

**Bergamo Brescia capitali della cultura 2023**

**Una valle da scoprire**

**Uda km 0 «siamo seri...la nostra valle»**

**IPSEOA Alberghiero Sonzogni Nembro BG**

**Turista in Val Seriana**

# Bergamo e Brescia capitale della cultura



BERGAMO  
BRESCIA  
Capitale Italiana  
della Cultura

# LA GIORNATA DELL'INAUGURAZIONE A BERGAMO



- Sabato 21 gennaio nelle piazze e nelle strade di Bergamo e Brescia si sono riversate migliaia di persone per assistere a tanti eventi e appuntamenti con l'arte e lo spettacolo che hanno trasformato i due centri cittadini in palcoscenici diffusi a cielo aperto

Foto fatta da Luca Baldi che ha sfilato nel gruppo dei rossi sabato 22 gennaio

- Domenica 22 gennaio per l'intera giornata Bergamo e Brescia hanno aperto le porte di tutti i luoghi della cultura. In via eccezionale teatri, musei, cinema, biblioteche, fondazioni e molti altri enti sono stati aperti al pubblico e hanno ospitato mostre, convegni, esibizioni. Un momento di cultura diffusa e pervasiva che ha inaugurato ufficialmente l'anno della Capitale della Cultura 2023.





La nomina di Bergamo e Brescia a Capitale italiana della Cultura 2023, sancita il 16 luglio del 2020, è nata dall'esigenza di dare una risposta alla discontinuità che la pandemia di Covid-19, a partire dall'inverno 2020, ha provocato a livello mondiale.

In questo modo si è voluto sostenere un progetto per compensare il territorio per la tragica esperienza pandemica e i suoi lutti, ma anche per raccogliere tutte le energie e indirizzarle verso una vera e propria azione di rilancio, nella quale la cultura diventa catalizzatrice di innovazioni e visioni nei più diversi ambiti della convivenza.

Per questo motivo il Governo ha sostenuto la proposta avanzata dalle due città, divenute simbolo di resilienza all'impatto violento della pandemia in Italia, decidendo di promuovere la loro nomina a Capitale italiana della Cultura 2023 attraverso il Decreto "Rilancio"<sup>1</sup>, in via straordinaria e in deroga rispetto alle normali procedure.

Le due città, situate lungo la fascia prealpina e affacciate sulla Bassa padana, sono state caratterizzate storicamente dalla presenza di civiltà vicine; da strutture idrogeologiche simili, da una distribuzione urbana e abitativa diversificata ma ricca di similitudini, da sfide climatiche e ambientali assimilabili; luoghi tanto prossimi che hanno scelto di intraprendere un percorso di crescita e di sviluppo insieme.

## Per la cultura nella Bergamasca spesi oltre 41 milioni all'anno



Da un'analisi della fondazione Open polis, realtà particolarmente attenta alle amministrazioni locali, che ha passato in rassegna i bilanci consuntivi 2021 dei comuni per rendicontare le spese culturali. Un anno in realtà ancora influenzato dalla pandemia ma che restituisce comunque cifre interessanti: per la tutela e la valorizzazione dei beni e delle attività culturali i Comuni bergamaschi hanno messo a bilancio in totale circa 41,4 milioni di euro.

# CAPITALE CULTURA, DUE MILIONI DI ITALIANI PRONTI A VISITARE BERGAMO E BRESCIA

- Confcommercio segnala turismo in crescita nelle due città lombarde e nelle rispettive province. Ma perché il trend continui bisogna puntare sull'aumento dei giorni di permanenza dei visitatori.



Il dossier presentato per la Capitale italiana della cultura si concentra sul tema "la città illuminata" un' espressione che vuole racchiudere diversi significati, quali la tolleranza, la creatività, lo sviluppo della ricerca e delle tecnologie scientifiche, ma anche rappresentare il simbolo di città-faro, punto di riferimento e di leadership.

Il progetto si sviluppa su quattro macro- aree tematiche: la cultura come cura, la città natura, la città dei tesori nascosti, la città che inventa, attorno alle quali si snoderà un ricco programma di eventi, organizzato in collaborazione con organizzazioni pubbliche e private, quali incontri e convegni, concorsi per artisti, mostre, festival e rassegne di musica, la creazione di percorsi naturalistici, azioni per la sensibilizzazione dei ragazzi alla sostenibilità ambientale, eventi sportivi ed infine interventi infrastrutturali per migliorare l'accessibilità ai luoghi della cultura



## LAND MUSIC PROGETTO TERRE DI MEZZO

A Bergamo e Brescia un incredibile concerto di campane il 18 marzo 2023 in occasione della giornata nazionale per ricordare le vittime del covid. Ben 448 comuni hanno suonato in memoria dei loro morti, un tocco di campana per ogni vittima. Ideato dal duo artistico NESSUN DHARMA, composto da Matteo Bonera e Michele Zuccarelli Gennasi, hanno dato vita al concerto più ampio mai realizzato al mondo (oltre 7.500 Km quadrati). Un'iniziativa carica di emozioni e di significato, Bergamo e Brescia tra le Città più colpite dalla pandemia unite nel dolore e nella sofferenza, ora protagoniste in questo evento unico.



Dal 10/02 al 26/02: Light is Life

Bergamo e Brescia si illuminano! Le città diventano gallerie a cielo aperto con le opere luminose realizzate da 17 artisti provenienti da tutto il mondo, animando i luoghi simbolo della Capitale Italiana della Cultura. Dal 10 al 19 febbraio l'evento ha luogo a Brescia: il cuore è il Castello, fortificazione medievale arroccata sul colle Cidneo. Nell'area del Castello un percorso con 15 installazioni luminose vi conduce in un mondo fantastico dove luce e colori diventano protagonisti della notte. Dal 17 al 26 febbraio è il turno di Bergamo: un percorso che parte da Piazza della Cittadella e termina a Palazzo Moroni, toccando alcuni dei più suggestivi luoghi culturali, illumina Città Alta.





**Treni storici**, riparte la stagione: 29 itinerari da Milano. Viaggi anche verso Bergamo e Brescia per la Capitale della Cultura

TURISMO. Domenica 2 aprile al via la stagione dei treni storici in Lombardia, nuovi itinerari per valorizzare la Capitale italiana della Cultura 2023.

## La Zecca di stato ha coniato una nuova moneta in occasione di Bergamo e Brescia capitale della cultura

Bergamo e Brescia insieme su una moneta da 5 euro in rame. I Colezionisti di monete sono felici di sapere che questo evento ha la sua moneta celebrativa. Sulle due facce riporta i simboli delle due città. Disegnata da Uliana Pernazza, nota medaglista italiana un vero capolavoro.



# Il francobollo di Bergamo e Brescia Capitale Italiana della Cultura



**Bergamo e Brescia Capitale Italiana della Cultura ha un francobollo dedicato: Poste Italiane dal 23 marzo 2023, mette a disposizione uno speciale ricordo, emesso dal Ministero delle Imprese e del Made in Italy, ovvero due francobolli celebrativi di Bergamo Brescia 2023.**

**Poste Italiane ha realizzato questi francobolli stampati dall'Istituto Poligrafico e Zecca dello Stato S.p.A, su carta patinata gommata, fluorescente e sono disponibili al valore pari a 1,20€ per ciascun francobollo. I due francobolli raffigurano ciascuno, due monumenti tra i più rappresentativi delle due città:**

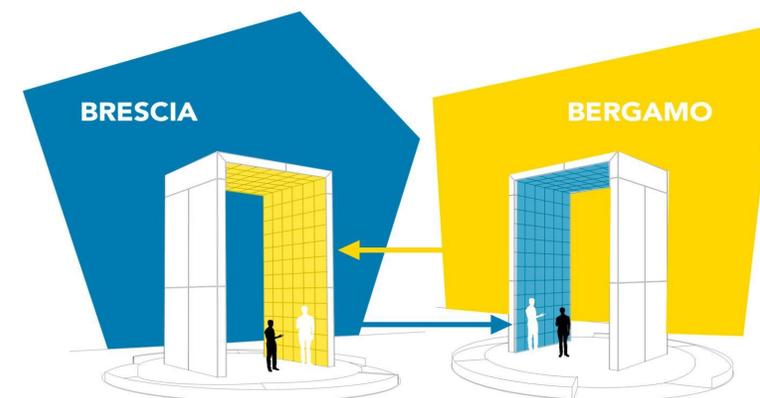
**\*Per Bergamo: su un fondino policromo i cui colori virano verso il blu si stagliano la Porta San Giacomo e il Battistero;  
\*Per Brescia: su un fondino policromo i cui colori virano verso l'arancio si stagliano il Palazzo della Loggia e il Castello denominato il Falcone d'Italia**

**In entrambi gli elaborati è riprodotto il logo di Bergamo Brescia Capitale Italiana della Cultura 2023. Completano i francobolli le legende "BERGAMO", "BRESCIA", "CAPITALE ITALIANA DELLA CULTURA", la scritta "ITALIA" e l'indicazione tariffaria "B".**

## Capitale della cultura: al via il cantiere del portale immersivo «The Gate»

**I lavori a partire da martedì 28 marzo in piazza Matteotti. Una struttura analoga sorgerà in piazza Vittoria a Brescia. Così le due città in dialogo grazie a tecnologia e creatività.**

**I sindaci di Bergamo e Brescia hanno tagliato un simbolico nastro di «via ai lavori» per la realizzazione dei due grandi portali dell'installazione The Gate 2023: le due strutture altamente tecnologiche che metteranno in collegamento diretto le due città.**



## LE STRISCE IN MAGLIA E LA RACCOLTA FONDI

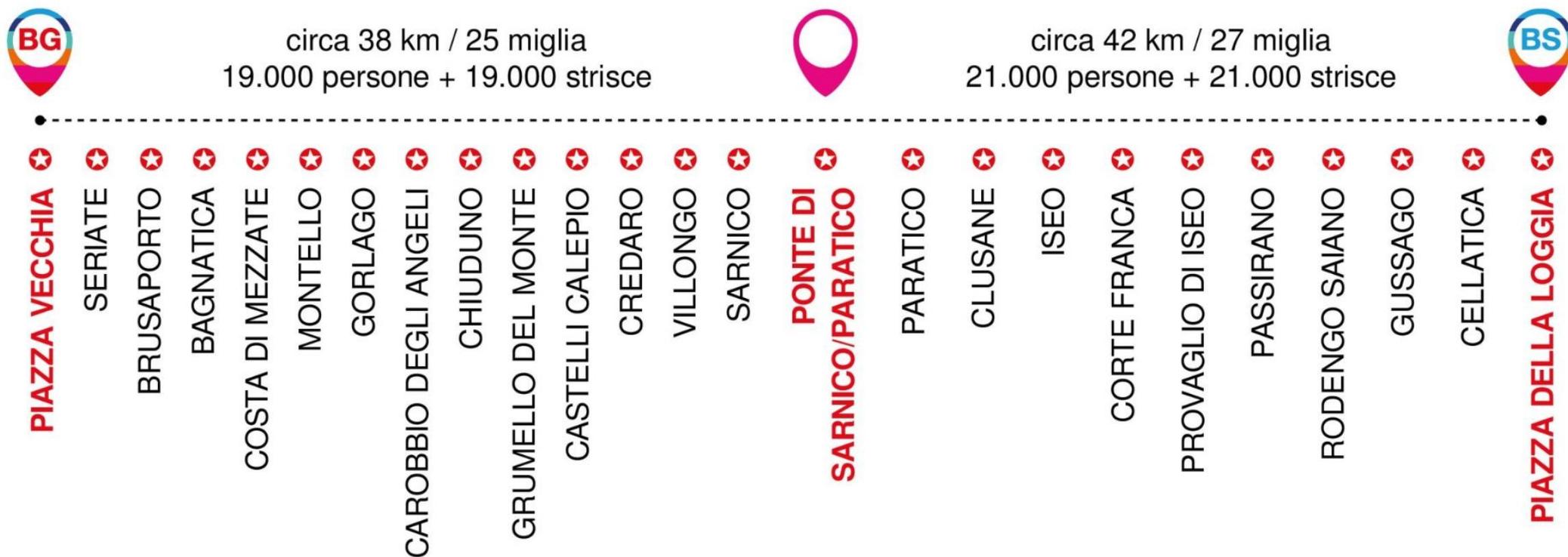
**Chiediamo a tutti di creare una striscia in maglia lunga 150 cm e alta 10 cm, con due anelli per i polsi alle estremità. Tutte le strisce in maglia dovranno essere consegnate all'organizzazione, che le fornirà ai partecipanti della catena umana.**

**Alla fine dell'evento, saranno oggetto di una raccolta fondi a favore delle associazioni per il sostegno degli adolescenti.**



# LA SCIARPA CHE UNIRA' BERGAMO E BRESCIA

La catena umana prenderà vita contemporaneamente da Piazza Vecchia a Bergamo e Piazza Loggia a Brescia, definendosi poi lungo il tracciato: il punto d'incontro avverrà sul ponte tra Sarnico e Paratico, la tappa intermedia del percorso





## SITI UNESCO

LA MAGIA E IL FASCINO DI LUOGHI UNICI AL MONDO: BERGAMO  
BRESCIA VANTA NUMEROSI PATRIMONI UNESCO. SCOPRILI TUTTI IN  
UN VIAGGIO ATTRAVERSO LE GRANDI CULTURE DEL PASSATO.

- **Mura veneziane** Il 9 luglio 2017, a Cracovia, Bergamo è ufficialmente Patrimonio Mondiale dell'Umanità!



# BERGAMO BRESCIA CULTURA D'IMPRESA



Sabato 1 aprile al Convento di San Francesco a Bergamo e allo Spazio Fondazione Negri a Brescia aprono al pubblico le grandi mostre **“BergamoBrescia Cultura d’impresa. Storie di innovazione in fotografia”**.

A Bergamo più di cento le fotografie dell’Archivio fotografico Sestini che danno forma a una narrazione visiva della storia produttiva declinata nelle sue specificità locali, dagli albori del XX secolo sino alle grandi innovazioni contemporanee introdotte con il 4.0. Le immagini rendono l’ampio sistema di valori propri della cultura d’impresa: creatività, innovazione e responsabilità nei confronti delle persone e dell’ambiente, capacità di integrarsi nel sistema economico e sociale del territorio.

# «SCOPERTO» IL MURALE DI VIA BONOMELLI REALIZZATO PER LA CAPITALE DELLA CULTURA

- Liberato dalle impalcature e dai teli del cantiere, **in via Bonomelli**, vicino all'angolo con via Paglia, sulla parete laterale di una palazzina in ristrutturazione **fa bella mostra di sé un grande murale colorato alto 20 metri**, dove spicca il **logo della Capitale della Cultura**. Un benvenuto (anzi, «welcome») a caratteri cubitali per accogliere chi viene a visitare Bergamo.



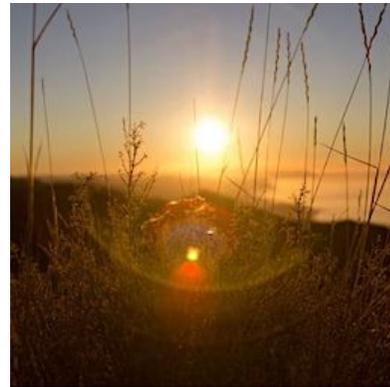
# ALCUNE CERIMONIE IN OCCASIONE DELLA GIORNATA DEDICATA ALLE VITTIME DEL COVID 18 MARZO



Tenere premuto CTRL + click per  
avviare audio

## Alzano un concerto per amore delle vittime del covid

Il comune di Alzano Lombardo e il ducato di piazza Pontida hanno voluto celebrare la giornata nazionale della memoria dei defunti del covid con un concerto chiamato luminosa la forza di vivere. Messa da requiem per un cristiano nel 900



Il nostro parlamento ha iscritto il 18 marzo come giornata Nazionale in memoria delle vittime della pandemia di coronavirus



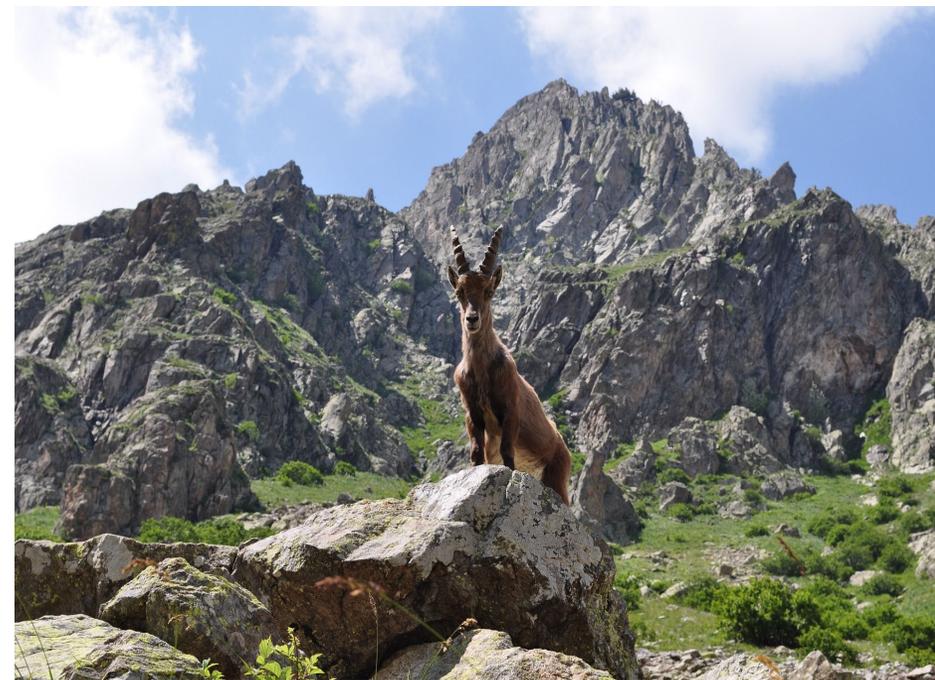
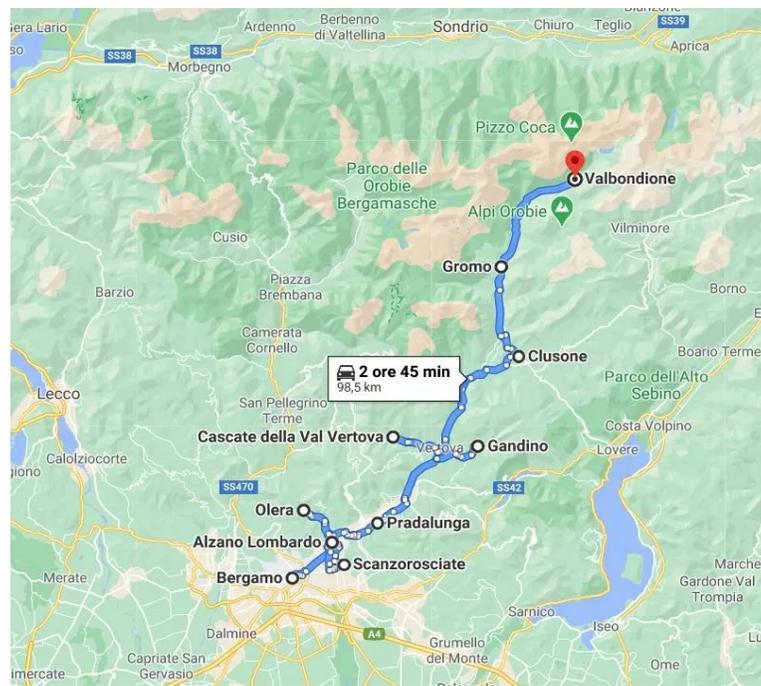
Per ricordare ciò che la comunità di Nembro ha vissuto, l'amministrazione ha voluto realizzare uno spazio in un'area verde posta tra l'oasi Saletti e il Carso, vicino alle scuole medie e al centro sportivo Saletti. Da questo luogo si gode una vista molto bella, da una parte verso il monte Misma e dall'altra verso il monte Cereto. Non è un monumento ma un luogo di pensiero e di riflessione: uno spazio dove fermarsi e ripensare alle persone che ci hanno lasciato nel 2020, ai sdentimenti e ai legami che ci uniscono a loro, a ciò che lasciano in eredità.

# COSA C'È DI BELLO A BERGAMO

La città alta  
Basilica di santa Maria maggiore  
Piazza vecchia  
Accademia carrara  
Cappella Colleoni  
Mura venete di Bergamo  
Cattedrale  
Campanone  
Museo di scienza  
Rocca di Bergamo  
Meridiana  
Palazzo della ragione  
Teatro Donizetti

Castello di san Vigilio  
Contarini  
Lavatoio di città alta  
Il sentirone  
Palazzo e giardini e moroni  
Porta san lorenzo  
Porta san giacomo  
Orto botanico di bergamo  
Basilica di santa alessandro in colonia  
Palazzo terzi  
Torre dei caduti  
Parco della trucca

La **Val Seriana** (*Àl Seriàna* o *àl Heriàna* in dialetto bergamasco) è una vallata alpina creata dal fiume Serio situata nella provincia di Bergamo, in Lombardia. Si snoda partendo dal capoluogo in direzione nord-est per circa 60 km, da Torre Boldone fino a Valbondione.



# STORIA DELLA VAL SERIANA



Luca Baldi  
Marina Fumagalli  
Mattia Zinetti

# PRIMI INSEDIAMENTI - CIVILTÀ GALLICA

I primi insediamenti in Val Seriana risalgono al VII millennio a.C.. Le presenze umane aumentano nel III millennio a.C. durante l'età del rame.

È con l'età del ferro che le presenze si intensificano maggiormente nei territori di Castione della Presolana, Colzate, Gazzaniga, Clusone, Casnigo e Parre dove vengono creati veri e propri insediamenti. Proprio a questo periodo risale la dominazione gallica.



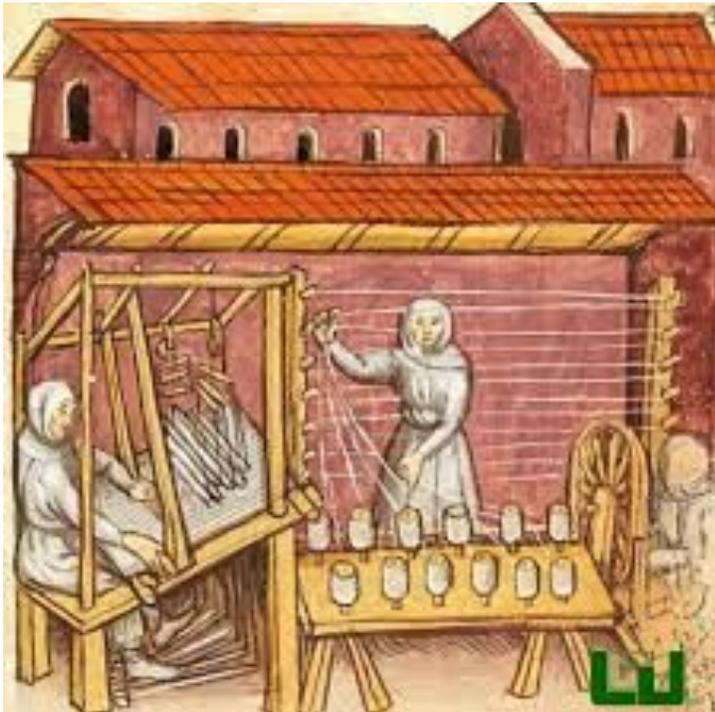
# CIVILTÀ ROMANA - MEDIOEVO

Nel II secolo a.C. il Nord Italia viene conquistato dai Romani che avviano il processo di romanizzazione e si verifica lo spostamento della maggior parte della popolazione dalle zone di alta montagna verso il fondovalle dove si sviluppano i primi centri romani di Albino, Nembro e Alzano Lombardo. Con l'arrivo delle invasioni barbariche nella valle si verificano distruzioni e razzie. Nel 568 il Nord Italia subisce l'invasione da parte dei Longobardi che occupano anche la Val Seriana e fondarono numerosi accampamenti militari e villaggi, mentre nel 774 il territorio diventa di dominio dei Franchi capeggiati da Carlo Magno.



# ETA' COMUNALE

Durante l'età comunale la Val Seriana migliora soprattutto dal punto di vista commerciale e politico; nascono nuove forme di vita culturale, religiosa e artistica. Anche il paesaggio naturale subisce profonde modifiche e si amplia la coltivazione di prodotti, quali il miglio, il frumento, la segale, fave e rape. Nascono numerosi villaggi detti burgi, ma anche villaggi fortificati detti castra (a Gandino, Cene e Albino).



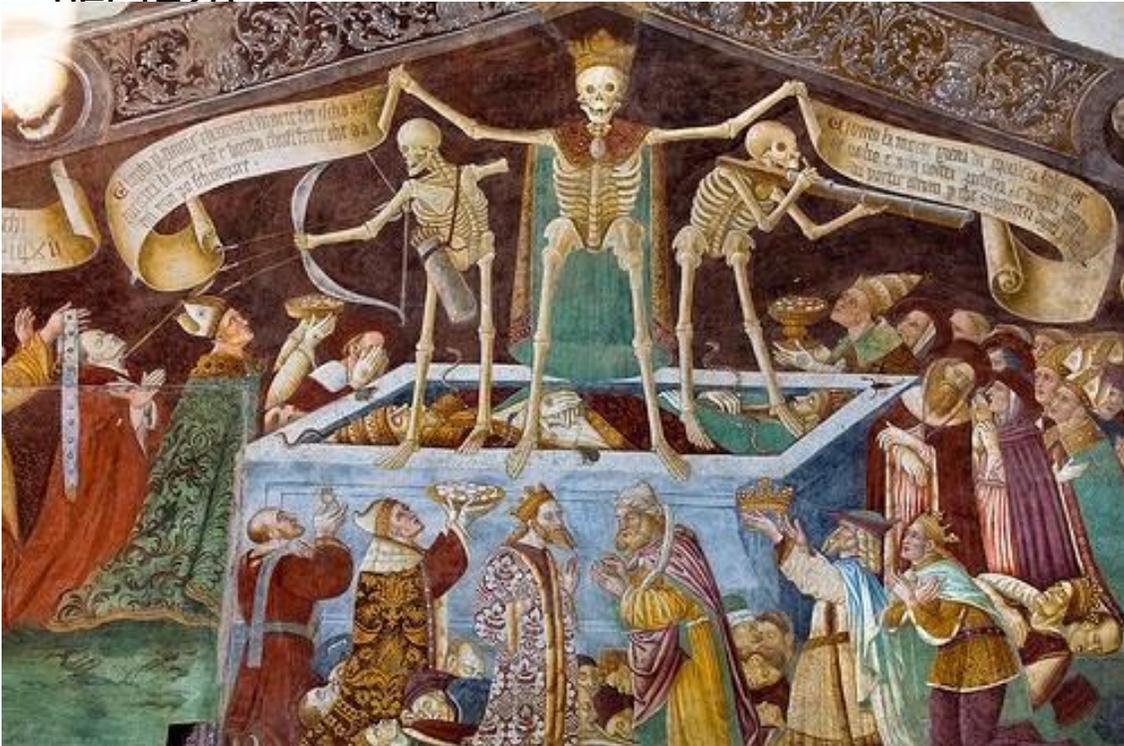
# SCONTRI TRA GUELFY E GHIBELLINI

Tra il XII e il XIII secolo la vita era resa difficile dai violenti scontri tra guelfi e ghibellini.

Gli scontri fra questi gruppi si verificarono con forte intensità. Si racconta che i guelfi assaltarono il paese di Nembro, lo saccheggiarono e uccisero molte persone. Di conseguenza i ghibellini andarono alla riscossa, provocando altri morti. La guerra era continua coinvolgendo tutto il territorio della valle. Nonostante questo, il commercio della zona crebbe, grazie soprattutto all'industria laniera: Albino, Gandino e Vertova, risultano importanti per il settore, anche grazie a un prodotto denominato panno bergamasco, che, pur non essendo di grande qualità, era molto diffuso sul mercato di tutto il Nord Italia. Oltre all'industria laniera si svilupparono altri arti e mestieri: i fabbri per la costruzione e manutenzione di telai, gli arrotini, i calzolai, i sarti, i tessitori e le ricamatrici.

# I VISCONTI

Nel periodo visconteo la Val Seriana migliorò la propria economia. Si ebbe anche un miglioramento della produzione di tessuti. Nonostante questo l'economia ebbe difficoltà a causa degli scontri tra fazioni guelfe e ghibelline, ma anche a causa di una crisi generale che colpì, nel XIV secolo, gran parte dell'Europa, a causa di pestilenze e carestie. Numerose ondate di peste provocarono la morte di molte persone. Con il XV secolo si verifica la fine delle signorie, e il territorio viene assoggettato alla Repubblica di Venezia nel 1428.



# LA SERENISSIMA

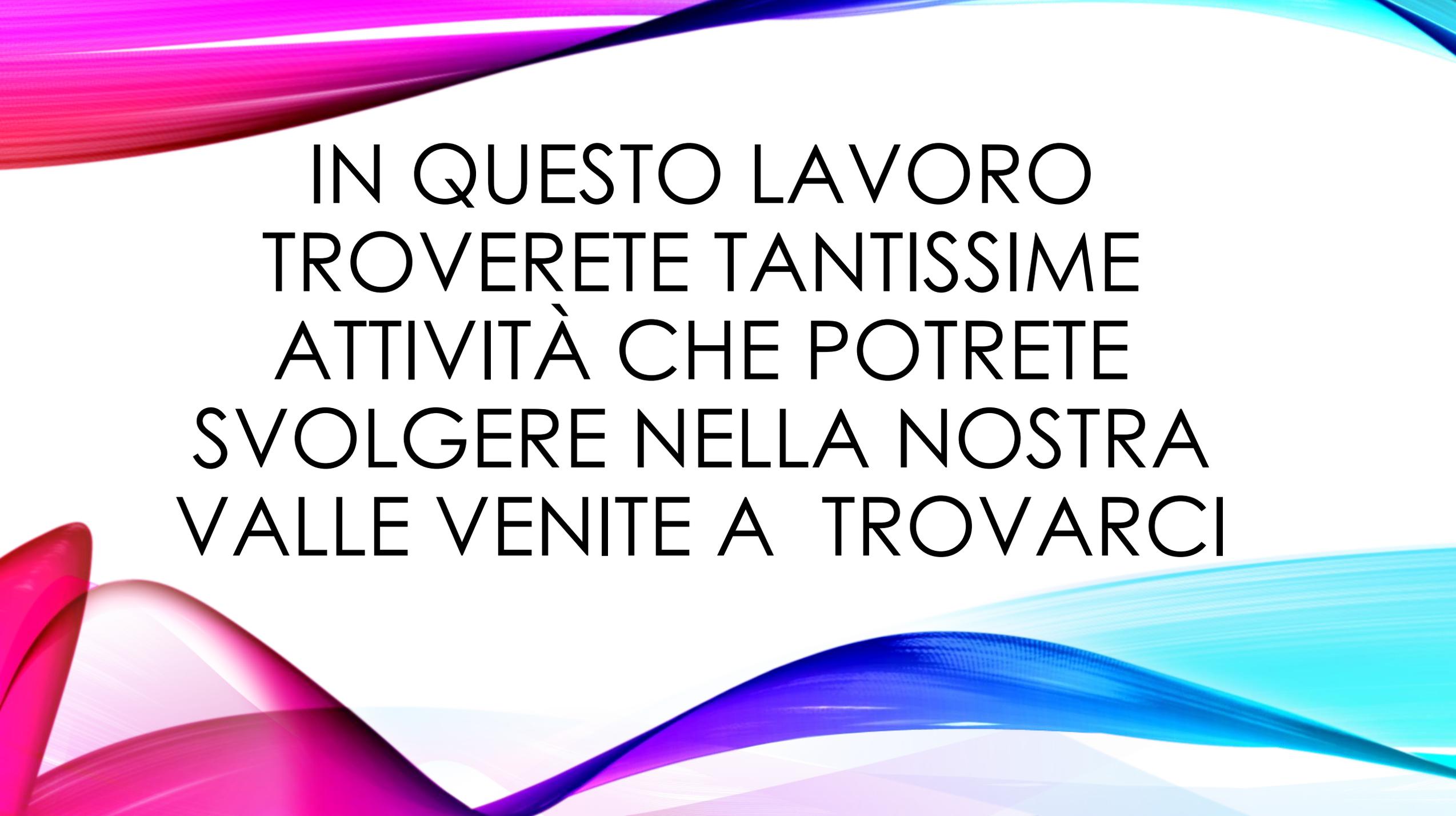
L'arrivo della Serenissima portò alla valle notevoli cambiamenti. La Val Seriana, possedeva centri urbani in piena espansione economica e demografica grazie alla politica attuata da Venezia. L'attività che si sviluppò in questo periodo fu soprattutto quella manifatturiera, come a Leffe e Gandino, dove la produzione di coperte si sviluppò molto. Nel XVII secolo però questa attività iniziò a diminuire a causa di: concorrenza straniera, chiusura dei tradizionali mercati e arrivo di nuove pestilenze. La peste, arrivata nel 1630, provocò la morte di molte persone. Ma l'economia della valle poté risollevarsi grazie a nuove innovazioni, tra cui i filatoi. Questi permisero la nascita dell'industria della filatura della seta, che utilizzava l'acqua prelevata dal Serio, e sostituì i lanifici.



# INDUSTRIALIZZAZIONE

Il volto della Val Seriana dal termine della dominazione veneta, è cambiato radicalmente. Dall'inizio del XIX secolo la popolazione cominciò a crescere molto, grazie al miglioramento delle condizioni igieniche, sociali ed economiche della valle. Vi fu un aumento dello sfruttamento minerario della zona, ricca di pietre coti (=tipologia di pietra diffusa a Pradalunga, Albino e Nembro), marmo (Cene, Albino e Gazzaniga), argilla e lignite (Lefte e Gandino), e mercurio (Val Gandino). Ma la “rivoluzione industriale” della valle avvenne grazie all'arrivo di investitori stranieri. Anche l'industria della produzione della carta ha avuto un ruolo importante con le Cartiere Paolo Pigna, sorte nel 1856 ad Alzano, le cartiere Pesenti a Nembro e le cartiere Olivati. Numerosi sorsero anche i cementifici ad Alzano, Albino e Nembro (Pesenti, Guffanti, Piccinelli). Tutto questo sviluppo industriale portò l'esigenza di trasporti più veloci: per questo venne inaugurata la ferrovia Bergamo-Albino, la tratta Albino-Vertova e quella Vertova–Ponte Selva. Nel XX secolo, la valle subì cambiamenti sostanziali. Alla crescita industriale del dopoguerra, si è infatti associata una crescita edilizia, che ha portato i paesi a unirsi tra loro, creando una “città lineare” che va da Bergamo a Colzate.





IN QUESTO LAVORO  
TROVERETE TANTISSIME  
ATTIVITÀ CHE POTRETE  
SVOLGERE NELLA NOSTRA  
VALLE VENITE A TROVARCI

## RIFUGI DI MONTAGNA

### **Rifugio Vivione**

Dal 1978 la famiglia Pizio, con passione, gestisce il Rifugio Vivione a Schilpario. Meta di motociclisti e ciclisti che vogliono vivere la montagna. Il rifugio ha un bar, due sale da pranzo e un panoramico solarium dove pranzare all'aperto.

### **Rifugio Parafulmen**

Il Rifugio Parafulmen è raggiungibile per i meno esperti dal Monte Farno, è l'ideale meta per gli sportivi d'estate e d'inverno.

### **Rifugio Campione**

Il rifugio si trova sul confine tra la Val di Scalve e la Valcamonica, tra i comuni di Schilpario, Cerveno, Ono San Pietro, Capo di Ponte e Paisco.

### **Rifugio Curò**

Posto in una splendida conca è l'ideale per ammirare il suggestivo lago del Barbellino, famoso per le sue acque color smeraldo

### **Rifugio Gianpace**

Il Gianpace è un rifugio privato posto tra la Val Goglio e la Val Sanguigno ad un'altezza di 1331 mt s.l.m, gestito da Osvaldo Seghezzi, maestro di sci con esperienza di diversi anni nella gestione di baite e rifugi.

### **Rifugio Merelli al Coca**

Il Rifugio Merelli al Coca è un rifugio situato nel comune di Valbondione (BG), in Val Seriana, nelle Alpi Orobie, a 1.892 metri di quota.

### **Rifugio Albani**

per ammirare la maestosa parete nord della Regina delle Orobie

### **Rifugio Santamaria in Leten**

Il Rifugio Santamaria in Leten, nel comune di Parre, gode di una stupenda vista sul territorio circostante, è immerso nella natura più selvaggia e incontaminata.

[https://www.valseriana.eu/categorie\\_ospitalita/rifugi-e-bivacchi/](https://www.valseriana.eu/categorie_ospitalita/rifugi-e-bivacchi/)



# Pineta di Clusone

Iscritta al catalogo delle "Bellezze Naturali d'Italia" nel 1922, la pineta di Clusone è un territorio importante dal punto di vista turistico e un patrimonio geologico custodito con attenzione.

La Pineta di Clusone offre decine di percorsi per chi desidera concedersi una passeggiata tranquilla e non impegnativa. In estate, il fresco della pineta è un toccasana da provare.

Al suo interno sono disponibili oltre 22 chilometri di tracciati pedonali, a cui si devono aggiungere quelli del circuito di skiroll e della pista ciclopedonale della ValSeriana. I diversi sentieri attraversano un bosco misto di pino silvestre, abeti rossi e latifoglie. Un ambiente di elevato valore forestale e paesaggistico.

Curiosità: La Pineta è un luogo da esplorare solo con i bambini più coraggiosi. Qui, sono nascosti massi erratici, un parco avventura e un bar (dove prendere il gelato!)

<https://www.visitclusone.it/sport-e-natura/pineta-di-clusone/>

L'acqua oligominerale Pineta sgorga nel comune di Clusone, nel cuore di uno dei luoghi più belli delle Prealpi Bergamasche, ad oltre 700 metri di altitudine



Acqua in plastica



Acqua in vetro



## Buche di Nese di Alzano

Le buche di Nese sono una serie di bacini d'acqua, presenti sul territorio di Alzano Lombardo, e bergamasco.

Per arrivare alle pozze di Nese vi consigliamo di lasciare la vostra macchina a Burro (Fraz. Alzano Lombardo), nei pressi della chiesa della frazione oppure vicino alla Trattoria del Brugo.

Da qui si ridiscende un tornante e si prende a sinistra la Via Burro (località ca' Nedia) e si prosegue tra le ultime case della frazione, bisogna tenere il sentiero sulla sinistra (Troverete su un muretto il numero del sentiero "532").

Scendendo, man mano per il sentiero, vi accorgete di immergervi sempre più in una vallata verdeggiante e apparentemente incontaminata.

Ad un certo punto, vedrete un sentierino purtroppo non troppo visibile sulla sinistra (se proseguirete dritto, vi accorgete ben presto di aver sbagliato strada, poiché proprio come noi, vi ritroverete in una via che conduce ad un'abitazione privata). Prendendo, invece, il sentiero giusto sulla sinistra, vi immergerete pian piano nel bosco e infine scendendo per il sentierino sulla destra, troverete finalmente il fiume e poco più in là la prima pozza



## Cascate del Serio

Le Cascate del Serio sono formate dal fiume Serio pochi chilometri dopo la sua nascita, nelle Alpi Orobie, in provincia di Bergamo. Sono situate a circa 1.750 m di altitudine (testa della cascata). Si trovano nel territorio di Valbondione, in alta Val Seriana. Sono alte complessivamente 315 m, divisi in 3 salti.

Da anni le Cascate sono visibili solo 5 volte l'anno. 4 domeniche ed un sabato (con apertura notturna).

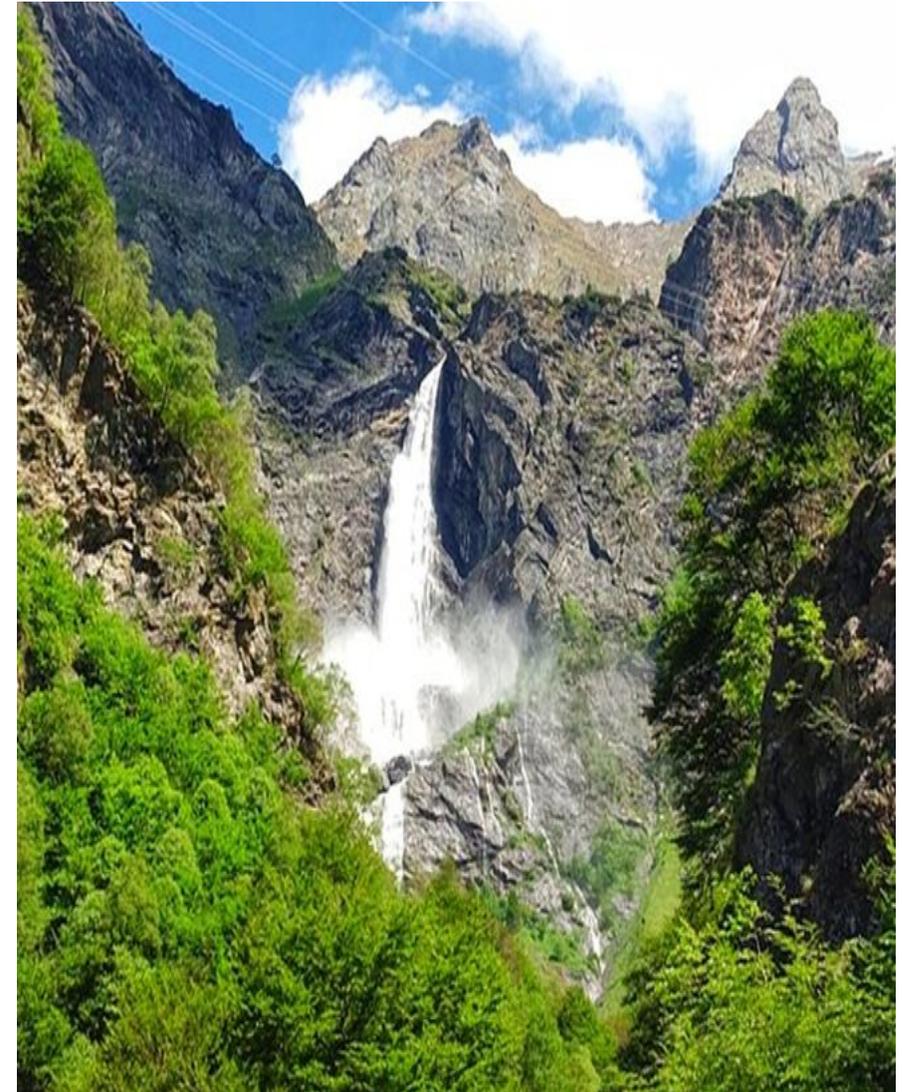
Le Cascate del Serio si trovano nel territorio del Comune di Valbondione – Alta Val Seriana, provincia di Bergamo. In particolare sono visibili nella zona dei grandi macigni in località Maslana – Osservatorio Floro-Faunistico di Maslana. Non sono visibili dal centro abitato di Valbondione. La vista migliore è proprio nei pressi dell'Osservatorio di Maslana.

Le Cascate del Serio sono naturali e formate dal normale corso del fiume Serio che attraversa la Val Seriana. Dal 1931 con la costruzione della Diga del Barbellino, il normale scorrere del fiume è interrotto per alimentare la diga e per produrre energia idroelettrica da parte di Enel.

Ogni anno il Comune di Valbondione ed Enel si accordano sulle date d'apertura turistica delle Cascate del Serio.

Quando si visita la zona delle Cascate non nei giorni d'apertura, semplicemente si può godere del paesaggio e riconoscere il punto di sfogo del fiume Serio, ma non si vedranno le Cascate nel pieno della portata.

<https://www.turismovalbondione.it/le-cascate-del-serio/>



## Monte miasma

Il Monte Miasma con i suoi 1.160 metri si erge a cavallo tra la Valle Serviana e la Val Cavallina. E' una delle prime vette delle Prealpi Bergamasche che si incontrano provenendo da Bergamo. Seguite via Papa Giovanni XXIII e imboccate a sinistra Via Belotti, il primo chilometro e mezzo su strada asfaltata che da centro di Cenate Sopra vi conduce in località Valcalchera, abbandonate il centro abitato e lentamente risalite quella che è la salita scalda gambe.



Il monte Farno, alto 1250 m s.l.m., è situato lungo il crinale che separa la val Gandino dalla valle Seriana, in provincia di Bergamo

Per raggiungere il Monte Farno dobbiamo seguire la strada asfaltata che parte dall'abitato di Gandino, la strada ci permette di raggiungere i molteplici parcheggi posti proprio in prossimità del Monte Farno

## Monte Farno



# La Presolana

La Presolana è un massiccio montuoso delle Prealpi Bergamasche che raggiunge un'altitudine massima di 2.521 m s.l.m.

È situato completamente in provincia di Bergamo, fra la Val Seriana (comuni di Castione della Presolana, Rovetta e Oltressenda Alta) e la Valle di Scalve (comuni di Colere e Vilminore di Scalve).



# Voli parapendio Casnigo e Cazzano Sant'Andrea

Il fantastico mondo del parapendio è aperto a chiunque lo desideri; ammirare il mondo da un'altra prospettiva, con panorami mozzafiato e suggestivi che il territorio Orobico con le sue montagne e valli lombarde, come per esempio la val Seriana, la Presolana, il lago d'Iseo e il lago di Como ci sanno regalare.

<https://www.itinerari.bergamo.it/flyup-voli-in-parapendio-casnigo/>

<https://www.parapendiomontefarno.it/voli-biposto.php>



## **Parco sospeso di Gromo**

Parco Sospeso Spiazzi – Gromo Divertente e istruttivo itinerario sugli alberi che si snoda nella foresta di abeti bianchi e rossi.

Il parco comprende 10 percorsi sugli alberi, 135 giochi per adulti bambini, spazio pic-nic e tiro con l'arco.



# Fattoria delle miniere di Gorno

Visita all'interno di un'antica miniera, in totale sicurezza, lungo le centinaia di chilometri di miniere, alla scoperta dell'affascinante mondo dei minatori. La visita è possibile anche ai diversamente abili in carrozzella.



# La Val Vertova

Sentieri verdeggianti, vegetazione rigogliosa, cascate dai colori incredibili e pareti rocciose a strapiombo: questo è il luogo ideale per passare una giornata all'insegna dell'avventura e del relax con la propria famiglia, con gli amici, o anche in solitaria.

## CASCATE VAL VERTOVA

Tempo di percorrenza: 2 h dal centro abitato  
Dislivello: Partenza 400m s.l.m -> Arrivo 670m s.l.m  
Partendo da uno dei quattro parcheggi consigliati del centro abitato (vedi "dove parcheggiare"), dirigersi lungo la Via Cinque Martiri, costeggiando sempre il fiume, vi immergerete in paesaggi boschivi e prati verdeggianti, limpidi ruscelli e corsi d'acqua, nonché pareti rocciose e la bellissima cascata che scende dalla Val de Grù. Questo cambio di ambientazione renderà la vostra esperienza davvero suggestiva!

<https://vallevertova.it/>





# Gli sport invernali



# Pista da sci monte

Ben 26 piste per tutti i gusti e, dopo una bella sciata, relax al sole che in Prora non manca mai. Pista illuminata di sera, neve e rifugi: sciare a Castione della Presolana in Località Monte Pora

PISTE	NOME PISTA	LIVELLO
1	Pista Vareno	nera
2	Pista Magnolini	blu
3	Pista stradina del Vareno	blu
4	Pista variante canalone del Vareno	rossa
5	Pista canalone del Vareno	rossa
6	Pista raccordo canalone del Vareno	nera
7	Pista raccordo Cima Pora - Vareno	blu
8	Pista Pian dell'Asen sinistra	rossa
9	Pista Pian dell'Asen destra	rossa
10	Area bob Vareno	blu
11	Pista raccordo Pozza	rossa
12	Pista Fausto Radici	nera
13	Pista Cima Pora e Coppa Europa	rossa
14	Pista raccordo Cima Pora	blu
15	Pista raccordo Cima Pora	rossa
16	Pista Cima Pora destra	rossa
17	Pista variante Malga Alta	rossa
18	Pista Malga Alta	rossa
19	Pista variante Boschetto	blu
20	Pista Boschetto	blu
21	Pista Pian del Termen illuminata	rossa
22	Campo scuola Pian del Termen	blu
23	Snow Tube	blu
24	Pista Baita Termen	blu
25	Pista raccordo Magnolini	rossa
26	Pista Valzelli	rossa



IN VAL SERIANA CI SONO  
5 STAZIONI SCIISTICHE:

- LIZZOLA
- PRESOLA
- SPIAZZI DI GROMO
- CORLERE
- MONTE PORA

PER UN TOTALE PER UN  
TOTALE DI OLTRE 130 KM  
DI PISTE

Lo sci di fondo è uno sport invernale in cui i partecipanti usano sci e bastoncini su piste battute con un profilo pianeggiante o collinare. Nato in Norvegia, lo sci di fondo rappresentava un tempo un modo molto efficiente per spostarsi sulla neve.

In Val Seriana ci sono tante piste, piuttosto brevi, sparse ad alta quota in tutte le valli laterali: c'è un anello di fondo di 6 Km al Monte Pora – il Presolana-Vareno a quota 1300 m – così come a Schilpario a quota 1150 c'è un Centro Fondo che gestisce un anello di 11,5 Km totali lungo la pineta appena fuori dal paese, caratterizzato da passaggi su una serie di piccoli ponti in legno sul fiume Dezzo.

I tracciati sono preparati quotidianamente sia per la tecnica classica sia per la tecnica di pattinaggio e 1500 metri di pista sono sfruttabili anche la sera grazie all'illuminazione notturna ma solo su prenotazione. In Alta Val Seriana, a Valbondione in frazione Lizzola, c'è una pista da 5 km con anelli intermedi più brevi, dotata di innevamento programmato che permette di sciare da dicembre ad aprile. A Spiazzi di Gromo la pista è lunga 5 km all'interno della pineta ma ce ne sono anche a Clusone, Borghi della Presolana in località Prius e Gandino dove però le aperture avvengono solo in occasioni eccezionali.

## Sci da fondo



## Sci d'alpinismo

Si tratta più precisamente di un'attività sportiva che utilizza gli sci per effettuare ascensioni in montagna ed escursioni durante il periodo invernale – solitamente in presenza di un notevole dislivello – e di discese fuori pista.

La Presolana, il Monte Grem, i Campelli sono alcuni degli itinerari di scialpinismo in ValSeriana; il Passo del Branchino, il Monte Farno per ideali per chi ama le racchette da neve.



## Ciaspole

Le racchette da neve, "ciaspe" in lingua ladina oppure "ciaspole" in altri dialetti, sono un particolare strumento che permette di spostarsi agevolmente sulla neve a piedi. Stupenda escursione partendo da Schilpario (Loc. Fondi) fino al Passo Campelli. Percorrere la statale della ValSeriana verso il Passo della Presolana. Raggiunto Schilpario in Val di Scalve, proseguire lungo la strada del Vivione innevata, nella stupenda abetaia, fino a portarsi in località Cimalbosco a circa oltre 1500 m di quota. Lasciata l'auto si imbecca la strada sterrata, seguendo la traccia di neve battuta, per raggiungere in poco tempo il Rifugio Cimon della Bagozza (1600 m.s.l.m.) passando per la Malga di Cimalbosco.



## Piste di pattinaggio su ghiaccio

Una pista può trovarsi sia in un palazzetto chiuso, condizionato per mantenere continuamente il ghiaccio, sia all'aperto, dove il ghiaccio viene mantenuto grazie all'impianto frigorifero sottostante.

Castione della Presolana  
Colere  
Gromo  
Schilpario



## Arrampicata

La arrampicata e falesie in ValSeriana e Val di Scalve. Scopri tutti gli itinerari per raggiungere le falesie dove arrampicare e godi degli splendidi panorami.

Se non hai mai provato questo sport, lasciati accompagnare e guidare dalle nostre esperte Guide Alpine: non perdere l'occasione di vivere un'esperienza indimenticabile!





# Le attività primavera / estate



## Piste di atletica

La Comunità Montana Valle Seriana e il Comune di Clusone inaugurano insieme la nuova pista di atletica leggera presso il Centro Comprensoriale dei Prati Mini sabato 24 settembre nel corso di un'iniziativa di festa, nel ricordo di Vittore Lazzarini, cui verrà intitolato il Centro stesso.

La nuova pista, realizzata con un importante investimento della Comunità Montana che è proprietaria della struttura, verrà non solo inaugurata ma immediatamente "testata" con i Campionati Italiani di società Allievi e Allieve Gruppo Nord Ovest che vedrà la partecipazione di numerosi giovani atleti.



## Calcio e calcetto

La società sportiva di calcio Accademia Valseriana nasce nel 2011 dall'unione di tre associazioni dilettantistiche di Parre, Ponte Nossa e Premolo a cui si aggiunge un rapporto di stretta collaborazione con Villa d'Ogna.

L'obiettivo è quello di diventare un punto di riferimento nel mondo del calcio in Alta Valle Seriana cercando nel tempo di allargare la partecipazione ad altre entità locali.

<https://www.accademiavalseriana.org/>

Che squadre ci sono a Bergamo?

Squadra: Ponte San Pietro.

Squadra: Calcio Brusaporto.

Squadra: Caravaggio.

Squadra: Villa Valle.

Squadra: Virtus CiseranoBergamo.

Squadra: Real Calepina.

Campionato / Girone: Serie D - Girone B.

<https://www.tuttocampo.it/Lombardia/BG/News/1432772/serie-d-tutte-le-squadre-bergamasche-della-stagione-2021-22>



## Pallavolo

Seriana Volley Associazione Sportiva Dilettantistica ha sede a Bergamo ed è affiliata alla FIPAV.

La loro principale attività è quella di promuovere la pallavolo organizzando corsi rivolti a bambini e ragazzi.

Seriana Volley Associazione Sportiva Dilettantistica è radicata nella comunità di Bergamo e al loro interno sono cresciute generazioni di bambini e ragazzi che hanno imparato i valori fondamentali dello sport e l'importanza del lavoro di squadra.



## Palestre e Bodybuilding

Un mondiale "made in Val Seriana". Alessio Bertolino, 26 anni, preparatore atletico e atleta amatoriale di bodybuilding, gestore della palestra Tiger Club di Clusone, è il nuovo Campione del mondo nella categoria sotto i 100 kg.

Il prestigioso traguardo è stato raggiunto da Bertolino al Campionato del mondo Wabba, una delle più importanti organizzazioni internazionali di bodybuilding e fitness al mondo, che si è svolto lo scorso 16 giugno 2022.



## Pescare

In Val Seriana è possibile pescare anche nei laghetti alpini. I principali sono: laghi di Valgoglio, lago Barbellino (naturale, artificiale), lago di Valbona e Gleno. Tutti questi laghi si trovano al di sotto dei 1500 m, perciò è possibile praticare la pesca secondo il regolamento delle acque di tipo "B". In tutti i laghetti alpini al di sopra dei 1500 m di quota l'esercizio della pesca per ogni specie ittica è consentito da maggio ad ottobre. Nei laghi alpini le principali specie ittiche sono il salmerino e la trota lacustre. Lungo tutto il fiume Serio è consentita la pesca.

<https://www.valseriana.eu/sport-e-divertimento/dove-pescare-in-valseriana/#:~:text=I%20principali%20sono%3A%20laghi%20di,acque%20di%20tipo%20%E2%80%9C B%E2%80%9D.>



Salmerino



Trota lacustre

## Birdwatching - osservazione degli uccelli

Attività ricreativa consistente nell'identificare e osservare con il binocolo, durante lunghi appostamenti, gli uccelli nel loro ambiente naturale (o, meno spesso, in ambiente cittadino), studiandone e annotandone comportamenti, abitudini, diffusione, anche a fini di ricerca scientifica. Lungo il parco del Serio a Nembro in località Saletti c'è un laghetto di circa 6.000 mq che si osserva attraverso la finestrella di una struttura in legno che si trova sulla pista ciclabile.



Foto scattate dalla  
prof.ssa Noris

## **Minigolf**

Cascina delle noci, Castione della Presolana: il minigolf con 18 buche è la location ideale per una giornata di divertimento in famiglia o tra amici e per attività team building aziendale.

Centro sportivo Ruggeri a Clusone

Selvino



# Tennis

*Il tennis viene praticato da due giocatori contrapposti, o da due coppie di giocatori tra loro contrapposte, utilizzando una racchetta ciascuno e una pallina su un campo di gioco rettangolare diviso a metà da una rete. Il campo può essere in terra battuta, erba, cemento o materiale sintetico, all'aperto o al coperto.*

A Clusone: Tennis Altopiano

A Piario: Centro sportivo Piario

A Parre: Tennis Club Parre

A Castione della Presolana: Tennis centro sportivo

Ad Alzano Lombardo: associazione sportiva dilettantistica Tennis Club Montecchio

Ad Albino: Tennis Vall'Alta

A Gorno: Campo da Tennis

A Pradalunga: Tennis Club



## Nordic Walking

È un metodo di praticare fitness che si è affermato in tutto il mondo. Quindi un nuovo modo di ricercare il proprio benessere psicofisico, basato su uno stile di vita sano e attivo, che ha come fine il miglioramento della salute fisica.

Attività fisica che può essere praticata da tutti e che si svolge all'aria aperta a contatto con la natura, consiste in una camminata naturale e dinamica associata all'utilizzo di bastoncini in modo funzionale all'avanzamento del corpo.

OROBIENORDICWALKING su richiesta, organizza corsi base anche in media-alta Val Seriana.



# TREKKING

## 1. IL PERCORSO DEL LUPO AD ALZANO LOMBARDO: DOVE SI SFIORA UN'EX ALTURA SOTTOMARINA

Uno splendido itinerario ad un passo da Bergamo è il Percorso del Lupo ad Alzano Lombardo, totalmente immerso nel verde e ben segnalato con cartelli che riportano il disegno del lupo. Durante il percorso oltre che poter ammirare una splendida vista su tutta la Val Seriana dal Monte di Nese, si lambisce il Monte Cavallo che nei periodi Cretacico e Giurassico era un'altura sottomarina.



## 2. DA RIPA BASSA AI LAGHI DI CARDETO: TRA ACQUE E MIRTILLI

Questo è un itinerario abbastanza impegnativo che si sviluppa sui monti sopra Gromo, uno splendido borgo medievale. Circa a metà percorso è possibile ammirare un ampio panorama sull'alta Val Seriana, e al termine della camminata si giunge a tre laghetti incastonati sul pendio del Monte Madonnino: Lago Basso, Lago di Mezzo e Lago Alto.



## 3. IL PERCORSO DELLA RANA: UNA PASSEGGIATA TRA ORCHIDEE E ALTRI FIORI

Il Percorso della Rana è un percorso semplice ed estremamente appagante dal punto di vista naturalistico perché durante la passeggiata è possibile ammirare numerose e varieghe fioriture di orchidee e altre specie fioristiche. Tutto l'itinerario si snoda tra Monte di Nese e il Canto Basso.

## 4. ESCURSIONE AL RIFUGIO ALPE CORTE: BOSCHI, LAGHI E TORRENTI

Tra i diversi sentieri che giungono al rifugio Alpe Corte quello che vi consigliamo è molto bello perché ricco di boschi, nella parte bassa, e di rocce e pascoli, in quella alta.



## 5. ESCURSIONE AL RIFUGIO CURÒ: SULLE RIVE DEL LAGO COLOR SMERALDO

Il percorso che va da Valbondione al Rifugio Curò è abbastanza impegnativo ma la meta ripaga abbondantemente della fatica per arrivarci. Il rifugio si trova infatti in una conca a fianco del suggestivo Lago del Barbellino, caratteristico per le sue acque dal color smeraldo.

<https://giteinlombardia.it/notizia/trekking-in-valseriana-5-itinerari-tra-pianori-e-vette/>

## Pista ciclabile

Da Ranica a Clusone lungo le sponde del Serio.

Una ciclopedonale da percorrere con calma e relax, 31 km pedalando nella natura affiancando il fiume Serio e sfiorare i paesi adagiati nella valle.

La pista ciclabile regina, la più utilizzata per arrivare alle salite dei percorsi descritti nel sito, la comunità montana l'ha chiamata BiGiClo ed è ben segnalata lungo tutto il percorso con indicazioni chilometriche e pannelli informativi sulla flora e fauna tipica del fiume.

Da Alzano Lombardo fino al confine di Albino abbiamo due scelte di percorso rispettivamente a destra e sinistra della sponda orografica del fiume Serio, successivamente la via è unica con qualche possibile breve variante. Si attraversa il fiume Serio diverse volte su moderni ponti in acciaio e legno o su antichi ponti medievali in pietra.

Molto bello il parco del Serio di Alzano Lombardo e Villa di serio. Fino ad Albino, la tramvia TEB della valle seriana corre pressoché parallela alla ciclabile, molto utile se vogliamo accorciare la pedalata.



## Pista macchinine radio comandate

La pista S.R.B. nasce da un'idea e dalla passione per il modellismo di creare un circuito per divertirsi e far divertire. E' stata realizzata con grande passione e dedizione, per far avvicinare chiunque al mondo del modellismo dinamico. Il tracciato è ben strutturato e consente di utilizzare al massimo tutte le caratteristiche del proprio automodello; un lungo rettilineo per sfruttare tutta la velocità del proprio mezzo, curve, paraboliche e salti molto tecnici.

**CARATTERISTICHE PISTA:**

Lunghezza tracciato: 340m

Larghezza tracciato: 5m

Senso di marcia: Antiorario

Circuito Nazionale Omologato ACI (grado A)



## Baskin e basket



Baskin significa «basket integrato». Il gioco permette la partecipazione attiva di giocatori con qualsiasi tipo di disabilità (fisica e/o mentale) a condizione che essi siano in grado di tirare a canestro.

Si può praticare il baskin negli spazi del palazzetto di Nembro in via Moscheni

La pallacanestro, conosciuta anche come basket, diminutivo del termine inglese basketball, è uno sport di squadra in cui due squadre di cinque giocatori ciascuna si affrontano per segnare con un pallone nel canestro avversario, secondo una serie di regole prefissate.

## Mountain bike

La bicicletta da montagna", spesso abbreviata in MTB, acronimo di Mountain/Trials Bike o Mountain Trail Bike; in italiano "rampichino") è una bicicletta strutturata in maniera da potersi muovere agevolmente al di fuori delle strade asfaltate o le piste ciclabili, ed affrontare terreni sconnessi, sia in salita in alto

Scoperta non è trovare nuovi luoghi, ma vederli con nuovi occhi

...

Benvenuti in Valle Seriana Bike Nel sito trovate tutte le informazioni per pedalare con la vostra mountain bike ed Ebike a due passi da Bergamo nelle Orobie bergamasche.

Interessanti e piacevoli passeggiate con la vostra MTB nella bassa Valle Seriana, nei dintorni di Bergamo oppure percorsi impegnativi di diverse ore su sentieri tecnici.



## Piste da moto cross

Ormai da decenni si radunano gli appassionati di motocross e discipline motoristiche. Quella in corso nel pomeriggio di oggi però non era una gara, ma la semplice attività di un appassionato. Il giovane stava provando il percorso quando all'improvviso ha perso il controllo della sua moto ed è caduto, riportando diversi traumi.

Clusone



## Skate boart in val seriana

Il skate boart si trova a Cirano, localizzata ai piedi della chiesa di san Gottardo, in via Silvio Pellico. Nella nuova area sportiva si trova lo skatepark, piattaforma in calcestruzzo con rampe e piccoli ostacoli per chi vuole cimentarsi con lo skateboard, e l'area calisthenics, con tappeto antitrauma e con attrezzature utili per allenarsi a corpo libero e all'aperto.



## Roller

L'invenzione e la creazione del pattino con 4 ruote in linea "rollerblade" nacque da un'idea di due ragazzi del Minnesota nel 1980, giocavano ad Hockey sul ghiaccio ed avendo bisogno di allenarsi anche d'estate smontarono un pattino per ghiaccio, usando come carrello la lama ed inserendo al suo interno quattro ruote.

Corso di rollerblade - Via Roma - Parre

Centro sportivo Saletti - Nembro



## Campi da bocce

Il Bar Sport è una delle strutture ricreative più storiche di Clusone: il bar è stato aperto già negli anni '50 e nel 1973 è diventato anche bocciodromo. La famiglia Balduzzi gestisce il locale dal 1979. La sede dell'associazione Bocciofila Clusone è proprio presso il Bar Sport, che è dotato di due campi regolamentari di bocce di 26,70×5 metri, protetti da una tensostruttura con illuminazione notturna. Nel periodo estivo si organizzano tornei di bocce a premiazione, anche all'aperto. La saletta interna è dedicata al gioco delle carte, con tornei di Scala 40, Tre sette, Marianna ecc.



Alzano Lombardo

Piscina coperta con tetto scorrevole e piscina esterna con prato

Via Daniele Pesenti, 30

[www.piscinealzano.it](http://www.piscinealzano.it)

Casnigo

Piscina coperta e parco acquatico esterno con scivoli e laguna per i piccoli

Via Lungo Romna, 2

[www.centrisportivicsc.it](http://www.centrisportivicsc.it)

Parre

Piscina coperta

Via Costa Erta, 19

[www.radicinuoto.it](http://www.radicinuoto.it)

Rovetta

Piscina coperta e solarium esterno con prato

Via Papa Giovanni XXIII, 12/f

[www.centrisportivicsc.it](http://www.centrisportivicsc.it)

Piscine Stagionali

Selvino

Piscina coperta e terrazzo solarium con erba sintetica

Apertura nella stagione estiva, per info consulta la scheda

## Piscine



## Pin pong

In tanti paesi della valle si trovano centri sportivi o anche parchi gioco dove è possibile giocare a ping pong. Anche nella nostra scuola, oltre alla palestra abbiamo il tavolo da ping pong e vengono organizzati tornei anche durante le giornate di cogestione.



Ci sono tantissime occasioni per praticare tutti i tipi di danza, dalla classica alla moderna dalla sud americana alla hip hop

Conosciuta anche come «danza orientale» o «belly dance», la danza del ventre è una delle più antiche forme di danza di cui esistano testimonianze. In origine era legata ad antichi culti dedicati alla Madre Terra e veniva praticata dalle donne per propiziare la fertilità

## Danza



## Yoga

Yoga è il nome di un gruppo di pratiche e discipline fisiche, mentali e spirituali originariamente indiane. Rappresenta una delle sei scuole ortodosse tradizionali filosofiche indù.

Centro culturale l'albero dello yoga - Villa di Serio

Il giardino di Ortis - Vertova



## Arti marziali

Aumentano la resistenza e contribuiscono a fortificare il corpo, tonificando la maggior parte dei gruppi muscolari. tantissime palestre organizzano corsi, di seguito alcuni esempi:

Fit Estetik - Albino

The way oh modern Bushi - Parre

Judo - Cene





# Visite culturali in val Seriana

## Santuario delle grazie

Il Santuario di Ardesio è stato edificato nel luogo in cui la tradizione vuole sia avvenuta, il 23 giugno 1607, l'apparizione mariana, alle due sorelle Maria e Caterina Salera, durante un temporale. La delibera per la costruzione della chiesa risale al 13 gennaio 1608, mentre la posa della prima pietra è del 24 giugno dello stesso anno. Successiva è invece la costruzione del campanile, iniziato nel 1645. La struttura è a pianta basilicale, a tre navate in stile composito classico. La facciata principale, a est, è una struttura architettonica eseguita in pietra locale e marmo rosso; in stile ionico settecentesco, riproduce la forma interna dell'edificio a tre navate. Nel presbiterio è collocata la famosa stanza dei Santi (conservata da casa Salera, la dimora in cui apparve la Vergine) con il grande affresco dell'Apparizione. Il pulpito proviene dalla bottega dei Fantoni, mentre all'interno si trovano numerosi affreschi dei pittori Alberto e Cesare Mironi e di Antonio Guadagnini.



## Santuario san Patrizio

Il santuario di San Patrizio è un luogo di culto cattolico che si trova a Colzate, in alta val Seriana, in provincia e diocesi di Bergamo; è sussidiario della chiesa di San Maurizio e fa parte del vicariato di Gazzaniga.

Il santuario si trova in posizione dominante sulla valle posto sopra uno sperone di roccia detto I grumi, è il simbolo della valle stessa, ed è il risultato di una serie di strutture architettoniche edificate nell'arco di più secoli.



## Madonna D'erbia

La comunità di Casnigo si riconosce da alcuni secoli nella devozione alla Vergine Maria, apparsa in località Erbia, dove i casnighesi le hanno costruito e dedicato un santuario. Esisteva, nel 1550 circa, dipinta sul muro di una stalla, un'antica immagine di Maria nell'atto di nutrire al suo seno il Bambino Gesù ed i montanari che lavoravano e transitavano sul posto, rapiti dall'amabilità che traspariva dal suo volto, presero a pregarla ed invocarla, vedendosi esauditi nei propri bisogni. Si sparse allora la voce che fosse un'immagine miracolosa, e come succede in tali casi, vi fu un accorrere di gente numeroso e continuo. Solo verso la fine del Settecento o sul principio dell'Ottocento si eresse una piccola chiesetta, benedetta nel 1813, incorporandovi il muro del fienile riportante la venerata immagine, che fu così sottratta alle intemperie e convenientemente difesa. Nel santuario è conservata, esposta in una teca in vetro, l'ultima talare indossata dal Santo Papa Giovanni Paolo II: questa reliquia di un così importante Papa è diventata oggi meta di pellegrinaggi.



La tradizione fa risalire la fondazione del Santuario della Madonna dello Zuccarello all'8 dicembre 1374 per volontà del nobile Bernardo Vitalba, che sul colle aveva il suo castello.

Per secoli la chiesa rimase di proprietà della famiglia Vitalba e solo nel 1847 fu trasferita alla Fabbriceria della Parrocchia di Nembro. Lungo la mulattiera che sale alla chiesa della Madonna dello Zuccarello vi sono le tribuline dei Misteri del Rosario, documentate nel 1738, ma probabilmente erette nella metà del '600.

## Santuario dello zuccarello



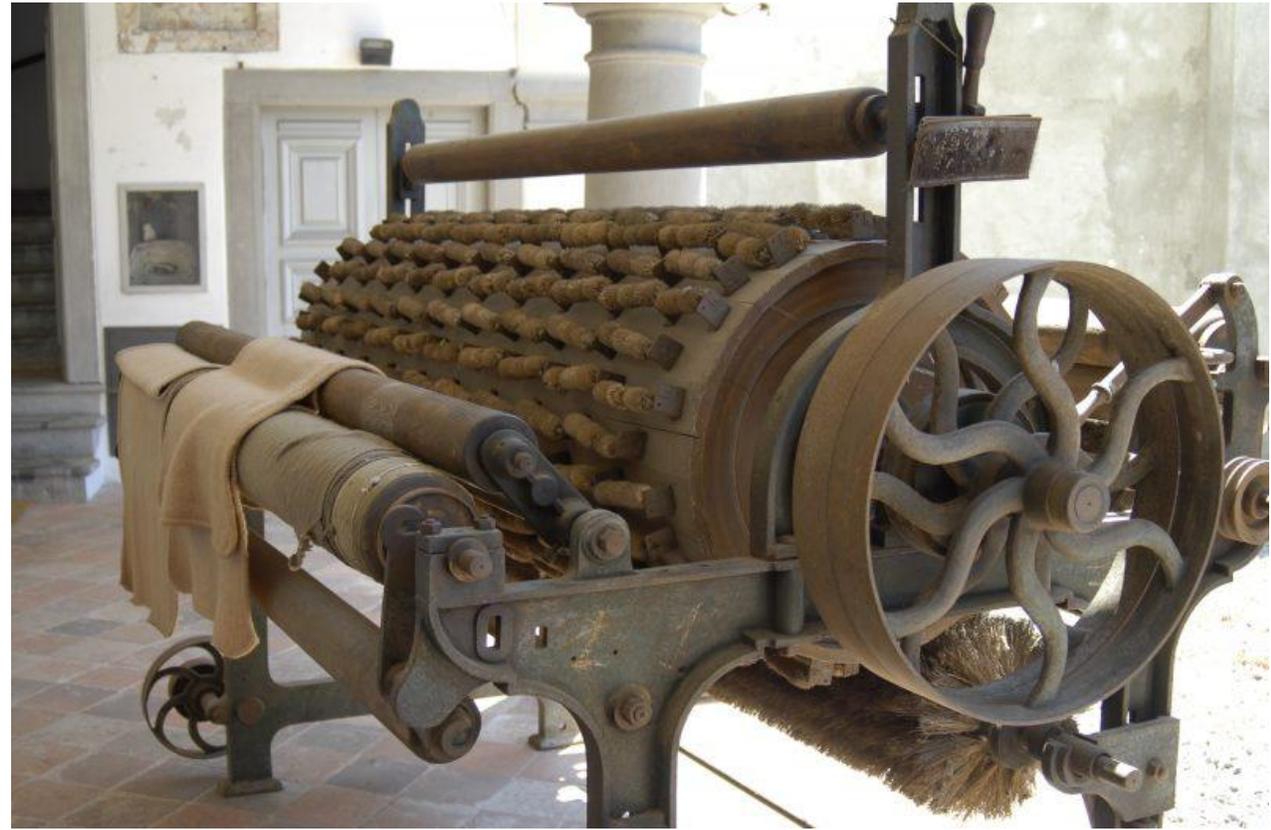
## Museo etnografico della Torre di Comenduno

Il Museo etnografico la Torre di Comenduno, collocato all'interno di Villa Regina Pacis, nella frazione di Comenduno ad Albino, è gestito dall'associazione Amici del Museo della Torre con l'obiettivo di conservare e valorizzare i manufatti espressione del lavoro e della cultura popolare locale, in particolare della civiltà contadina.



## Museo del tessile

Spazi più ampi e luminosi, ma anche una collocazione strategica in Val Gandino per la nuova sede del Museo del Tessile di Leffe (BG), inaugurata il 5 maggio 2013. Su oltre mq. 500, esposizione di reperti tessili storici e macchinari funzionanti! Ciclo di lavorazione della seta, carde, telai in legno e meccanici, garzatrice, follone e macchinari per i merletti ricami e passamanerie. Zona didattica per scolaresche. Situato nel plesso scolastico di Leffe, dispone di un ampio cortile e di un parcheggio (gratuito) per un centinaio di posti macchina. Adiacente ad una tensostruttura per eventi il museo è agibile per diversamente abili. Il museo ha ottenuto il riconoscimento regionale come "Raccolta Museale".



## Museo delle Pietre Coti

Il MUPIC – Museo delle Pietre Coti Valle Seriana costituisce una delle tante iniziative a carattere culturale e documentario intrapresa dalla Valle Seriana. Nembro e Pradalunga sono stati per secoli territori di produzione e di commercializzazione delle coti, pietre che servivano per ridare il filo agli attrezzi da taglio, in particolare alla falce fienaja. Nembro, in particolare, si caratterizzò come centro di lavorazione e di spedizione delle coti che dal paese partivano alla volta dei paesi europei ed extraeuropei. Nell'Ottocento, ben mille persone trovavano occupazione in vario modo nelle attività di lavorazione delle pietre: non solo gli uomini addetti all'escavazione, al trasporto, alla cernita ed al taglio, ma anche donne e bambini che prestavano la loro opera nella levigazione, sovente effettuata in ambito domestico.



Il MAP Museo delle armi bianche e delle pergamene di Gromo ospita tre sezioni espositive nelle sale affrescate di Palazzo Milesi (Sec. XV), allestite secondo nuovi criteri estetici e didattici.

- La ricca collezione privata di armi bianche originali, datate tra il sec. XV e il sec. XVII comprende alabarde, spade da fante, spade a tazza, strisce e pugnali, coltelle con i punzoni delle famiglie di spadai gromesi Scacchi, Zuchini e Ginami; un 'quadrono' in ghisa, 'vergelle' e incudini da fabbro dei sec. XVII e XVIII.
- La sezione delle pergamene si compone invece di documenti e testi antichi estratti dal Fondo 'Donazione Valerio Milesi' (1323 - 1800)
- La 'Sala delle Armi' e il ciclo di affreschi collocabile in quel filone pittorico degli inizi del secolo XVI ben documentato in ambito alpino
- Di recente fondazione è anche l'Archivio fotografico digitale che raccoglie in sei sottosezioni tematiche, immagini storiche e recenti del borgo medievale di Gromo e delle sue caratteristiche frazioni limitrofe.

## Museo delle armi



## Casa museo Fantoni – Rovetta

Il patrimonio artistico della **Casa Museo Fantoni** annovera disegni, opere in legno e in marmo, modelli in terracotta, legno e gesso.

Tra i disegni e i modelli si contano esemplari elaborati dalle diverse generazioni di maestri Fantoni tra il secolo XVI e il XVIII e pezzi confluiti nei repertori della bottega da altri ambiti artistici dell'Italia settentrionale.

A queste collezioni si affianca un fondo, di prevalente interesse storico, costituito da un ricchissimo archivio di memorie, contratti di lavoro, epistolari e notizie relative alle opere e ai processi di produzione.

Le raccolte sono completate dai libri mastri riguardanti l'attività e la gestione economica della bottega, da una galleria di ritratti dei membri della famiglia, da una serie di strumenti per la lavorazione del legno e da una collezione di pergamene risalenti ai secoli tra il XIV e il XVIII.



Si tratta di una costruzione meccanica assai ardita per i tempi in cui è stata realizzata e sotto di esso compare la dicitura "SYDERA VIX ALIJ OBSCURA RATIONE MOVERIFANZAGUS MANIBUS, LUMINIBUSQUE PROBAT 1583" che significa "«Ho messo in opera tutta la conoscenza acquisita dagli astronomi nei loro studi. 1583». Fanzago di Clusone. L'orologio segna i movimenti del sole e della luna, le ore del giorno e la durata della notte, gli equinozi ed i solstizi, le costellazioni dello zodiaco, le lunazioni, i mesi, le ore, i minuti. L'antico meccanismo viene caricato a mano ininterrottamente tutti i giorni da circa quattrocento anni.

## Orologio Planetario Fanzago – Clusone



## Il borgo medievale di Gromo

Gromo mantiene inalterato, nel suo centro storico, il tipico fascino dei paesini di montagna.

E' grazie proprio a questa sua atmosfera d'altri tempi che si è guadagnato l'inserimento nella lista dei Borghi più belli d'Italia e delle Bandiere Arancioni del Touring Club Italiano.

Il borgo di Gromo è situato sulla riva destra del fiume Serio, in posizione difensiva sulla sommità di uno sperone di roccia.

Deve la sua ricchezza alle numerose fucine che, nei secoli passati, produssero armi in ferro. E' per questo motivo che, spesso, veniva chiamato l' "acciaio di Milano".

In queste zone, oltre al ferro, veniva estratto pure l'argento!



## Parco paleontologico di Cene

Situato in media Valle Seriana, il Parco è nato per tutelare e valorizzare uno dei più importanti giacimenti paleontologici del mondo, definito geosito di rilevanza internazionale. Il 5 febbraio 1965 infatti, nell'area dell'attuale Parco Paleontologico, un'ampia frana mise in luce un eccezionale giacimento fossilifero: uno dei più interessanti siti paleontologici a livello nazionale. E' del 1973 la clamorosa scoperta dello scheletro perfettamente conservato di *Eudimorphodon ranzii*, il più antico Pterosauro al mondo.





Prodotti tipici da  
assaggiare in Val  
Seriana

# PRODOTTI TIPICI DELLA VAL SERIANA

- Moscato di Scanzo: vitigno autoctono della provincia di Bergamo, in particolare delle colline intorno a Scanzorosciate. La sua esistenza è documentata fin dai tempi di guelfi e ghibellini, così come pare che nel 1700 venisse già quotato alla borsa di New York. Non stupisce chi lo conosce: un vino squisito e prezioso, aromatico e fruttato, che sopravvive ancora oggi grazie ad alcune cantine, come Biava che lo vende persino in America, o come i Pagnoncelli Folcieri: sono i più piccoli produttori della più piccola DOCG d'Italia, con un ettaro di proprietà e uno in affitto, 600 litri di produzione e non più di 1200 bottiglie.
- Patata di Rovetta: Il territorio intorno al comune di Rovetta si conferma particolarmente proficuo anche per un altro prodotto, oltre al Mais Rostrato Rosso: è la celebre patata a pasta bianca di Rovetta, che in passato ha costituito uno degli alimenti principali dell'alimentazione locale. Un tempo, infatti, erano molti di più gli agricoltori che la coltivavano, anche perché, com'è noto, le patate prediligono le fresche temperature di montagna. Ancora oggi continua la sua produzione, seppur più limitata, ma sempre caratterizzata da una consistenza particolare: andate alla sagra in suo onore ogni terza domenica di settembre.
- Mais autoctoni: il territorio si presta da sempre alla produzione di melgòt in quantità. Le varietà locali in questione sono lo Spinato di Gandino, il Rostrato di Rovetta, il Nostrano dell'Isola e il Rostrato dell'Isola Ambivere, l'ultimo ad esser stato riconosciuto dalla Banca del Germoplasma, tutti perfetti, per motivi diversi, per la preparazione della polenta bergamasca e di altri prodotti, quali gallette, torte, gelati e biscotti.



# PIATTI TIPICI DELLA BERGAMASCA

## ANTIPASTI

Salame

Pancetta

Lardo

Cacciatore

Funghi  
sott'olio

Cipolle in  
agrodolce

Giardiniera

## PRIMI PIATTI

Casoncelli

Scarpinoc de  
Par

Bertù de Roeta

Pappardelle  
lepre in salmì

Risotto ai  
porcini

Foiade

## SECONDI PIATTI

Punta ripiena

Cappone  
ripieno

Coniglio

Brasato

Stufato

Arrosto

## CONTORNI

Polenta

Polenta  
taragna

Polenta  
contadina

Polenta  
pasticciata

Capù

## DOLCI

Torta Donizetti

Polenta e osèi

Gelato  
stracciatella

# BERTÙ DI SAN LORENZO

Sono una pasta ripiena di grandi dimensioni fatti con salamella bergamasca, grana padano e pane. La pasta che rivesta il ripieno è preparata utilizzando farina integrale.

Per la sfoglia:

- 500 g di farina integrale
- 2 uova

Per il ripieno:

- 350 g di cotechino
- 150 g di grana grattugiato
- 100 g di pane grattugiato
- 1 uovo

– cipolla, aglio, prezzemolo, sale, noce moscata q.b.

Per il condimento:

- 100 g di burro
- 100 g di pancetta
- 100 g di grana padano DOP grattugiato
- 5 o 6 foglie di salvia



Iniziate con il preparare la sfoglia che, rispetto alla classica pasta fresca, richiede meno uova. Setacciate quindi la farina sulla spianatoia e aggiungete un pizzico di sale, le due uova e acqua tiepida a sufficienza per ottenere un impasto sodo ed elastico. Fate un panetto e lasciatelo riposare per almeno 30 minuti. Preparate quindi il ripieno. Iniziate con il soffriggere brevemente nel burro l'aglio e la cipolla tritati, unite poi il cotechino spezzettato e senza pelle. Versate quindi il tutto in una terrina aggiungendo il grana padano DOP, il pane grattugiato, il prezzemolo tritato, la noce moscata e l'uovo. Salate a piacere e quindi amalgamate il tutto. Se troppo asciutto aggiungete un poco di acqua o latte. Preparate ora i Bertù: tirate una sfoglia sottile che taglierete in tondi di circa 10 centimetri di diametro, posizionate al centro il ripieno nella quantità di circa un cucchiaino, piegate a metà la pasta avendo cura di chiudere bene i bordi, ripiegate nuovamente e sollevate verticalmente le due alette laterali.

Tagliate quindi la pancetta a dadini e fatela rosolare nel burro con la salvia. Nel mentre lessate in acqua salata i bertù, scolandoli al dente (dopo circa 10 minuti di cottura). Conditeli e serviteli cospargendoli di Grana Padano DOP.

# SCARPINOCC DE PAR

Sono ravioli con un ripieno di magro. Il ripieno è povero ma gustoso fatto di pane, formaggio ed erbe selvatiche

## Per la pasta:

400 gr farina di grano tenero e duro  
2-3 uova  
40 gr. di burro  
latte q.b.

## Per il ripieno:

400 g di Grana Padano  
175 g pane grattugiato  
200 g burro  
2 uova  
100 ml latte  
sale fino, prezzemolo, aglio, spezie miste



Prepara la pasta unendo la farina con le uova, il burro ed il latte così da ottenere un impasto compatto. Poi stendila con un mattarello o con la macchina della pasta, fino ad avere una sfoglia di 1 mm circa. Falla riposare.

Prepara il ripieno grattugiando Grana Padano e pane, poi amalgamali con le spezie. Fai sciogliere il burro e unisci aglio e prezzemolo finemente tritati. Rimpasta gli ingredienti aggiungendo latte e uova; otterrai infine un composto morbido e omogeneo.

Tira la pasta e poi dividila in cerchi di 6 cm di diametro, al centro dei quali metti il ripieno.

Chiudi gli scarpinocc a mezzaluna, poi chiudi i bordi premendoli con le dita, in modo da evitare la fuoriuscita del ripieno, poi schiaccia al centro con l'indice. Gli scarpinocc prenderanno la forma di una caramella.

Fai cuocere per circa 8-10 minuti in acqua salata. Soffriggi il burro con foglie di salvia.

Condisci con formaggio grattugiato, burro e salvia. In caso tu li abbia preparati in anticipo e congelati su vassoi, fai cuocere per circa 12-15 minuti dal bollore.

# TOSEI DI ROVETTA

Raviolo lavorato a mano realizzato con sfoglia di farina di frumento integrale. Il ripieno è composto da grana padano, latte, pane e uova

## Per la sfoglia:

- 500 g di farina integrale
- 2 uova
- q.b. acqua tiepida

## Per il ripieno:

- 200 g grana Padano grattugiato
- 85 g pane grattugiato
- 3 g. spezie miste
- 100 g burro, sale fino
- 1 uova, 50 ml latte
- 1 spicchio d'aglio piccolo

## Per il condimento:

- 100 g di burro
- 100 g di pancetta
- 100 g di grana padano
- 5 o 6 foglie di salvia



Setacciare la farina sulla spianatoia, aggiungere un pizzico di sale, le due uova e acqua tiepida a sufficienza per ottenere un impasto sodo ed elastico. Fare un panetto e lasciare riposare per almeno 30 minuti.

Preparare il ripieno: mescolare il grana con il pane e le spezie; unirvi le uova sbattute e salate ed il latte.

Soffriggere il burro con l'aglio a pezzetti, filtrarlo ed aggiungerlo agli altri ingredienti. Impastare bene con le mani.

Tirare una sfoglia sottile che taglierete in tondi di circa 10 centimetri di diametro, posizionare al centro il ripieno nella quantità di circa un cucchiaino, piegare a metà la pasta, ripiegarlo nuovamente e sollevate verticalmente le due alette laterali. Tagliare quindi la pancetta a dadini e rosolare nel burro con la salvia. Lessare in acqua salata i Tosei, scolare al dente. Condire e servire con una spolverata di grana grattugiato.

## Casoncelli alla bergamasca

### Ingredienti:

300g di farina  
200g di semola  
4 uova  
sale e pepe  
acqua  
100g di pancetta  
100g grana grattugiato  
180g di burro  
salvia  
5 amaretti



Procedimento: fare la pasta, impastare gli ingredienti fino ad ottenere una pasta liscia ed elastica. Lasciarla riposare 30 minuti avvolta nella pellicola.

Per preparare il ripieno: in una casseruola antiaderente mettere la pasta di carne tritata, grana e amaretti.

Preparare i casoncelli: stendere la pasta e con uno stampino ritagliare tanti dischetti. Distribuire al centro il ripieno spennellare un po' d'acqua e chiudere i bordi. Bollire i casoncelli in acqua salata per un paio di minuti e poi condirli con un po' di burro fuso e salvia.

## Ingredients:

300g of flour

200g of semolina

4 eggs

salt and pepper

water

100g of bacon

100g grated parmesan

180g of butter

sage

5 amaretti



Procedure: make the dough, mix the ingredients until you get a smooth and elastic dough. Let it rest for 30 minutes wrapped in plastic wrap.

To prepare the filling: put the minced meat, parmesan and amaretti biscuits in a non-stick saucepan.

Prepare the casoncelli: roll out the dough and cut out many disks with a stencil. Distribute the filling in the center, brush a little water and close the edges. Boil the casoncelli in salted water for a couple of minutes and then season them with a little melted butter and sage.

## Ingredientes:

300g de harina  
200g de sémola  
4 huevos  
sal y pimienta  
agua  
100g de tocino  
100 g de queso  
parmesano rallado  
180g de mantequilla  
sabio  
5 amaretti



Método: Hacer la masa, amasar los ingredientes hasta obtener una masa tersa y elástica. Dejar reposar durante 30 minutos envuelto en film plástico.

Para preparar el relleno: poner la carne picada, el parmesano y los amaretti en una cacerola antiadherente.

Prepare los casoncelli: extienda la masa y corte muchos discos con una plantilla. Distribuir el relleno en el centro, pincelar un poco de agua y cerrar los bordes. Hervir los casoncelli en agua con sal durante un par de minutos y luego condimentarlos con un poco de mantequilla derretida y sabio.

Osteria della Val Seriana e dintorni  
Menú

Antipasto:

Tagliere di salumi e formaggi kilometro zero

Primi piatti:

Pizzoccheri

Casoncelli

Risotto radicchio e speck

Secondi piatti:

Cotoletta con patatine

Polenta taragna

Brasato con patate al forno

Dessert:

Sorbetto al limone

Torta della casa

Gelato

Menù completo 30 euro (bevande escluse)



Osteria della Val Seriana e dintorni  
Menu

Appetizers:

Platter of cold cuts and zero kilometer cheeses

First dishes:

Pizzoccheri

Casoncelli

Radicchio and speck risotto

Second courses:

Cutlet with chips

Polenta taragna

Braised with baked potatoes

Dessert:

Lemon sorbet

Homemade cake

Ice-cream

Complete menu 30 euros (drinks not included)



Osteria della Val Seriana e dintorni  
Menù

Aperitivos:

Tabla de embutidos y quesos de kilómetro cero

Primeros platos:

Pizzoccheri

Casoncelli

Risotto de achicoria y mota

Segundos cursos:

Chuleta con patatas fritas

Polenta taragna

Estofado con papas al horno

Postre:

Sorbete de limón

Pastel hecho en casa

Helado

Menú completo 30 euros  
(bebidas no incluidas)

# CHEF STELLATI DELLA VAL SERIANA

- C'è una **nuova generazione di chef** della **ValSeriana** che può vantare una **carriera stellata** in Italia e nel mondo.

**Michele Lazzarini**, di Gandellino, premiato giusto l'anno scorso dalla rivista enogastronomica Identità Golose come "**Miglior sous chef**" d'Italia. Lazzarini, studi superiori all'Alberghiera di Clusone



**Mattia Pecis** di Clusone, 25 anni, a cui è stata affidata la guida della cucina del ristorante di **Carlo Cracco** a **Portofino**. Ha frequentato l'alberghiero di Clusone.



**Mattia Agazzi**, 32enne di Alzano Lombardo, ha infatti conquistato a **Los Angeles** un posto nell'Olimpo della ristorazione. A ottobre 2021 il giovane bergamasco ha fatto ottenere la **Stella Michelin** all'**Osteria Gucci** di **Beverly Hills**. Ha studiato all'istituto **Ipssar di Nembro**



Ha studiato a Nembro anche **Salvatore Sanfilippo**, da Lefte: il suo nome è stato inserito, insieme a quello del ristorante in cui lavora, nella prestigiosa guida svizzera **Gault Millau**.



E infine **il cuoco più stellato d'Italia è seriano: Umberto Bombana**, di Clusone. Attivo in **Asia** dal 1993, ha da poco conquistato il nono riconoscimento Michelin





*La Val Seriana è tutta da scoprire, con le sue montagne e alte vette, le cascate e i torrenti, le bellezze artistiche, i sapori e le tradizioni che si tramandano nel tempo.*

## **Benvenuti in Val Seriana**



*La Val Seriana è una vallata alpina corrispondente al bacino idrico del fiume Serio situata nella provincia di Bergamo, in Lombardia.*

## **Da vedere:**

### **Monte Misma**

Il sentiero sale ripido nel bosco e termina in vetta, dove è posta una grande Croce.

### **Farno**

Da Gandino si sale in un'ora di cammino si arriva alla gigantesca croce metallica che sovrasta la vetta.

### **Presolana**

Raggiunge un'altitudine massima di 2.521 metri.

**Marina Fumagalli  
Luca Baldi  
Mattia Zinetti**

**Clusone: uno dei luoghi più conosciuti della Valle Seriana.**

- **Da vedere: L'orologio Planetario risale al 1583 – costruito da Pietro Fanzago – e riporta con precisione i pianeti del Sole e della Luna.**



È considerato il simbolo del paese ed è un grande motivo di orgoglio per gli abitanti della Valle.

La danza Macabra e il Trionfo della Morte: l'affresco tardo medioevale si trova sulla facciata esterna dell'Oratorio dei Disciplini di fronte alla Basilica.



L'affresco datato 1485 fu con molte probabilità eseguito da Giacomo Borlone de Buschis pittore seriano.

## Il Parco avventura

Il luogo giusto per far divertire i propri figli in totale sicurezza (per ogni età c'è un percorso dedicato) e soprattutto al fresco dal caldo estivo, dato che si trova all'interno di una pineta.



Inoltre il biglietto comprende giri illimitati!

## SPORT INVERNALI

### Sci d'alpinismo

*La Presolana, il Monte Grem e Campelli sono alcuni degli itinerari di scialpinismo in Val Seriana; il Passo del Branchino e il Monte Farno.*



*Le racchette da neve, "ciaspe" in lingua ladina oppure "ciaspole" in altri dialetti, sono un particolare strumento che permette di spostarsi agevolmente sulla neve a piedi.*



*Stupenda escursione partendo da Schilpario fino al Passo Campelli. Percorrere la statale della Val Seriana verso il Passo della Presolana. Raggiunto Schilpario in Val di Scalve, proseguire lungo la strada del Vivione innevata, nella stupenda abetaia, fino a portarsi in località Cima bosco a circa oltre 1500 m di quota.*

## SPORT ESTIVI

*• Il Nordic Walking è un'attività sportiva a basso impatto fisico, socializzante ed economica che si svolge all'aperto e numerose sono le possibilità nella bellissima Val Seriana.*



*Interessanti e piacevoli passeggiate con la vostra Mountain Bike nella bassa Valle Seriana, nei dintorni di Bergamo oppure percorsi impegnativi di diverse ore su sentieri tecnici.*

## Scioglilingua bergamaschi

**Té che te tàchet i tàch, tàchem i  
tàch a mé”.**

**“Mé tàcat i tàch a té? Tàchetei té  
i to tàch, té che te tàchet i tàch”**



Clamorosa diatriba tra calzolai. Per motivi a noi sconosciuti, uno dei due rifiuta all'altro un'operazione di routine. Si aprono interessanti scenari di liti paesane, che ancora una volta sfociano in anonimi versi destinati all'immortalità. *[Tu che attacchi i tacchi, attacca i tacchi a me. Io attaccare i tacchi a te? Attaccateli tu i tuoi tacchi, tu che attacchi i tacchi]*

**“Ì a èt i àe?” “I è ie i àe?”**



Variazione sul tema delle api che conferma la monotonia della vita agreste e un interesse quasi morboso verso lo stato di salute dei laboriosi insetti. *[Trad: Andate a vedere le api? Sono vive le api?]*

## FIUME SERIO

Ti ho scoperto  
un mattino d'inverno.  
Ti ho guardato scorrere  
felice.

Tu mio fratello,  
tu mia anima,  
io il tuo corpo.

Noi gemelli  
ci tocchiamo  
ogni istante.

Io sono nata con te e  
con te ho vissuto,  
amato e sofferto.

Tu scorri veloce.

Ho camminato  
come te :  
maestosa,  
irrequieta.

Questo sei tu,  
questa sono io.  
Vicini, gemelli.

Ti ho amato.

Mi sono inebriata  
fra le tue braccia.  
Ti porto nel cuore.

Mio fiume.  
Idina

