

**LA PASSEGGIATA**

## UN MONACO PER AMICO

ALL'ABBZIA DI CHIARAVALLE SULLE TRACCE DEI CIRCESTENSI CHE LA FONDARONO 800 ANNI FA. TRA ORTI E ALVEARI

di **GIAMPIERO REMONDINI**

Una passeggiata nella Valle dei Monaci, lungo la scia del miele. Hanno pensato anche ai più giovani, Centro Nocetum e Ad Artem, quando hanno organizzato questa visita guidata che in larga parte si svolge all'aperto. Come in ogni percorso ci sono luoghi e "cose" da vedere, ma questa volta, in più, c'è un paesaggio diverso nel quale immergersi. È quello dell'Abbazia di Chiaravalle, luogo da cui, sabato 24 luglio alle 9,30, parte un viaggio nel tempo che dura tutta la mattina. I viandanti che si metteranno sulle tracce dei monaci di 800 anni fa sono accolti dalla guida di Ad Artem, da un rappresentante dei monaci che abitano oggi a Chiaravalle e dall'associazione Nocetum. Dopo la presentazione inizia la visita all'Abbazia e la scoperta di come si viveva otto secoli fa, quando un gruppo di cistercensi guidati da san Bernardo fondarono il complesso in quella che oggi è la periferia meridionale di Milano. Non era una vita agiata: alcuni di loro, i "conversi", avevano ad esempio il compito di andare a Nosedo a coltivare la terra e a curare gli animali. L'itinerario prevede un passaggio nel borgo di Chiaravalle alla scoperta di tante curiosità, ma è la vicinanza con la campagna a caratterizzare fortemente quest'area. E infatti il tour prevede l'accesso al parco della Vettabbia, che prende il nome dalla roggia che lo attraversa. Meno di mezz'ora di camminata e si arriva in un'antica grangia, o cascina, dell'abbazia: nella Corte San



Visita agli orti e alle coltivazioni dell'Abbazia di Chiaravalle

Giacomo (a Nosedo), dove ha sede il Centro Nocetum e dove c'è la Chiesetta dedicata ai Santi Filippo e Giacomo. Il gruppo si riposa all'ombra di un noce e l'accoglienza tipica di queste parti trova una conferma con la consegna di un vasetto di miele e di una bevanda per rinfrescarsi. Nell'aia della City Farm, vicino ai campi e all'orto, vivono 25 tra galline, galli, conigli, pavoni, oche e anatre, oltre a due asini e tre caprette. L'esperienza è adatta a famiglie con ragazzini più grandi, in grado di reggere un'esplorazione tra ambiente e cultura di circa tre ore. È consigliabile portare una bottiglietta d'acqua, vestire scarpe comode e indossare un cappellino per ripararsi dal sole. Chi lascia l'auto a Chiaravalle potrà tornare con l'autobus 77, che da Nosedo impiega meno di dieci minuti. ◆

**DOVE**

via Sant'Arialdo 102,  
quota 15/25 euro, info  
[www.nocetum.it](http://www.nocetum.it); prenotazioni 02.6597728  
o [www.adartem.it](http://www.adartem.it)

*il libro***UN MONDO DI PAGINE**di **GIOVANNA CANZI**

Quali sono i libri che sarebbe bello trovare in ogni scaffale per giovani tra i 13 e i 17 anni? Domanda impegnativa a cui hanno provato a rispondere Hamelin, associazione che da vent'anni si occupa di educazione alla lettura e Rachele Bindi psicoterapeuta, esperta in librerapia scrivendo *Leggere per leggere. La libertà di scegliere il libro che più ci somiglia* (Salani Editore, 16,90 euro). Un testo che propone 487 tra romanzi, graphic novel e film che sanno mordere e pungere, divisi per temi archetipici: 487 rotte possibili di lettura che possono aprire ai ragazzi infinite altre strade in cui riconoscersi, ma soprattutto, in cui scoprire ciò che è altro da sé. Una bussola grazie alla quale genitori e insegnanti saranno in grado offrire a chi sta vivendo l'età di mezzo, quella zona centrale nel farsi di ogni individuo, attrezzi preziosi con i quali costruire la propria identità futura.



# Meogrurr!\*

## \*umano, basta acqua in bottigliette di plastica: rispetta la natura, drink plastic free!

chiama il +39 353 4271623  
o scrivi a [ioplasticfree@iobevo.com](mailto:ioplasticfree@iobevo.com)

[iobevo.com](http://iobevo.com)

General Beverage

io bevo

NON TANTO FREE io PLASTIC FREE

ACQUA MICROFILTRATA  
I nostri distributori erogano acqua microfiltrata, gassata, naturale e refrigerata: buona, sicura e kmo!