

**Zeitschrift:** Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung  
**Herausgeber:** Pro Senectute Schweiz  
**Band:** 74 (1996)  
**Heft:** 9

**Artikel:** Das Aostatal : Geheimtip im Süden der Schweiz  
**Autor:** Nydegger, Eva  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-724944>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 14.01.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



# Das Aostatal Geheimtip im Süden der Schweiz



Das Schloss von Aymavilles: eines der eindrücklichen Festungswerke im Aostatal.

Von Eva Nydegger

**Umringt von den höchsten Gipfeln der Alpen, ist das Aostatal reich an Naturschönheiten und an historischen und kulturellen Kostbarkeiten. Für Wanderer lohnt sich die Reise in die kleinste Region Italiens ganz besonders: 1922 wurde das ehemalige Jagdrevier des Königs in einen Nationalpark umgewandelt «... um die edlen Formen der alpinen Flora und Fauna zu erhalten und zur Verhinderung des Aussterbens der schönen und wertvollen Rasse des Steinbocks ...»**

**H**eute leben ungefähr 3500 Steinböcke im ältesten Nationalpark Italiens, der nach dem 4061 Meter hohen Gran-Paradiso-Massiv benannt ist. Auch Gamsen, Murmeltiere, Hermeline, Dachse und viele Vogelarten konnten von den Schutzbestimmungen profitieren. Nur für die Bartgeier war's schon zu spät. Immerhin bewohnen heute 12 Adlerpaare das einstige Jagdrevier von König Vittorio Emanuele II, das die Savoyer dem italienischen Staat überlassen haben.

Die heutigen Besucherinnen und Besucher erfreuen sich vor allem an der Pflanzenpracht. Zu Füssen des Gran Paradiso sind Blumen zu entdecken, die zum Teil nur hier (und in Afrika!) wachsen. In den 50er Jahren wurde der alpine Garten «Paradisia» angelegt, ein Versuchsfeld für Gebirgsbiologen, das sich mitten im Park im Valnontey-Tal befindet, einem idealen Wandergebiet für Familien mit Kindern und Senioren.

## Ausblicke auf Gipfel und Gletscher

Wir starteten die Wanderung ins Valnontey-Tal in Cogne, einem beliebten Luftkurort auf 1534 Metern Höhe. Übernachtet hatten wir in einem der vielen «Meublés», eine Art Garni-Häuser in einem Valdostaner Phantasiestil gebaut, der sich hübsch ins dörfliche Bild integriert. Es war ein strahlender Morgen, gerade so, wie es der Prospekt über die Region verheissen hatte: trockenes, luftiges und sonniges Wetter, welches das Aostatal dem Montblanc-Massiv verdankt, das die atmosphärischen Störungen, die vom Nordatlantik kommen, abhält. Das Valnontey-Tal wird als Herz des Nationalparks bezeichnet und führt von Cogne in Richtung des Gran-Paradiso-Gletschers. Auf beiden Seiten des gleichnamigen Flusses sind sanft ansteigende Wege angelegt, die rege benutzt werden.

Selten bin ich auf einer Wanderung so vielen älteren Menschen begegnet, und erst noch fast alles Italiener! In Cogne selber und bis zum Ortsrand waren hauptsächlich die Einheimischen anzutreffen auf ihrem morgendlichen Rundgang. Da war natürlich von einer professionellen Wanderausrüstung keine Rede, nicht selten sah man betagte Spazierende in bequemen Hausschuhen. Kaum begann jedoch die offizielle Wanderwegbezeichnung, änderte sich das Tenue unserer Mitwanderer. Und wie es sich für die schicken Italiener gehört: wenn schon Wanderschuhe und Rucksack – dann schon etwas besonders Feines. Farblich mitzuhalten war da nicht einfach. Doch wir liessen uns nicht betrüben und erfreuten uns an den noch schöneren Farben der Natur. Der Weg mit seinen immer wieder wechselnden, wunderbaren Ausblicken aufs Bergmassiv und den Gletscher war ein reiner Genuss – genauso wie die unzähligen idealen Picknickplätze, die nach jeder zweiten Windung des Flusses zum Ausruhen einluden.



## Gastronomische Freuden

Das Dorf Cogne macht mit seinen vielen Übernachtungsmöglichkeiten und den gutgehenden kleinen Geschäften einen wohlhabenden Eindruck. Dass das Tal trotz der Krise im Bergbau, der früher die Haupteinnahmequelle gebildet hatte, nicht entvölkert wurde, verdankt es dem florierenden Fremdenverkehr. Besonders geschätzt wird neben den Sportmöglichkeiten die hiesige Küche. Ein echter Geheimtip sind die ersten Gänge, die auf Fontina-Schmelzkäse basieren, zum Beispiel die «soupe à la valpellinentse».

Ja, mit der Sprache hat es im Aostatal seine besondere Bewandnis. Wer nicht Italienisch spricht, kommt mit Französisch zurecht, denn Französisch ist als Amtssprache und im kulturellen Bereich dem Italienischen gleichgestellt. Auf der Strasse und vor allem bei älteren Menschen hört man meist das sogenannte Patois, ein Gemisch aus den zwei Sprachen, das die Aosta-Italiener den Salassi verdanken. Das waren keltische Volksstämme, die das Gebiet um 1500 v. Chr. besiedelten und sich dort mit den Ligurern vermischten. Das Reich der Salassi wurde zerstört, als die Römer das Tal eroberten.

## Alte Strassen und Schlösser

Die bedeutenden Spuren aus der Römerzeit sind heute vor allem in der Hauptstadt Aosta, dem einstigen «Rom der Alpen» anzutreffen. Bei der Gründung von Augusta Praetoria im Jahr 25 v. Chr. wurden innerhalb der Stadtmauer zahlreiche Bauten erstellt, die teilweise noch zu bewundern sind, so etwa der Augustusbogen oder die über 20 Meter hohe Bühnenwand des Theaters. Vor den Toren Aostas überspannt eine vollkommen erhaltene Römerbrücke den Buthier-Fluss. Die hervorragend ausgebauten Römerstrassen, die das Aostatal mit dem Piemont und über den Grossen St. Bernhard mit dem Rhonetal verbinden, konnten teilweise bis zum vergangenen Jahrhundert benutzt werden.

Die Fahrt auf den mittlerweile stark ausgebauten Hauptstrassen überrascht durch die Ausblicke auf immer neue Schlösser. 150 Burgen und Festungen waren es einst, geblieben sind rund 70, die zum Teil als Museen öffentlich zu-



Das Cogneetal im Nationalpark «Gran Paradiso» ist eines der landschaftlich bevorzugten Gebiete Italiens.

Fotos: Fremdenverkehrsamt Aosta

gänglich sind. Die wichtigsten Burgen entstanden vom 11. bis ins 15. Jahrhundert, das heisst vom Beginn der Romanik durch die Epoche der Gotik bis zur Renaissance. Zuerst standen starke Verteidigungsstrukturen im Vordergrund, mit der Zeit entwickelte sich die Wehrburg zum palastartigen Schloss. Manche Resultate des Schlossbaus sind einzigartig, so zum Beispiel das Feudalschloss von Aymavilles, das entzückende Rokokoelemente aufweist.

Das späte Mittelalter war die glanzvollste Zeit der aostanischen Kunst, und die Technik, in der die Künstler die vollendetsten Werke schufen, ist zweifellos die Skulptur. Bis vor wenigen Jahren musste man das Stadtmuseum in Turin besuchen, um die gotischen Bildhauerwerke des Aostatals kennenzulernen. Nun sind viele kleine Pfarrmuseen und das Museum der Kathedrale in Aosta eröffnet worden, so dass die Skulpturen heute da, wo sie geschaffen wurden, zu bewundern sind. Kunstliebhaber werden sich daran erfreuen, wie wunderbar angeleuchtet die kostbaren Stücke ausgestellt sind.

In Aosta ein bisschen Zeit einzuplanen, lohnt sich ebenso wie der Ausflug auf den Hausberg Pila. Von der Höhe aus hat man einen grossartigen Blick

auf einige der eindrucklichsten Berge der Alpenkette: vom Montblanc zum Grand Combin und vom Matterhorn zum Monte Rosa. Wer einmal die Südseite des Walliser Wahrzeichens sehen möchte, kann dies vom Pila aus problemlos tun und wird überrascht sein, welch schöne, fast unbekannte Form «unser» Matterhorn plötzlich hat. ♦

## Zum Aostatal

Aosta ist mit öffentlichen Verkehrsmitteln von der Schweiz aus entweder mit einem Bus ab Martigny oder mit dem Zug über Chiasso–Milano–Chivasso erreichbar. Um in den Nationalpark Gran Paradiso zu kommen, zum Beispiel nach Cogne, sucht man auf der Piazza Narbonne in der Nähe des Bahnhofs Aosta die Autobusse der Firma SVAP; Auskünfte über die Fahrzeiten erteilt Telefon 0039/165/41125.

Prospekte und Informationen über Hotels und Pensionen im ganzen Aostatal sind erhältlich beim Landesfremdenverkehrsamt Aosta, Piazza Narbonne 3, I-11100 Aosta, Telefon 0039/165/23 66 27.