecchi nidi abbandonati sono utilizzati da altri uccelli, quali ad esempio la Civetta caporosso.*

Il sentiero scende ancora verso la Valle delle Camoscie e si sente il rumore delle acque tumultuose del Rio Stuet (*Ciol de Stuét*) che scorre in fondovalle. In questo tratto di faggeta può capitare di trovare fiorita, in maggio e giugno, la rara orchidea Pianella della Madonna. L'ultimo tratto di discesa termina in una sassosa radura di abeti alla confluenza fra il Rio Stuet con il Rio Libertàn (*Ciòl de Libertàn*). In questa piccola radura vale la pena addentrarsi fra le rocce risalendo di pochi metri il Rio di Libertàn per vedere la gola che le acque hanno scavato fra i sassi; piccole cascate e pozze limpide e gelide in mezzo alle griglie pareti a picco fanno pensare ad un paesaggio preistorico di affascinante bellezza. Questo è l'habitat del Cervo che predilige i boschi freschi e con scarso disturbo umano.

### **Cervo** (*Cervus elaphus*)

*Il Cervo è il più grande cervide europeo, predilige le faggete ricche d'acqua, dove forma gruppi che stagionalmente si spostano fra i pascoli alpini estivi e foresta durante l'inverno. In autunno il richiamo dei maschi è un forte bramito che attira le femmine; è questo il periodo degli amori ed essi affrontano gli altri maschi in lotte spettacolari. Il vincitore stabilisce un Harem di femmine che dura per tre settimane durante le quali il maschio si accoppia ripetutamente perdendo molto peso ed energia. I censimenti del Cervo si organizzano nel periodo del bramito, conteggiando i richiami prodotti specialmente nelle ore serali e notturne: questo tipo di indagini consente di valutare la consistenza delle popolazioni presenti nell'area studiata. Dopo gli accoppiamenti i due sessi si separano per tutto l'inverno. Il piccolo, unico nasce dopo 8 mesi e sa camminare già a mezz'ora dal parto. Il valore della densità ottimale della popolazione che non pregiudichi lo sviluppo vegetale della foresta è di tre individui per km<sup>2</sup>; nella regione alpina si sta verificando una grande espansione geografica e numerica di questo ungulato e nel Parco la popolazione è stimata attorno al centinaio di capi. Il maschio adulto può pesare fino a 200 kg ed è contraddistinto da un caratteristico palco di corna spesso imponente, la cui asta principale può essere lunga anche un metro. La pelliccia muta colore e consistenza nel corso dell'anno, da bruna e ricciuta in inverno a rossiccia d'estate.*

Il sentiero prosegue oltre la confluenza allargandosi in una comoda mulattiera, seguendo in quota il corso del Rio Stuet che segna il confine fra la provincia di Udine e la provincia di Pordenone, attraversando una bellissima faggeta.

A quota ca. 1070 m, il sentiero passa fra due massi dove una piccola lapide incassata nella roccia ricorda un boscaiolo che qui morì nel 1930. Superata la strettoia bisogna guardare il Rio Biuba (*Ciòl de Costa Biuba*). Il letto del ruscello è caratterizzato da interessanti fenomeni di erosione. Un tronco con due evidenti frecce rosse indica la direzione. Poco oltre si raggiunge un bivio in località *Costa Biuba* con le indicazioni del Parco per la casera *Col de Post* (1 h) sent. 366 a e il *Ciol de Pess* (1h 45 min) sent. 366.

Più a valle il sentiero scende ancora e in poco più di mezz'ora si arriva al Rifugio Pussa in Val Settimana, sbucando nei pressi della cabina del gruppo elettrogeno. Scendendo lungo la strada lastricata che dal rifugio porta al greto del torrente Settimana, alla fine della ringhiera in legno, sulla destra si annuncia con l'inconfondibile odore di uova marce la sorgente denominata appunto Fonte Pussa. La sorgente si trova ad un paio di metri sulla destra della piccola cascata del Rio Stuet che qui esce dalla stretta forra della Valle delle Camoscie.

\* Nel tratto F.la Lareséit – Fonte Pussa sono stati percorsi ca. 3,8 km in 2h 20 min scendendo di quota di 810 m.

### **La Fonte Pussa**

*La Fonte Pussa (Aga de la Putha) è una sorgente d'acqua solfo-ferro-magnesiaca. L'acqua sgorga dalla viva roccia, si raccoglie in una piccolissima pozza e da essa fuori esce tramite una cannella di legno. La fonte è conosciuta da oltre un secolo e la prima analisi chimica fu eseguita nel 1840. seguirono altri studi e osservazioni e verso il 1930 il podestà di Claut fece tracciare la strada lungo la Val Settimana per poter raggiungere rapidamente e comodamente la sorgente.*

*La fonte è caratterizzata da acqua minerale fredda, di temperatura costante durante l'arco dell'anno di 9° - 10° C, incolore, limpida, con sapore e odore di idrogeno solforato, con una portata di 15 – 20 litri al minuto. Le sue proprietà terapeutiche sono molteplici. E' infatti un'acqua diuretica e lassativa, funge da calmante per il sistema nervoso e cardiovascolare; è inoltre indicata per le malattie della pelle e in particolare per le infezioni delle mucose; ha anche effetti antireumatici. Vista la notorietà della sorgente, nel 1922 tale Angelo Vedova s'insediò nella Val Settimana, avendo intuito le opportunità turistiche che la bellezza del luogo poteva offrire. Qui costruì un primo rifugio in legno e muratura, che fu poi sostituito nel 1976 dal rifugio del Club Alpino Italiano della sezione di Claut, aperto dal 15 giugno al 15 settembre e provvisto di 36 posti letto (tel 042787050).*

Di fronte al Rifugio Pussa, sulla sponda sinistra del torrente Settimana, si trova la Malga Pussa, una delle poche malghe monticate, cioè ancora utilizzate durante l'estate come ricovero per le mucche.

### **La monticazione**

*La monticazione riguardava l'usanza di portare nella bella stagione i bovini e gli ovini a pascolare nei prati e nei pascoli in quota. Si partiva ai primi di giugno dalle stalle nelle vicinanze dei paesi e si andava verso le malghe basse, a circa 7-800 m di quota, dove si sostava alcune settimane; alla fine di giugno si trasferivano le mandrie e le greggi nella malga successiva, a circa 100-1200 m di quota, e a metà luglio si saliva ancora oltre i 1600 m per utilizzare i pascoli più alti. Dopo la metà di agosto si scendeva nuovamente ripercorrendo le tappe del viaggio di andata. Le malghe erano formate da una costruzione, la casera, destinata ad abitazione e alla produzione del formaggio, da un recinto per gli animali e da una tettoia dove venivano sistemate le vacche per la mungitura. Oggi la pratica della monticazione è quasi del tutto scomparsa e soltanto pochissime persone si dedicano ancora a questa attività. Nel 1998 le uniche malghe ancora utilizzate erano quelle della Val Settimana, cioè la C.ra Settefontane (Setfontane), la C.ra Pussa e la C.ra Senons, e quelle della Val di Ghere, cioè la C.ra Casamento (Ciasavent) e la C.ra Pradut, che fra giugno e settembre ospitavano rispettivamente una settantina e una quarantina di capi fra vacche e manzi.*

L'itinerario termina alla Malga Pussa (930 m), in un ampio pianoro con parcheggio dove ci sono le indicazioni del sent.393 per Malga Senons (1328 m). dal parcheggio diventa percorribile la strada sterrata che scende lungo la Val Settimana rimanendo spesso a poche decine di metri sopra al corso del torrente. Lungo la strada si incontrano numerosi ponti e belle cascate che scendono dalle valli laterali. In 14 km si giunge infine al ponte sul torrente Settimana alle porte dell'abitato di Claut.

### **RECAPITI UTILI**

Soccorso Alpino.....tel.3386933147 – 0427878009  
Centro Antincendio Udine.....tel.167843044  
Stazione forestale.....tel.043372035  
Sede Parco Cimolais.....tel.042787333  
Municipio Forni di Sotto.....tel.043387025  
Municipio di Claut.....tel.0427878040

