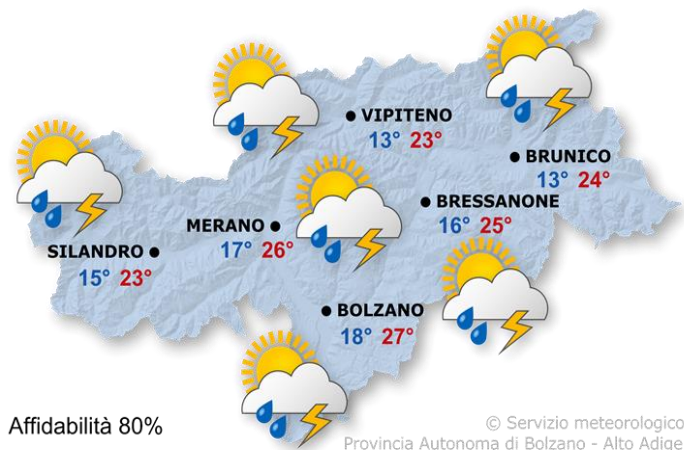


# Il gazzettino del Wieslhof 21 luglio 2018

Buongiorno cari ospiti, Vi auguriamo un bel sabato però occhio ai temporali



## Il calendario della luna



Oggi occupatevi del benessere e della bellezza dei vostri capelli; recatevi dal vostro parrucchiere di fiducia per rinnovare il taglio eliminando le punte rovinare, in casa potete fare delle maschere idratanti a base di erbe come ortica, rosmarino o farina di semi di lino. Ricordate che durante il periodo estivo i bagni in mare o piscina tendono a sfibrare i capelli rendendoli opachi e fragili, abituatevi quindi a fare impacchi e maschere nutrienti con regolarità per avere sempre una chioma lucente, forte e luminosa.

## La barzeletta di oggi:

La moglie torna a casa e annuncia al marito: "Caro, lo psicologo mi ha detto che per guarire devo andare un mese al mare, un mese in montagna e un mese in campagna: dove andiamo per prima?" E il marito: "Da un altro medico!!"

## Il comportamento corretto durante i temporali in montagna

La prima regola è quella di documentarsi con le previsioni meteo, cercando di evitare di trovarsi in vetta durante le ore più calde in estate. In caso non si possa evitare, scendete dalla vetta o non restate in cresta, scendendo eviterete di essere un più facile bersaglio, non fermatevi sotto alberi isolati, se siete in uno spazio aperto mettetevi il più vicino a terra, accucciati facendo attenzione ad avere la minor porzione di corpo a contatto col terreno, utile sedersi sullo zaino (asciutto). Isolando il corpo dal terreno eviterete le correnti residue che si possono propagare nel terreno dopo la scarica. Evitate di stare tutti vicini se siete in tanti, disperdetevi sul terreno circostante, eviterete di creare correnti di aria calda che salendo tende ad attirare il fulmine. Evitate il contatto con oggetti metallici che possono condurre elettricità, evitate telefonate se non strettamente necessarie. Picche, bastoncini, sci e oggetti lunghi e sporgenti possono essere un facile bersaglio, ed essendo buoni conduttori possono essere veicolo di scossa. Se trovate un rifugio, capanna, grotta è bene

Le Alpi saranno interessate da una debole circolazione depressionaria e da un fronte poco attivo.

Tempo instabile con alternanza tra tratti soleggiati e rovesci anche a carattere temporalesco. Nel corso della notte miglioramento. Temperature massime tra 20° a Dobbiaco e 27° a Bolzano

Domenica

Lunedì

Martedì

Mercoledì



Domenica prevarranno ancora le nubi con possibili piogge a est e nord soprattutto al mattino. In alcune vallate soffierà il Föhn. Lunedì tornerà il clima estivo salvo la presenza di instabilità residua sulla cresta di confine. Nei giorni successivi il tempo sarà in prevalenza soleggiato con qualche nube cumuliforme innocua.

Settimana del 5 anniversario del planetario a San Valentino  
Mercoledì concerto della banda musicale di Collepietra

ripararsi, ma fate attenzione; restate lontani dalle pareti perimetrali, lontano dalle aperture come porte e finestre, soprattutto se aperte, nelle grotte restate almeno un metro all'interno. Evitate di fermarvi sotto spuntoni di roccia, o vicino a oggetti particolarmente sporgenti, tendono ad attirare il fulmine. La tenda al contrario di tante leggende, non è un posto sicuro; soprattutto se posta sotto un albero. Restate lontano da tralicci dell'alta tensione o linee elettriche, i fulmini sono fortemente attratti dalle linee elettriche. I boschi possono essere più sicuri, restare nel folto delle piante, scegliendo le piante più basse, meno soggette a creare punte sporgenti. Se vi trovate in parete, magari durante una ferrata, evitate il contatto con il cavo metallico e allontanatevi il più possibile dal cavo e dagli oggetti metallici, attendendo che passi il temporale. La corrente può seguire le corde soprattutto se umide, per cui comportatevi come sopra, smettete di arrampicare, fino alla fine del temporale e restate lontani dalle corde e dal materiale metallico. Se sentite la pelle pizzicare o avete la percezione di essere elettrici, sono sintomi che il fulmine sta per colpire. È una buona norma mantenere tappate le orecchie. Non usare i teli termici alluminizzati durante un temporale, sono buoni conduttori. Ricordate la regola del 30 secondi-30 minuti, Vi è maggior pericolo se il tempo intercorso tra lampo e tuono è minore di 30 secondi, e che si dovrebbe essere più sicuri del temporale passato solo dopo 30 minuti dall'ultimo tuono. L'inizio e la fine di un temporale costituiscono i momenti più pericolosi. In caso di folgorazione allertare subito le squadre di soccorso e nel caso sottoporre il malcapitato al massaggio cardiaco e respirazione artificiale, secondo le necessità. in montagna.

*Il menu di stasera dalle ore 18.30 alle ore 19.30 (prego barrare la casella)*

*Insalata dal Buffet*

*Celestine in brodo*

*Fussili all'amatriciana*

★ *Cotoletta impanata con patate al forno e verdure oppure*

★ *Arancini con patate al forno e verdure*

*Buddino di nocciola*

*Vino Consigliato: Lagrein Rosato „Pischi”, Cantina Bolzano 21,00 €*

*Passo San Pellegrino- Fuciade*

Descrizione: raggiunto da Moena il Passo San Pellegrino, a 1.919 m, si discende per circa 200 metri l'altro versante e ad un sovrappasso di pista si entra a sinistra sulla carrozzabile che raggiunge in breve il parcheggio nei pressi dell'albergo Miralago dove occorre lasciare la macchina. Da qui una comoda strada sterrata perlopiù pianeggiante permette di raggiungere la conca di



Fuciade, spettacolare anfiteatro calcareo dominato da maestose cime ("l'Om", "Jigolè", "Sas de Valfreida"), particolarmente interessante dal punto di vista botanico per la presenza di piante e fiori in parte esclusivi di questa area. L'itinerario si conclude al ristorante Rifugio Fuciade (1.972). Si rientra lungo lo stesso percorso. La passeggiata è percorribile con il passeggio da trekking.