ValleyLife

SPOLETO, TERNI E VALNERINA

RIVISTA PANEUROPEA

Anno XXV n°. 185 - AUTUNNO 2026

Supplemento al periodico mensile di informazione culturale e pubblicità ValleyLife, Iscr. Trib. di Perugia, del 17/05/2007 n.23/2007, Iscrizione R.O.C. 18175 Dir. Resp. Simone Bandini. Grafica: ECCELLENTE ITALIA. Stampa: OPLAPRINT



FILIPPO GASPARRINI

UN CUORE UMANO, A QUATTRO ZAMPE

PET STORE CONAD:
UN'INSEGNA NAZIONALE,
UNA STORIA TUTTA UMBRA.





In copertina: Filippo Gasparrini, titolare del Pet Store Conad di Spoleto.

AUTUNNO 2026
EDITORE, DIRETTORE RESPONSABILE
Dr. Simone Bandini (Tel: 339 7370104)
DIRETTORE EDITORIALE:
Leonardo Massaccesi
IMPAGINAZIONE:
Eccellente Italia Srls
PHOTO CREDITS
Alessio Salvati, Eccellente Italia Srls, meisterdrucke.de, festivaldelmedioevo.it, wikipedia.org, museodeltartufourbani.it, tartufo.com, fromental.com, carlucci.jab oltre immagini generate con l'ausilio di AI.

AUTORI
Simone Bandini: Editore di Valley Life, Dott. in Filosofia.
Leonardo Massaccesi: Web & SEO Expert, Direttore Editoriale Valley Life Ediz. Spoleto Terni e Valnerina
Maria Chiara Sordini - Commercialista, Revisore legale, Certified Advisor CCIAA Dubai
Chiara Marconi: *Ricercatrice*
Federica Betti: Farmacista
Daniele Sassi: Esperto Commercializzazione e Marketing del vino
Catalin Darii: Web designer
Marco Viola: Architetto

Le opinioni degli autori non sono necessariamente le opinioni dell'editore.

© Valley Life - tutti i diritti riservati. Vietata la riproduzione anche parziale

Questa rivista è stata chiusa il 10 Novembre, dopo aver superato indenni le prime serate intensive a castagne e vino Novello.

ValleyLife
EDIZIONE SPOLETO TERNI E VALNERINA

REDAZIONE E PUBBLICITÀ
c/o ECCELLENTE ITALIA SRLS
Spoleto (PG) - 06049
Viale Trento e Trieste 32
eccellenteitalia.it
valleylife@eccellenteitalia.it
Tel. 340 77 22 822
valleylife.it

4 La commedia della democrazia
The Comedy of Democracy

6 E' Natale già!
It's Christmas Already!

8 Un cuore umano, a quattro zampe
A Human Heart, on All Fours

16 Un segnalibro d'autore per i nostri lettori: Esmeralda, artista oltre il tempo
An Author's Bookmark for Our Readers: Esmeralda, Artist Beyond Time

18 Dalle tasse al welfare: il valore della pianificazione di fine anno
From Tax Savings to Employee Welfare: The Value of Year-End Planning Reporting and SMEs: From Compliance to Financial Leverage



22 L'architettura invisibile dell'energia: il Feng Shui come guida al benessere abitativo
The Invisible Architecture of Energy: Feng Shui as a Guide to Well-Being in the Home

24 Retro tech: il bello dei ricordi sgranati.
Retro Tech: The Beauty of Grainy Memories

28 Cascia, il rinascimento torna a raccontarsi
Cascia: the Renaissance Tells Its Story Once More

30 San Nicola, il Santo della generosità e il miracolo del farro
St Nicholas, the Saint of Generosity and the Miracle of Spelt



38 La casa, meno perfetta e più nostra: decorazione e colori nel 2027
The Home, Less Perfect and More Ours:Decoration and Colour in 2027

44 Un web senza gradini
A Web Without Barriers

50 Dieci minuti per ascoltarsi
Ten Minutes to Listen to Yourself

54 La magia del natale passa anche da un mercatino
The Magic of Christmas Can Also Be Found at a Christmas Market

62 A chi ami, un regalo che fa bene.
A Gift of Wellbeing For the One You Love

64 Bomarzo: una gita fuori porta tra i mostri del Bosco Sacro
Bomarzo: a Day Trip Among the Monsters of the Sacred Grove

68 Da dove diavolo viene? Storia miti e leggende del tartufo
Where on Earth Does it Come From? The History, Myths and Legends of the Truffle



80 Il cioccolato come geografia sentimentale
Ritratto di Ombretta Moriconi: dalla laurea in Giurisprudenza al laboratorio di cioccolateria e alta pasticceria
Chocolate as a Map of the Heart
A portrait of Ombretta Moriconi: from her law degree to the chocolate and fine patisserie workshop

88 Caro Trebbiano Spoletino, è ora di spiccare il volo!
Dear Trebbiano Spoletino, It's Time to Spread Your Wings!

92 E se vi dicessimo che il diavolo è buonissimo?
What if We Told You That the Devil is Absolutely Delicious?

If you have a house in the Spoleto, Terni or Valnerina area please subscribe for free by email and ask for your complimentary copy

EDIT ORIAL



LA COMMEDIA DELLA DEMOCRAZIA

The Comedy of Democracy

DI SIMONE BANDINI

“È Ribelle chiunque sia posto, dalla legge della propria natura, in relazione con la libertà: una relazione che lo trascina, nel corso del tempo, a una rivolta contro l’automatismo e al rifiuto di accettarne la conseguenza etica, ovvero il fatalismo”.
Ernst Jünger, Trattato del Ribelle, 1951.

A voler apparire profetico potrei citare il mio editoriale dell’inverno 2024/25 che avevo genialmente chiamato ‘Trump(olino)’, a suggerire una situazione di iperbole e accelerazione politica, dagli esiti potenzialmente rivoluzionari – e gioco forza irrazionali. I lettori più superficiali, forse, avranno finito per pensare che volessi magnificare il dispotismo turbo capitalista del magnate americano. A chi mi conosce o mi segue da tempo, non sarà invece sfuggita la decisa vena critica, oltre-sistema.
“In questa situazione di passaggio, per la prima volta e sul serio, il feticcio assoluto del ‘mercato’ – divinità manichea del capitalismo – non appare più entità perfetta, intoccabile, ma i suoi attributi si fanno condizionati dalla mediazione dello Stato che ritrova la sua autorità ‘metafisica’ e i suoi valori costitutivi e fondanti” – permettetemi questa autocitazione; proprio qui avevo intuito come il sovranismo Made in Usa avrebbe finito per fomentare uno statalismo del tutto inedito per gli States, con l’annullamento dei corpi intermedi e della mediazione dell’opinione pubblica, resa irrilevante quando non addirittura sistematicamente ridicolizzata.
“Non è tanto ciò che Donald Trump dichiara ad essere determinante ma ciò che egli incarna a superare la sua mera funzione politica: il pensiero riformatore del capitalismo è già tra di noi ed in lui ha trovato un possibile veicolo di espressione. Sarà lui a guidare il necessario processo riformatore del capitalismo?” – avevo anche chiesto. E questo mio quesito trova oggi, a distanza di un paio d’anni, una risposta decisamente affermativa. Chi ha sottovalutato l’approssimazione tipicamente yankee del tycoon ha peccato di sufficienza e commesso un grave errore di valutazione.

Siate oltre il sistema! Non cascate nel gioco delle parti che vi propinano a turno, la commedia parlamentare e la messinscena democratica, internazionale e nostrana. Con la guerra alle porte, l’inflazione galoppante, la benzina in volo verso i 2.50 euro, il relativismo culturale, le invasioni migratorie stile Ceuta e la più bassa natalità del mondo – non si possono dormire di certo sonni tranquilli. Dubitate dei vecchi e dei nuovi Pulcinella di turno, ma specialmente siate ribelli, puri e integri, perché l’edificio sta crollando e sarà importante poggiare su solide fondamenta.
Come ben descritto da Platone – uno che se ne intendeva di idealismo e di valori fondanti - nel Libro VIII della Repubblica, la democrazia si converte in tirannide quando l’eccesso di libertà genera il caos e spinge il popolo a cercare un capo autoritario. Notate delle similitudini con i nostri tempi?
Si potrà obiettare che non ci sono, oggi, e specialmente nel mondo occidentale, personalità di rilievo in grado di incarnare assolutismi credibili. Concordo.
Ma che il dispotismo sia ormai nella sua essenza impersonale è ormai un fatto. Pensate alla rete globale internet o all’intelligenza artificiale, all’identità elettronica e alle mille diavolerie virtuali che ammorbano le vostre esistenze e che non vi permettono più di essere liberi. Non ci sarà scampo se non ci sarà un ritorno a un principio di ‘verità e presenza’. Tornate ad amare la vostra libertà, siate ribelli.

“Rebellious is anyone who is placed, by the law of their own nature, in relation to freedom: a relationship that, over time, draws them to a revolt against automatism and a refusal to accept its ethical consequence, namely fatalism.”
Ernst Jünger, “Treatise on the Rebel”, 1951.

To appear prophetic, I could cite my winter 2024/25 editorial, which I brilliantly titled ‘Trump(oline),’ suggesting a situation of political hyperbole and acceleration, with potentially revolutionary – and therefore necessarily irrational – outcomes. More superficial readers might have ended up thinking I wanted to magnify the turbo-capitalist despotism of the American magnate. Those who know me or have followed me for a while, however, will not have missed the decidedly critical, beyond-system nuance.
“In this transitional situation, for the first time and in earnest, the absolute fetish of the ‘market’ – the Manichean deity of capitalism – no longer appears as a perfect, untouchable entity, but its attributes become conditioned by the mediation of the State, which rediscovers its ‘metaphysical’ authority and its constitutive and foundational values.” – allow me this self-citation; it was precisely here that I intuited how Made in USA sovereignism would end up fostering a completely unprecedented statalism, with the annulment of intermediate bodies and the mediation of public opinion, rendered irrelevant if not systematically ridiculed.
“It is not so much what Donald Trump declares that is decisive, but what he embodies that transcends his mere political function: the reformist thought of capitalism is already among us, and in him, it has found a possible vehicle of expression. Will he lead the necessary reform process of capitalism?” – I also asked. And this question of mine finds, a couple of years later, a decidedly affirmative answer today. Those who underestimated the tycoon’s typically Yankee approximation sinned through complacency and made a serious misjudgement.

Be beyond the system! Don’t fall for the game of roles they serve you in turn, the parliamentary comedy and the democratic charade, international and domestic. With war at our doorstep, rampant inflation, gasoline soaring towards 2.50 euros, cultural relativism, Ceuta-style migratory invasions, and the lowest birth rate in the world – one certainly cannot sleep soundly. Doubt the current old and new Punchinellos, but especially be rebels and pure, because the building is collapsing, and it will be important to stand on solid foundations.
As well described by Plato – someone who understood idealism and foundational values – in Book VIII of “The Republic”, democracy converts into tyranny when the excess of freedom generates chaos and pushes the people to seek an authoritarian leader. Do you notice any similarities with our times?
It could be objected that there are no prominent personalities today, especially in the Western world, capable of embodying credible absolutisms. I agree.
But that despotism is now impersonal in its essence is a fact. Think of the global internet network or artificial intelligence, electronic identity, and the thousand virtual devilries that plague your existences and no longer allow you to be free. There will be no escape unless there is a return to a principle of ‘truth and presence.’ Return to loving your freedom, be rebels.

ASCOLTO CONSIGLIATO *Recommended listening* ‘Scream (Funk My Life Up)’, Paolo Nutini

EDIT ORIAL

È NATALE GIÀ!

It’s Christmas already!

DI LEONARDO MASSACCESI

L’aria si fa più frizzante, le vetrine iniziano a vestirsi a festa e torna quella litania rassicurante: a Natale siamo tutti più buoni. Un lasciapassare stagionale per assolversi da undici mesi di piccola, quotidiana aridità. E quindi, ben vengano le anticipazioni settembrine nelle grandi catene. Interi reparti già vestiti a tema. Personalmente avrei apprezzato gli stessi volumi per il reparto vini. Tempi che cambiano, come le persone.

Osservando bene i salotti -compresi quelli digitali-, le vie del centro e i tavoli degli aperitivi, viene da chiedersi se la bontà sia diventata accessorio da sfoggiare; esattamente come l’orologio importante al polso, l’ultimo modello di SUV parcheggiato cronicamente in doppia fila o il racconto dell’ennesima esperienza esclusiva.

Ma quanto ci vuole a dire un “sì”, un “no”, magari aggiungendo un “grazie”? Troppo occupati, troppo arrivati, troppo importanti per concedere 5 secondi di attenzione a due tasti su uno schermo. Lancio un’idea di business agentica.

Mi raccomando, (almeno) a Natale tutti a messa. Mani che si stringono oltre i banchi della chiesa alla Domenica, mani che fan cose che non si raccontano, altrimenti le altre mani chissà cosa pensano. Frankie hi-nrg, con i suoi versi, coetanei del terremoto di 16 anni fa.
Attuali più che mai. Come le buone notizie sulla ricostruzione e i dati sul turismo. L’Umbria cresce. Un +2,2% di presenze turistiche. Bene. Insomma, a dispetto dei comunicati ufficiali, alla crescita numerica, non coincide necessariamente una maggiore solidità del settore, né un aumento proporzionale della ricchezza prodotta sul territorio.

The air is getting crisp, shop windows are starting to take on a festive look, and that reassuring refrain returns: at Christmas, we’re all a bit kinder. A seasonal free pass to absolve ourselves of eleven months of petty, everyday drudgery. And so, bring on the early September previews in the big chains. Entire departments already decked out in festive themes. Personally, I’d have appreciated the same level of effort for the wine department. Times change, just like people.

Taking a close look at living rooms – including digital ones – the high streets and aperitif tables, one wonders whether kindness has become an accessory to show off; just like that expensive watch on your wrist, the latest SUV model perpetually double-parked, or the tale of yet another exclusive experience.

But how long does it take to say ‘yes’ or ‘no’, perhaps adding a ‘thank you’? Too busy, too successful, too important to spare five seconds’ attention for two buttons on a screen. I’m putting forward an idea for an agency business.

Please, (at least) at Christmas, let’s all go to Mass. Hands clasped across the pews on Sundays… hands doing things best left unsaid, otherwise who knows what the other hands might think. Frankie HI-NRG, with his lyrics, contemporaries of the earthquake 16 years ago.
More relevant than ever. Just like the good news on reconstruction and the tourism figures. Umbria is growing. A 2.2 per cent increase in tourist numbers. Good. In short, despite the official statements, this numerical growth does not necessarily correspond to greater stability in the sector, nor to a proportional increase in the wealth generated in the region.

Si arriva, ma si resta poco. Soggiorni sempre più brevi (eccezione fatta per Terni) e legati a ponti, weekend ed eventi. Si fatica a trattenere i visitatori. Letteralmente mordi e fuggi, soprattutto a Norcia: +15% di arrivi, ma zero pernottamenti. Free-riding, si capitalizza l’attrattività simbolica (riaperture, decennale del sisma) senza che il sistema ricettivo locale riesca a trattenerla. Complice anche il 40% di strutture ancora chiuse. Quelli che vogliono dormire, finiscono altrove. Magari a Spoleto, che tiene, ma è una tenuta di bassa qualità: si regge sulla prossimità — italiani, Roma e il Lazio in testa.

La capacità di non saper attrarre visitatori internazionali costa a tutti, soprattutto d’estate. Un generale -12%. Essendo il turista internazionale quello con la maggiore capacità di spesa, è un dato che deve far riflettere.
Come le seguenti considerazioni: il sol leone è sempre più leone, la spinta propulsiva post-pandemica si sta normalizzando. Il fattore regolarizzazione (CIN) non si può ignorare. Tantomeno la questione collegamenti e accessibilità. Lavori necessari, come quelli programmati nel 2027, ma che sicuramente porteranno nuovi disagi, isolamento e ripercussioni su turismo e commercio. Proprio nell’anno in cui Norcia ospiterà una tappa del Giro d’Italia.

Godiamoci intanto queste feste. Non so voi, ma a scaldarmi non saranno le luci artificiali delle vetrine, ma la qualità vera delle persone con cui scelgo di camminare.

Visitors come, but they don’t stay long. Stays are getting shorter and shorter (with the exception of Terni) and are linked to long weekends, weekends and events. It’s hard to keep visitors in the area. It’s literally a hit-and-run affair, especially in Norcia: a 15 per cent increase in arrivals, but zero overnight stays. Free-riding: the area’s symbolic appeal (reopenings, the tenth anniversary of the earthquake) is being capitalised on, yet the local accommodation sector is unable to capitalise on it. This is also compounded by the fact that 40 per cent of accommodation providers remain closed. Those wishing to stay overnight end up elsewhere. Perhaps in Spoleto, which is holding its own, but this is a low-quality market: it relies on proximity — with Italians, Rome and Lazio leading the way.

The inability to attract international visitors is costing everyone, particularly in summer. A general decline of 12 per cent. Given that international tourists have the highest spending power, this is a statistic that should give pause for thought. As should the following considerations:
the ‘lion’ is becoming more and more of a lion; the post-pandemic surge is returning to normal. The issue of regularisation (CIN) cannot be ignored. Nor can the question of transport links and accessibility. Necessary works, such as those scheduled for 2027, will undoubtedly bring further disruption, isolation and repercussions for tourism and trade. This is precisely the year in which Norcia will host a stage of the Giro d’Italia.

In the meantime, let’s enjoy the festive season. I don’t know about you, but what warms my heart won’t be the artificial lights in the shop windows, but the genuine quality of the people I choose to spend time with.

ASCOLTO CONSIGLIATO *Recommended listening* “Quelli che ben pensano”, by Frankie hi-nrg

UN CUORE UMANO, A QUATTRO ZAMPE

A Human Heart, on All Fours

A CURA DELLA REDAZIONE

C'è un'antica regola non scritta, che i narratori di professione conoscono bene: le storie che meritano cominciano sempre con un caffè.

Siamo al bar Cucci di Via Marconi, a Spoleto, esattamente di fronte al Pet Store Conad. Dopo aver consumato e dissipate le prime battute di circostanza, usciamo.
Fuori si sta meglio, l'aria è più libera e seduti al tavolo le parole trovano il loro tempo naturale.
È qui che Filippo Gasparrini, 27 anni, continua a essere un punto di riferimento. Neanche il tempo di una sigaretta e più di un cliente lo saluta, sorpreso di trovarlo dall'altra parte della strada. Casualità che racconta di una consuetudine già consolidata: in pochi mesi, il suo negozio è diventato qualcosa di più di un luogo di commercio. Un passaggio obbligato per chi cerca non soltanto un prodotto, ma una persona. Un consiglio. Un ascolto di cui ci si possa fidare. «Le persone sono al centro» ci dice. E non è una formula. Lui, che è ternano di nascita, si è formato tra i corridoi e le responsabilità di un grande gruppo come Conad, da quando aveva 17 anni. Conosce bene i ritmi del commercio e, cosa più rara, ne conosce anche il lato umano.
Tutto parte dal rapporto con il cliente, dalla capacità di interpretarne i bisogni e di «trovare le risposte giuste». Belle parole che vediamo tradurre in gesti concreti non appena ci trasferiamo all'interno del Pet Store. Sa i nomi dei clienti abituali, ricorda le esigenze dei loro animali, spiega le differenze tra prodotti e orienta le scelte senza mai perdere di vista il rapporto qualità-prezzo. Una signora, intenta a pagare, con la chiarezza che solo le persone sincere possiedono, sintetizza meglio di qualsiasi slogan il suo modo di lavorare: «Tu fai l'interesse dell'animale, non del negozio».

There's an old unwritten rule that professional storytellers know very well: stories worth telling always begin with a coffee.

We're at Bar Cucci on Via Marconi, in Spoleto, right opposite the Conad Pet Shop. Once we're done with our drinks and the small talk, we head outside
Out here, the air is freer, and seated at a table, our words find their own natural rhythm.
It's here that Filippo Gasparrini, 27, is still a point of reference. In the time it takes to smoke a cigarette, more than one customer greets him, surprised to find him on the other side of the street. A coincidence that speaks of an already established custom: in just a few months, his shop become a must-visit for those who come looking for more than a product, human contact, a word of advice, someone who listens and someone to trust.
'People are at the heart of it,' says Filippo. And it's not just a catchphrase. Born in Terni, he learned the trade in the aisles and was handling real responsibility at a group like Conad by the age of 17. He knows the rhythms of retail inside out, and, rarer still, its human side.

It all starts with the relationship with the customer, the ability to understand their needs and to 'find the right answers'. Fine words that we see translated into concrete actions as soon as we step inside the pet shop. He knows the names of regular customers, remembers the needs of their pets, explains the differences between products and guides their choices without ever losing sight of value for money. A lady, busy paying, with the clarity that only sincere people possess, sums up his way of working better than any slogan: 'You're looking out for the animal's best interests, not the



informazione pubblicitaria



La domanda è scontata: «Perché scegliere Spoleto, pur vivendo in un'altra provincia?» «È stato un atto di fiducia. Un gesto di stima verso una città e le sue potenzialità». Diretto, determinato, continua a descriverci il progetto. Ha le idee chiare, il ragazzo. Conosce la propria offerta e guarda già ai prossimi passi. Ciò che colpisce di più è quanto la sua visione imprenditoriale sia legata alla qualità della relazione.
Affidabilità integrata con un'offerta altamente specializzata, costruita intorno ai bisogni concreti di chi condivide la propria esistenza con un cane, un gatto o un piccolo animale da compagnia. Una scelta che si innesta, con naturalezza quasi biologica, su una passione autentica per gli animali. Per nulla astratta. A casa, ad aspettarlo, c'è Vasco, un Bovaro del Bernese. Grande, paziente, solenne. Proprio come lui.

Un hub per il benessere animale

Il negozio si sviluppa su trecento metri quadrati in una zona di grande transito. L'assortimento è ampio e selezionato: alimenti e prodotti per il benessere, guinzaglieria, giochi e accessori tecnici. Cucce e cuscinerie, integratori e parafarmacia. Ma ciò che rende distintivo il format è l'elevato livello

Il negozio di Spoleto
Trecento metri quadrati in Via Marconi, in una zona di grande transito, con un'offerta dedicata a cani, gatti, uccelli, roditori e altri animali da compagnia

L'assortimento
•Alimenti e prodotti per il benessere
•Guinzaglieria e accessori
•Cucce, cuscineria e articoli per la vita quotidiana
•Integratori e prodotti di parafarmacia

I servizi
•Toelettatura
•Lavanderia per cuscineria e accessori
•Incisione di medagliette
•Assistenza nella scelta dei prodotti, con attenzione alle esigenze dell'animale e al rapporto qualità/prezzo

shop's.'
The question is obvious: "Why choose Spoleto, even though you live in another province?"
"It was an act of trust. A gesture of esteem towards a town and its potential." Direct and determined, he continues to describe the project. The lad has clear ideas. He knows exactly what he's offering and is already looking ahead to the next steps. What stands out most is how closely his entrepreneurial vision is bound up with the quality of the relationship
Reliability combined with a highly specialised range of products, built around the practical needs of those who share their lives with a dog, a cat or a small pet. A choice rooted in a genuine passion for animals, and nothing abstract about it At home, waiting for him, is Vasco, a Bernese Mountain Dog. Large, patient, dignified. Just like him.

A hub for animal wellbeing

The shop covers three hundred square metres in a high-footfall area. The range of products is extensive and carefully selected: food and wellbeing products, leads and collars, toys and technical accessories, as well as beds and cushions, supplements and parapharmacy items. But what sets

The Spoleto shop
Three hundred square metres on Via Marconi, in a busy, well-connected area, offering a range of products for dogs, cats, birds, rodents and other pets

The product range
•Food and wellbeing products
•Leashes and accessories
•Beds, cushions and everyday items
•Supplements and parapharmacy products

Services
•Grooming
•Laundry service for cushions and accessories
•Engraving of dog tags
•Advice on products' choice, with a focus on the animal's needs and value for money

informazione pubblicitaria



Serena

di servizio, garantito da personale specializzato.
Accanto ai prodotti si sviluppa un vero ecosistema: toelettatura, un pratico servizio di lavanderia self-service, incisione di medagliette. Durante la nostra visita assistiamo in tempo reale alla realizzazione di una targhetta personalizzata e vediamo una cliente utilizzare la macchina per lavare i cuscini del suo cane. Sono gesti quotidiani, semplici, che raccontano la volontà di essere presenti nelle necessità reali delle famiglie.

Persone al centro, competenze al servizio

In un mercato in cui i clienti sono sempre più orientati verso bisogni specifici legati ad alimentazione, salute e accessori tecnici, il personale rappresenta il vero motore di differenziazione.
La loro presenza rende il negozio un luogo in cui si può chiedere, raccontare un'abitudine del proprio animale, esternare un dubbio e trovare dall'altra parte interesse autentico e competenza. È una professionalità che si esprime con naturalezza, senza creare distanza, e che fa sentire il cliente accolto e ascoltato. Non esiste una risposta univoca, ma una declinazione continua sulle esigenze di chi entra, con attenzione maniacale alle necessità dell'animale e al rapporto qualità/prezzo.

this format apart is the high standard of service, guaranteed by specialist staff.
Alongside the products lies a veritable ecosystem of services: grooming, a handy self-service laundry facility, and pet tag engraving. During our visit, we witnessed the creation of a personalised tag in real time and saw a customer using the machine to wash her dog's cushions. These are simple, everyday gestures that demonstrate a commitment to meeting the real needs of families.

People first. Skills that serve

In a market where customers are increasingly focused on specific needs relating to nutrition, health and technical accessories, the team is what makes the real difference.
Their presence makes the shop a place where you can ask questions, talk about your pet's habits, voice any concerns and find genuine interest and expertise in response. Their professionalism comes across naturally, without ever feeling distant, and leaves customers feeling welcomed and listened to. There is no single answer, but a continuous adaptation to the needs of those who walk through the door, with meticulous attention to the pet's requirements and value for money.

informazione pubblicitaria



Sara

La solidità del marchio e l'intraprendenza di chi lo rappresenta

Alle spalle di questa iniziativa c'è la solidità di Conad, con un'esperienza decennale nel concept Pet Store, un'attenzione alla qualità e alla convenienza che costituisce una base importante per il lavoro quotidiano.
Per Filippo, poter contare su un marchio riconosciuto significa dare solidità al proprio progetto. Per i clienti, significa ritrovare un'insegna familiare, con vantaggi pratici come la possibilità di utilizzare la Fidelity Card Conad sia nei supermercati sia nel Pet Store.
All'interno di questa cornice Filippo esercita la gestione completa del punto vendita e interpreta in prima persona i bisogni della comunità. Grazie alla sua autonomia osserva, ascolta e trasforma un'esigenza in una proposta utile. È qui che emerge il valore della prossimità e dell'intraprendenza: la capacità di declinare l'offerta sui bisogni specifici del territorio, coniugando efficienza e accoglienza, specializzazione e gentilezza.

A look to the future and the community

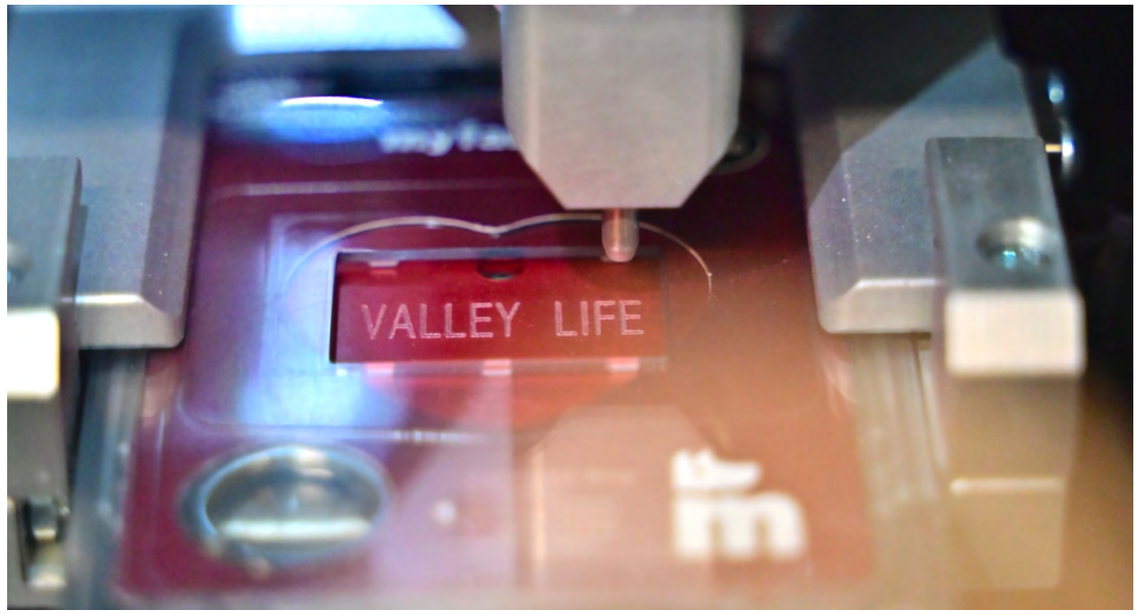
The link with the local area is not just commercial, but also social. The charity initiatives pro-



Il servizio self di lavaggio

informazione pubblicitaria





Uno sguardo al futuro e alla comunità

Il legame con il territorio non è solo commerciale, ma anche sociale. Le iniziative solidali promosse dall'insegna, come la raccolta di pasti per animali e il sostegno alle adozioni, trovano in questo store un presidio fondamentale. Il Pet Store di Spoleto si configura come un luogo dove, ogni giorno, si possono trovare qualità, convenienza, innovazione e solidarietà.
Quando usciamo, il negozio continua il suo ritmo. Filippo ha altre idee in cantiere. Per ora lascia spazio alla curiosità, ma la direzione è chiara: continuare a far crescere un'attività dove competenza, intraprendenza e passione si sostengono a vicenda. Perché prendersi cura di un animale significa, prima di tutto, entrare con rispetto e dedizione nella vita di una famiglia.

moted by the brand, such as collecting pet food and supporting adoptions, find a key hub in this shop. The Pet Shop in Spoleto is a place where, every day, you can find quality, value for money, innovation and solidarity.
As we leave, the shop carries on as usual.
Filippo has other ideas in the pipeline. For now, his plans are under wraps, but one thing is clear: he wants to keep growing a business built on expertise, initiative and passion. Because looking after a pet means, first and foremost, becoming part of a family's life with respect and dedication.

Pet Store Conad Spoleto
Via Marconi 154, 06049 Spoleto
393 063 8067

Visita il volantino

informazione pubblicitaria

CULTURE

BOOKMARK

UN SEGNALIBRO D'AUTORE PER I NOSTRI LETTORI

AN AUTHOR'S BOOKMARK FOR OUR READERS

ESMERALDA, ARTISTA OLTRE IL TEMPO

Esmeralda, Artist Beyond Time

Presentazione dell'artista a cura di
Chiara Marconi
Ricercatrice

La Via da seguire per godere appieno dell'opera di Esmeralda è quella del dispiegarsi libero e naturale delle Radici centenarie dei grandi alberi. Così come loro seguono l'impulso innato della Vita, immergendosi sempre più in profondità nella Madre Terra cercando il proprio nutrimento, così noi dobbiamo lasciare andare la nostra parte razionale, che coglierebbe solo l'esteriorità dell'immagine, per aprirci al mistero della Visione, che è un guardare unito ad un profondo Sentire.



Il mondo di Cristina Marchionni, in arte Esmeralda, è costellato da migliaia di magnifici ritratti di Donne, celebrate in tutta la loro regalità, fierezza e valore intrinseco: immerse nel loro proprio ancestrale potere. Ecco perché il suo è un viaggio verso le radici più profonde del Femminino Sacro che, in questa martoriata epoca contemporanea, si sta cercando, con grande fatica, di recuperare. Ed Esmeralda ci offre l'opportunità, attraverso la sua arte gioiosa e pulsante, di ritrovare il filo che ci lega e ci unisce tutti a quella Sorgente Vibrante di Vita e Amore che il Femminile archetipico dovrebbe rappresentare per il genere umano. Aprire il proprio cuore al suo mondo significa entrare in relazione con le nostre memorie cellulari e corporee, risvegliare e ri-membrare dunque quello che era la gioia di Vivere prima che le nostre radici venissero tagliate da una cultura necrofila e distruttiva.
Le Donne di Esmeralda ci raccontano di un Tempo in cui tutto era Sacro, il nostro corpo come il pianeta che ci ospita: la Vita era il colore e la musica che ci possiede donandoci la Passione e la Liberta' di sperimentarla in tutte le sue fantasmagoriche sfumature.
Un viaggio iniziatico che Esmeralda ha assecondato e che l'ha condotta giovanissima in Francia, poi in Spagna, fino agli Stati Uniti e poi ancora in Italia, conquistando sempre più maturità e ricchezza interiore.
Ed ecco allora che anche i suoi dipinti riflettono con autenticità il senso di questa emancipazione dai limiti interiori ed esteriori, a cui a volte ci si crede condannati. Saltano gli schemi mentali obsoleti e nasce il colore primigenio che distilla quella vitalità ancestrale di cui le donne e gli uomini evoluti dovrebbero farsi messaggeri. Nasce qui il suo linguaggio cromatico e formale che ancora oggi la caratterizza e la rende riconoscibile e unica: i suoi ritratti dalle forme essenziali che restituiscono così tanta dignità all'essere.
Un essere sempre multidimensionale: tanti volti , tante espressioni, tante emozioni, tutte riconosciute ed amate perché figlie del suo essere-anima unica ed irripetibile. Una celebrazione della nostra incommensurabile bellezza e sacralità, qui ed ora, così come siamo.
E' un messaggio utopico il suo, certo, un'umanità integra, intera che vive nell'uguaglianza e nella pace perseguendo il bene comune. Un'umanità dove la tua gioia è anche la mia perché alla fine siamo tutti un unico corpo vivente. Un girotondo festoso di amicizia e creatività dove potersi esprimere ognuno con i propri colori e la propria musica per rendere il mondo un posto migliore.

Esmeralda ha esposto le sue opere in tutto il mondo, sia in mostre collettive che personali. Ora vive a Spoleto e lavora nel suo Studio di Civitella di Scheggino seguendo con coerenza e passione il suo impulso creativo.
Di recente ha realizzato dei grandi Murales che adornano il Museo del tartufo Urbani di Scheggino e che sono sempre visitabili.
Prossima expo personale: Info Point Scheggino, Via di Borgo 44

The path to follow in order to fully appreciate Esmeralda's work is that of the free and natural unfolding of the centuries-old roots of the great trees. Just as these trees follow the innate impulse of Life, delving ever deeper into Mother Earth in search of nourishment, so too must we let go of our rational side – which would grasp only the outward appearance of the image – to open ourselves to the mystery of Vision, which is a way of seeing united with a profound sense of feeling. The world of Cristina Marchionni, known by her artistic name Esmeralda, is studded with thousands of magnificent portraits of women, celebrated in all their regality, pride and intrinsic worth: immersed in their own ancestral power. This is why hers is a journey towards the deepest roots of the Sacred Feminine, which, in this tormented contemporary age, we are striving, with great effort, to reclaim. And Esmeralda offers us the opportunity, through her joyful and vibrant art, to rediscover the thread that binds and unites us all to that Vibrant Source of Life and Love that the archetypal Feminine should represent for humankind. Opening one's heart to her world means connecting with our cellular and bodily memories, thereby reawakening and remembering what the joy of living was like before our roots were severed by a necrophilic and destructive culture.
Esmeralda's Women tell us of a time when everything was sacred – our bodies as well as the planet that sustains us: life was the colour and music that take hold of us, bestowing upon us the passion and freedom to experience it in all its phantasmagorical nuances.



"Il Giullare"
Esmeralda (2026)

An initiatory journey that Esmeralda embraced, leading her at a very young age to France, then to Spain, on to the United States and finally back to Italy, gaining ever greater maturity and inner richness along the way.
And so her paintings, too, authentically reflect the essence of this emancipation from the inner and outer limitations to which we sometimes believe ourselves condemned. Outdated mental frameworks are cast aside, giving rise to a primal colour that distils that ancestral vitality of which evolved women and men should be the messengers. This is where her chromatic and formal language is born, a language that still characterises her today and makes her recognisable and unique: her portraits, with their essential forms, restore such dignity to the human being.
A being who is always multidimensional: many faces, many expressions, many emotions, all recognised and cherished because they are the offspring of her unique and irreplaceable soul. A celebration of our immeasurable beauty and sacredness, here and now, just as we are.
Hers is certainly a utopian vision: a whole, unified humanity living in equality and peace, striving for the common good. A humanity where your joy is also mine, because ultimately we are all one living body. A joyful circle of friendship and creativity where everyone can express themselves through their own colours and music to make the world a better place.

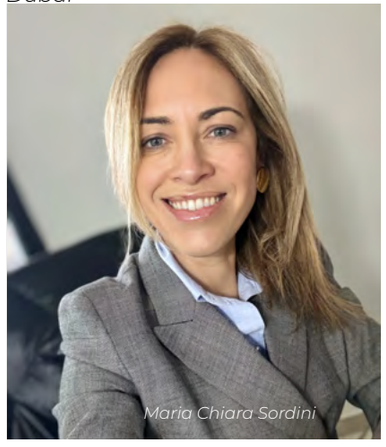
Esmeralda has exhibited her works all over the world, in both group and solo exhibitions. She now lives in Spoleto and works in her studio in Civitella di Scheggino, following her creative impulse with consistency and passion. She has recently created large murals that adorn the Urbani Truffle Museum in Scheggino, which are always open to visitors.
Upcoming solo exhibition: Scheggino Info Point, Via di Borgo 44

FINANCE

BUSINESS

PARLA L'ESPERTO
EXPERT SPEAKS

A cura di
Maria Chiara Sordini
Dottore commercialista, Revisore legale e Certified advisor CCIAA Dubai


Maria Chiara Sordini

DALLE TASSE AL WELFARE: IL VALORE DELLA PIANIFICAZIONE DI FINE ANNO

From Tax Savings to Employee Welfare: The Value of Year-End Planning Reporting and SMEs: From Compliance to Financial Leverage

Con l'avvicinarsi della fine dell'anno, ogni azienda si trova ad affrontare la classica quanto fondamentale fase di pianificazione fiscale di fine esercizio. Per il tessuto economico dell'Umbria — caratterizzato da un'ossatura di piccole e medie imprese manifatturiere, agricole, artigianali e di servizi a forte conduzione familiare — non si tratta di improvvisare scorciatoie all'ultimo minuto, bensì di analizzare con rigore la pre-chiusura dei conti al 30 novembre e proiettarla al 31 dicembre.

Questa analisi serve a stimare in modo preciso l'imponibile fiscale dell'impresa e a prevenire sgradevoli sorprese in sede di dichiarazione dei redditi. In questa finestra temporale, la priorità degli organi amministrativi e dei consulenti d'azienda è individuare le soluzioni operative più adatte per ottimizzare il carico fiscale della società in modo del tutto legittimo e tracciabile.

Fra le varie leve a disposizione — dall'accelerazione di costi di competenza alla gestione programmata degli investimenti e del magazzino — il welfare aziendale e i fringe benefit rappresentano uno degli strumenti più efficaci per coniugare l'ottimizzazione fiscale con il sostegno concreto ai lavoratori e al territorio.

Introdurre o potenziare misure di welfare entro il 31 dicembre consente all'impresa di imputare costi interamente deducibili dal reddito d'impresa nell'esercizio in corso, evitando che preziose risorse liquide vengano assorbite da un'imposizione fiscale inefficiente e garantendo al contempo linearità alla contabilità.

L'opportunità si fa ancora più interessante alla luce del quadro normativo di bilancio in vigore, che consolida un regime di forte favore per i fringe benefit. Le aziende possono erogare fino a 1.000 euro esentasse per la generalità dei dipendenti, soglia che raddoppia a 2.000 euro per chi ha figli fiscalmente a carico.

In un contesto regionale in cui la tutela del potere d'acquisto familiare è prioritaria, utilizzare questi plafond per rimborsare le bollette di luce e gas, il canone d'affitto della prima casa o per concedere buoni spesa e carburante permette alle PMI umbre di elargire un vero e proprio premio di fine anno.

Se a ciò si affianca l'innalzamento a 10 euro della quota esente per i buoni pasto elettronici, l'effetto combinato sul bilancio aziendale e sulle buste paga risulta straordinario. L'azienda abbatte l'imponibile IRES o IRPEF azzerando del tutto il cuneo contributivo INPS, mentre i dipendenti ricevono risorse nette senza alcun prelievo IRPEF.

In conclusione, la pianificazione fiscale di fine anno in Umbria non deve essere vissuta come un mero adempimento contabile, ma come un'opportunità di governance strategica, capace di trasformare la leva fiscale in un patto di fiducia e stabilità tra l'impresa, i propri collaboratori e la comunità locale.

As the end of the year approaches, every business faces the familiar but crucial stage of year-end tax planning. For Umbria's economic fabric, characterised by a backbone of small and medium-sized manufacturing, agricultural, craft and service businesses, many of them family-run, this is not about improvising last-minute shortcuts. Rather, it calls for a thorough review of the preliminary accounts as at 30 November and a projection of the figures to 31 December

This analysis makes it possible to accurately estimate the company's taxable income and avoid unpleasant surprises when filing tax returns. During this period, the priority for company directors and business advisers is to identify the most appropriate practical solutions to optimise the company's tax burden in a fully lawful and transparent manner.

Among the various options available — from bringing forward eligible expenses to the planned management of investments and stock — corporate welfare and fringe benefits are among the most effective tools for combining tax optimisation with tangible support for employees and the local community.

Introducing or expanding welfare measures by 31 December enables a business to charge fully deductible expenses against its business income in the current financial year. This prevents valuable financial resources from being absorbed by inefficient taxation while ensuring that the company's accounts remain properly aligned.

The opportunity becomes even more attractive in light of the budgetary legislation currently in force, which confirms a particularly favourable tax treatment for fringe benefits. Companies can provide tax-free benefits worth up to €1,000 to employees in general, with this threshold rising to €2,000 for employees with children who qualify as tax dependants.

In a regional context where protecting families' purchasing power is a priority, using these allowances to reimburse electricity and gas bills or rent on an employee's main residence, or to provide shopping and fuel vouchers, allows small and medium-sized businesses in Umbria to offer a genuine year-end bonus.

When combined with the increase to €10 in the tax-exempt threshold for electronic meal vouchers, the overall impact on both company finances and employees' take-home pay can be considerable.

The company reduces its taxable income for IRES or IRPEF purposes while eliminating the INPS social security contribution burden altogether. Employees, meanwhile, receive additional net benefits without any IRPEF tax being withheld.

Ultimately, year-end tax planning in Umbria should not be regarded as a mere accounting obligation, but as an opportunity for strategic governance: a way to turn tax incentives into a relationship of trust and stability between a business, its employees and the local community.

Studio Maria Chiara Sordini
Spoleto, Via Marconi 2/a
studiomcsordini@gmail.com
0743 674118 - 328 4691723

informazione pubblicitaria

informazione pubblicitaria



"Lumiers" (Tecnica mista, Parigi, 2023)
Esmeralda

CULTURE

BOOK

LA LETTURA CONSIGLIATA

RECOMMENDED READING

Feng Shui: dialogo tra uomo e ambiente
Guida pratica all'armonia abitativa

di Marco Viola
Architetto

L'ARCHITETTURA INVISIBILE DELL'ENERGIA: IL FENG SHUI COME GUIDA AL BENESSERE ABITATIVO

The Invisible Architecture of Energy: Feng Shui as a Guide to Well-Being in the Home

A CURA DELL'AUTORE

Dopo anni dedicati alla progettazione di spazi, alla distribuzione degli ambienti e alla scelta dei materiali, nel mio percorso da architetto ho maturato la convinzione che un edificio non può dirsi davvero riuscito se si limita a essere bello da vedere, ma deve essere vivo e armonioso anche dal punto di vista energetico. Troppo spesso ci concentriamo unicamente sull'estetica o sulla funzionalità meccanica, dimenticando che ogni luogo entra in un dialogo costante e invisibile con chi lo abita. Ed è proprio da questa consapevolezza profonda che nascono la mia ricerca e il libro "Feng Shui: Dialogo tra uomo e ambiente".



Lontana dall'essere una moda passeggera, questa disciplina millenaria rappresenta una vera e propria scienza dell'abitare e dell'energia. Il Feng Shui studia e mappa il flusso invisibile del Ch'i, la forza vitale che attraversa ogni cosa e il sottile, dinamico equilibrio tra le forze complementari dello Yin e dello Yang. Ogni parete che innalziamo, ogni orientamento che scegliamo e ogni oggetto che posizioniamo all'interno di uno spazio plasmano questo flusso energetico. Quando l'energia scorre liberamente, l'ambiente diventa un alleato prezioso, capace di influenzare positivamente il nostro benessere psicofisico, la qualità del riposo e l'armonia delle relazioni familiari. Quando invece ristagna, si avverte una sottile sensazione di pesantezza.

Con questo libro ho voluto realizzare una guida pratica e rigorosa ma al tempo stesso estremamente accessibile, pensata anche per i neofiti che desiderano riscoprire e valorizzare i propri ambienti. Dalla gestione della soglia d'ingresso fino all'alchimia della cucina e alla rigenerazione nella camera da letto, il testo offre strumenti concreti, analisi guidate e rimedi di base applicabili a qualsiasi casa. Perché imparare a gestire l'energia dei luoghi in cui viviamo significa, in fondo, compiere il primo passo per ritrovare l'equilibrio dentro di noi.
Il libro è disponibile esclusivamente su Amazon.

After years spent designing spaces, planning layouts and selecting materials, my career as an architect has led me to the conviction that a building cannot truly be considered a success if it is merely pleasing to the eye; it must also be vibrant and harmonious from an energetic perspective. All too often we focus solely on aesthetics or mechanical functionality, forgetting that every place engages in a constant, invisible dialogue with those who inhabit it. It is precisely from this deep realisation that my research and the book "Feng Shui: A Dialogue between Man and the Environment" have emerged.

Far from being a passing fad, this ancient discipline represents a true science of living and energy. Feng Shui studies and maps the invisible flow of Ch'i, the life force that permeates everything, and the subtle, dynamic balance between the complementary forces of Yin and Yang. Every wall we erect, every orientation we choose and every object we place within a space shapes this energy flow. When energy flows freely, the environment becomes a valuable ally, capable of positively influencing our physical and mental wellbeing, the quality of our rest and the harmony of our family relationships. When, on the other hand, it stagnates, a subtle sense of heaviness sets in.

With this book, I have sought to create a practical and rigorous yet extremely accessible guide, designed also for beginners who wish to rediscover and enhance their living spaces. From managing the entrance hall to the alchemy of the kitchen and regeneration in the bedroom, the book offers practical tools, guided analyses and basic remedies applicable to any home. Because learning to manage the energy of the places where we live means, ultimately, taking the first step towards regaining our inner balance.

The book is available exclusively on Amazon.



Sono un architetto con anni di esperienza nel campo della progettazione. Dopo un lungo percorso di studi e di ricerca, mi sono avvicinato al Feng Shui spinto dalla convinzione che un ambiente non debba essere soltanto funzionale ed esteticamente curato, ma debba entrare in profonda sintonia energetica con chi lo abita, per favorirne la salute, il benessere e la serenità quotidiana.

I am an architect with many years' experience in the field of design. Following a long period of study and research, I became interested in Feng Shui, driven by the belief that a space should not only be functional and aesthetically pleasing, but should also be in deep energetic harmony with those who live there, in order to promote their health, wellbeing and everyday serenity.

Marco Viola

Disponibile su amazon



RETRO TECH: IL BELLO DEI RICORDI SGRANATI

Retro Tech: The Beauty of Grainy Memories

A CURA DELLA REDAZIONE

Nel cassetto di ogni casa c'è un angolo dimenticato. Un paio di cuffiette col filo, un telefono a conchiglia con la batteria ormai morta, una compatta digitale con la scheda ancora dentro, magari un rullino mai sviluppato. Li avevamo messi lì convinti di chiudere un capitolo: roba superata, ingombrante, da buttare al prossimo trasloco. E invece oggi qualcuno riapre quel cassetto, e non per fare ordine.

Il fenomeno ha un nome, retro tech, e ormai si vede ovunque. I dischi in vinile hanno raggiunto negli Stati Uniti incassi che non si vedevano dal 1983, e anche in Italia le vendite crescono a ritmo sostenuto. Le cuffie con il filo, date per morte con l'arrivo del wireless, sono tornate a vendere: più venti per cento nelle prime settimane di quest'anno, secondo gli analisti. Perfino Kodak, che per anni ha tagliato prodotti uno dopo l'altro, ha rimesso in produzione una delle sue pellicole più amate, cancellata nel 2012, e negli ultimi mesi ha ripreso in mano direttamente la distribuzione dei suoi rullini storici, rilanciando anche nomi che sembravano archiviati.

Qualcuno, tra i più giovani, esce di casa con due telefoni: uno moderno per vivere, e uno vecchio, tenuto solo per fotografare.

La prima parola che viene in mente è nostalgia. Ma è una parola un po' pigra, perché molti di questi oggetti li comprano ragazzi che quell'epoca non l'hanno mai vissuta. Una nostalgia presa in prestito, di un tempo che conoscono solo dai racconti dei genitori. Allora forse è un'altra cosa.

Forse è stanchezza. Una stanchezza scelta, quasi elegante. Il disco ti costringe ad alzarti per girarlo e ad ascoltare un album dall'inizio alla fine, comprese le canzoni che non avresti scelto. Il rullino ha poche pose e nessuna anteprima: scatti, speri, aspetti. Il filo non si scarica, non si perde in un tombino, non chiede di essere accoppiato a niente; dice solo, a chi ti guarda, che in quel momento stai ascoltando. Il telefono a conchiglia fa poche cose, e per questo ti lascia in pace.

E poi ci sono le foto brutte. Sgranate, con il flash che brucia i volti, i colori un po' sbiaditi, la data



In the drawer of every home, there's a forgotten corner. A pair of wired earbuds, a flip phone with a long-dead battery, a digital compact with its memory card still inside, maybe an undeveloped roll of film. We put them there convinced we were closing a chapter: outdated, bulky, destined for the bin at the next move. And yet today someone is opening that drawer again, and not to tidy up.

The phenomenon has a name, retro tech, and by now it's everywhere. Vinyl records have reached revenues in the United States not seen since 1983, and in Italy too sales are growing at a steady pace. Wired headphones, written off as dead when wireless arrived, are selling again: up twenty percent in the first weeks of this year, according to analysts. Even Kodak, which for years cut products one after another, has put one of its most beloved films back into production, after discontinuing it in 2012, and in recent months has taken direct control of the distribution of its historic rolls, relaunching names that seemed consigned to the archive.

Some of the youngest leave the house with two phones: a modern one for living, and an old one kept only for taking photos.

The first word that comes to mind is nostalgia. But it's a rather lazy word, because many of these objects are bought by young people who never lived through that era. A borrowed nostalgia, for a time they only know from their parents' stories. So perhaps it's something else.

Perhaps it's weariness. A chosen weariness, almost elegant. A record makes you get up to flip it and listen to an album from start to finish, including the songs you wouldn't have picked. A roll of film has few exposures and no preview: you shoot, you hope, you wait. A wire doesn't run out of battery, doesn't slip down a storm drain, doesn't ask to be paired with anything; it simply tells whoever is looking at you that, in that moment, you're listening. A flip phone does few things, and that's why it leaves you in peace.



And then there are the bad photos. Grainy, with the flash burning out faces, colors a little faded, the orange date stamp in a corner. It's no accident that they've become desirable. In an age when

arancione in un angolo. Non è un caso che siano diventate desiderabili. In un tempo in cui ogni telefono produce immagini nitide, ritoccate da un algoritmo prima ancora che abbiamo finito di guardarle, la perfezione ha smesso di sembrare vera. Un ricordo, in fondo, non è mai nitido. Ha i bordi mossi, la luce sbagliata, qualcuno con gli occhi chiusi. Chi sceglie una macchinetta del 2004 per una serata tra amici non cerca la qualità: cerca che quella sera somigli a una sera, e non alla pubblicità di se stessa.

Pensiamo alla galleria del nostro telefono: migliaia di scatti identici, dieci versioni della stessa tavolata, tutte perfette e nessuna davvero ricordata. Chi ha una compatta in borsa fa il contrario. Scatta poco, non guarda subito il risultato, e solo a fine serata scarica le foto e le rivive una per una, come un tempo si faceva col rullino. L'attesa, ancora una volta, fa il ricordo.

Nessuno, sia chiaro, sta rinunciando allo smartphone. Resta in tasca, per le mappe, i messaggi, il lavoro. Ma accanto a lui si è fatto spazio per qualcosa di più lento: il fruscio di un disco mentre si prepara il caffè, il rumore di un rullino che scorre, una fotocamera che costringe a guardare davvero ciò che si sta fotografando. Non è una fuga dal presente: è un modo di scegliere a che velocità viverne un pezzo.

Forse la lezione sta tutta qui. Abbiamo passato vent'anni a rendere tutto più veloce, più nitido, più comodo, e adesso scopriamo che alcune cose valgono proprio perché costano un po' di fatica. Non tutto ciò che è lento è vecchio. A volte è così che nascono i ricordi.

every phone produces sharp images, retouched by an algorithm before we've even finished looking at them, perfection has stopped looking real. A memory, after all, is never sharp. It has blurred edges, the wrong light, someone with their eyes closed. Whoever picks a 2004 point-and-shoot for an evening with friends isn't looking for quality: they want that evening to look like an evening, and not like an advertisement for itself.

Think of the gallery on our phone: thousands of identical shots, ten versions of the same dinner table, all perfect and none truly remembered. Whoever carries a compact camera in their bag does the opposite. They shoot little, don't check the result right away, and only at the end of the night download the photos and relive them one by one, the way we once did with a roll of film. Once again, the wait is what makes the memory.

No one, of course, is giving up their smartphone. It stays in the pocket, for maps, messages, work. But beside it, room has been made for something slower: the crackle of a record while the coffee brews, the sound of film advancing, a camera that makes you really look at what you're photographing. It's not an escape from the present: it's a way of choosing the speed at which to live a piece of it.

Perhaps that's the whole lesson. We've spent twenty years making everything faster, sharper, more convenient, and now we're discovering that some things are worth it precisely because they take a bit of effort. Not everything slow is old. Sometimes, that's how memories are made.



truffle land by URBANI



LA TARTUFICOLTURA DEL FUTURO

UN AIUTO CONCRETO ALL'AMBIENTE E NON SOLO

COMPENSAZIONE CO2 SALVAGUARDIA DELL'AMBIENTE RIQUALIFICAZIONE AREE AGRICOLE

www.truffleland.com

CASCIA, IL RINASCIMENTO TORNA A RACCONTARSI

Cascia: the Renaissance Tells Its Story Once More

A CURA DELLA REDAZIONE

Dieci anni dopo il terremoto che nel 2016 ha segnato profondamente la Valnerina, l'arte torna a essere protagonista di un percorso di rinascita e riscoperta.

Si intitola "Oro e terra. Il Rinascimento della Valnerina" la mostra storico-artistica e documentaria diffusa che, fino al 31 marzo 2027, coinvolge Spoleto, Norcia, Ferentillo, Cascia, Arrone e Vallo di Nera. Oltre 170 opere, documenti d'archivio e libri, recuperati e restaurati dopo il sisma, compongono un itinerario che restituisce al territorio una parte preziosa della sua memoria culturale.

A Cascia il percorso si snoda attraverso due luoghi del centro storico: Palazzo Santi, sede del Museo civico, e la Chiesa di San Francesco. Il primo ospita cinque opere, tra cui il San Bernardino da Siena di Giovanni Antonio di Giordano, realizzato intorno al 1490, e il Sant'Antonio abate di Nicola di Ulisse da Siena, datato intorno al 1461. Nella chiesa trova invece spazio l'Ascensione di Cristo e lunetta con l'Eterno Padre fra Angeli, dipinta nel 1596 da Niccolò Circignani.

Sei opere che raccontano secoli di storia e devozione, ma anche il valore di un patrimonio che appartiene alla comunità e che merita di essere conosciuto e custodito. Per Cascia, la mostra diventa così un'occasione per riscoprire tesori artistici spesso meno conosciuti, inserendoli in un racconto più ampio che lega arte, identità e futuro della Valnerina.

Ten years after the earthquake that profoundly affected the Valnerina in 2016, art is once again at the heart of a journey of rebirth and rediscovery.

Entitled "Gold and Earth. The Renaissance of the Valnerina", this wide-ranging historical, artistic and documentary exhibition runs until 31 March 2027, involving Spoleto, Norcia, Ferentillo, Cascia, Arrone and Vallo di Nera. Over 170 works of art, archival documents and books, recovered and restored following the earthquake, form a journey that restores a precious part of the region's cultural memory.
In Cascia, the exhibition winds its way through two venues in the historic centre: Palazzo Santi, home to the Civic Museum, and the Church of San Francesco. The former houses five works, including "Giovanni Antonio di Giordano's Saint Bernardino of Siena", created around 1490, and "Nicola di Ulisse da Siena's Saint Anthony the Abbot", dated around 1461. The church, meanwhile, features "The Ascension of Christ" and a lunette depicting "The Eternal Father amongst Angels", painted in 1596 by Niccolò Circignani.

These six works recount centuries of history and devotion, but also highlight the value of a heritage that belongs to the community and deserves to be recognised and preserved. For Cascia, the exhibition thus provides an opportunity to rediscover often lesser-known artistic treasures, placing them within a broader narrative that links art, identity and the future of the Valnerina.



SAN NICOLA, IL SANTO DELLA GENEROSITÀ E IL MIRACOLO DEL FARRO

St Nicholas, the Saint of Generosity and the Miracle of the Spelt

A CURA DELLA REDAZIONE

San Nicola, vescovo di Mira, vissuto tra il III e il IV secolo nell'attuale Turchia, è tra i santi più venerati della cristianità. La sua figura è legata alla protezione dei bambini, dei poveri e delle persone in difficoltà. Le numerose leggende sulla sua generosità hanno contribuito, nel corso dei secoli, alla nascita della figura di Babbo Natale, simbolo dei doni e della solidarietà.



Secondo la leggenda, San Nicola, trovandosi a passare per queste terre durante una terribile carestia, rimase profondamente colpito dalle condizioni di povertà degli abitanti. Decise allora di distribuire il poco farro che portava nella propria bisaccia. Miracolosamente, i chicchi si moltiplicarono fino a sfamare tutti i bisognosi.

Da questo racconto nasce il legame inscindibile tra il Santo e il cereale simbolo del territorio, tanto che gli abitanti di Monteleone erano conosciuti anche con i soprannomi di "mangiafarre" e "farrari de San Nicola".

St Nicholas, Bishop of Myra, who lived between the 3rd and 4th centuries in what is now Turkey, is one of the most revered saints in Christianity. He is associated with the protection of children, the poor and those in need. Over the centuries, the numerous legends about his generosity have contributed to the emergence of the figure of Father Christmas, a symbol of gifts and solidarity.

According to legend, Saint Nicholas, whilst passing through these lands during a terrible famine, was deeply moved by the poverty of the inhabitants. He therefore decided to distribute the small amount of spelt he was carrying in his saddlebag. Miraculously, the grains multiplied until they were enough to feed all those in need.

This tale gave rise to the inseparable link between the saint and the cereal that symbolises the region, so much so that the inhabitants of Monteleone were also known by the nicknames 'mangiafarre' and 'farrari de San Nicola'.

Il 5 dicembre: il rito del Farro Benedetto

Il momento più caratteristico delle celebrazioni si svolge alla vigilia della festa patronale.

Secondo l'antica consuetudine, il parroco, con la collaborazione delle donne del paese, provvede alla preparazione della tradizionale minestra di farro, un tempo cotta in un grande caldaio sul focolare della canonica.

La tradizione descrive una preparazione particolarmente suggestiva: circa 80 litri d'acqua e otto chilogrammi di farro, lasciati cuocere lentamente e insaporiti con un sugo di magro a base di pomodoro, sedano, cipolla, carota e olio. A completare il piatto, una generosa aggiunta di formaggio grattugiato.

A mezzogiorno, dopo la benedizione, la minestra viene distribuita ai presenti, cominciando dai bambini, destinatari privilegiati del rito.

Un tempo gli scolari raggiungevano la canonica portando con sé piatti e cucchiai, che spesso facevano risuonare allegramente lungo il percorso. Gli adulti, invece, portavano recipienti nei quali raccogliere il farro da consumare successivamente in famiglia.

Momento di ristoro e autentico gesto collettivo di condivisione: il cibo, dono della terra e frutto del lavoro umano, è espressione concreta della carità cristiana.

Ancora oggi il Farro Benedetto conserva questo significato, riunendo simbolicamente bambini, famiglie, anziani e visitatori.

5 December: the 'Farro Benedetto' ritual

The most distinctive part of the celebrations takes place on the eve of the patron saint's feast day.

According to ancient custom, the parish priest, with the help of the village women, oversees the preparation of the traditional spelt soup, which was once cooked in a large cauldron over the hearth in the vicarage.

Tradition describes a particularly evocative preparation: around 80 litres of water and eight kilograms of spelt, left to simmer slowly and flavoured with a light tomato-based sauce made from tomatoes, celery, onion, carrot and oil. To complete the dish, a generous sprinkling of grated cheese is added.

At midday, after the blessing, the soup is served to those present, starting with the children, who are the ritual's special guests.

In the past, schoolchildren would make their way to the vicarage carrying their own plates and spoons, which they would often clatter merrily along the way. The adults, on the other hand, would bring containers in which to collect the spelt to be eaten later with their families.

A moment of refreshment and a genuine collective gesture of sharing: food, a gift from the earth and the fruit of human labour, is a concrete expression of Christian charity.

Even today, the 'Farro Benedetto' retains this significance, symbolically bringing together children, families, the elderly and visitors.

Il 6 dicembre

Il giorno successivo, 6 dicembre, è dedicato alle celebrazioni religiose in onore del Santo Patrono.

La Santa Messa rappresenta il momento centrale della ricorrenza, con la partecipazione dei fedeli, delle autorità locali e della comunità. Accanto alla dimensione religiosa sopravvivono occasioni di convivialità, come la tradizionale cena dei capifamiglia. La festa si arricchisce di iniziative culturali e manifestazioni legate alle eccellenze agroalimentari locali. Mercatini natalizi, degustazioni, mostre mercato e attività dedicate alle tradizioni del territorio accompagnano le celebrazioni di dicembre.

Il Focone della Venuta

Il calendario delle manifestazioni organizzate dal Comune e dalle associazioni locali cambia di anno in anno, ma il cuore della festa rimane lo stesso: la volontà di ritrovarsi e riconoscersi in una storia condivisa. Specialmente il 9 dicembre, sera che conclude la Festa di San Nicola, caratterizzata dalla suggestiva accensione de Il Focone della Venuta.

Il rito celebra la prodigiosa traslazione della Santa Casa di Loreto (avvenuta nella notte tra il 9 e il 10 dicembre), ricordando i fuochi che anticamente servirono a illuminare il cammino alla reliquia mariana. Il fuoco viene benedetto dal parroco e riunisce l'intero borgo (inclusi i centri e le frazioni vicini) intorno alla fiamma. Ad accompagnare la serata, i suoni della banda locale e canti della corale.

6 December

The following day, 6 December, is dedicated to religious celebrations in honour of the patron saint.

Holy Mass is the centrepiece of the festivities, attended by the faithful, local authorities and the community. Alongside the religious aspect, there are also opportunities for socialising, such as the traditional dinner for heads of households. The festivities are enriched by cultural initiatives and events showcasing the region's finest food and drink. Christmas markets, tastings, trade fairs and activities dedicated to local traditions accompany the December celebrations.

The "Focone della Venuta"

The programme of events organised by the local council and local associations changes from year to year, but the heart of the festival remains the same: the desire to come together and recognise one's place within a shared history. This is particularly true on 9 December, the evening that brings the Feast of St Nicholas to a close, marked by the evocative lighting of Il Focone della Venuta.

The ritual celebrates the miraculous transfer of the Holy House of Loreto (which took place on the night between 9 and 10 December), recalling the bonfires that in ancient times served to light the way for the Marian relic. The fire is blessed by the parish priest and brings the entire village (including neighbouring towns and hamlets) together around the flame. The evening is accompanied by the music of the local band and the singing of the choir.

Farro DOP di Monteleone: ecco tre ricette particolarmente indicate per le feste di fine anno

Monteleone DOP spelt: here are three recipes particularly suited to the end-of-year festivities

Il Farro di San Nicola

Ingredienti per 4 persone: 4 pugnetti di farro spezzato, cipolla abbondante, sedano, pomodori pelati o salsa di pomodoro, olio extravergine d'oliva e, a piacere, due patate. Preparazione Tritare per bene la cipolla e il sedano; farli rosolare in pentola con olio e pomodoro. Versare poi acqua e all'ebollizione mettere il farro. Mescolare frequentemente e far cuocere per circa un'ora. Verso la fine della cottura si può aggiungere un pizzico di peperoncino.

San Nicola Spelt

Ingredients for 4 people: 4 handfuls of cracked spelt, plenty of onion, celery, tinned peeled tomatoes or tomato purée, extra virgin olive oil and, if desired, two potatoes. Method: Finely chop the onion and celery; fry them gently in a saucepan with oil and tomato. Then pour in water and, once it comes to the boil, add the farro. Stir frequently and cook for about an hour. Towards the end of cooking, you can add a pinch of chilli.

Il Farro in crema di lenticchie

Ingredienti per 4 persone: 300 g di farro in chicchi, 150 g di lenticchie, cipolla, aglio, sedano, olio extravergine d'oliva, sale e Parmigiano grattugiato. Preparazione Mettere a cuocere la lenticchia in una pentola con sedano, cipolla, aglio e sale; appena cotta passare il composto al passaverdura. A parte far cuocere il farro in abbondante acqua salata, appena cotto scolare. Porre in una casseruola un poco d'olio e cipolla tagliata finemente e far rosolare, quindi aggiungere la purea di lenticchie e il farro cotto, far amalgamare per qualche minuto. Servire caldo aggiungendo (a piacere) parmigiano grattugiato. !

Spelt in a lentil cream sauce

Ingredients for 4 people: 300 g spelt grains, 150 g lentils, onion, garlic, celery, extra virgin olive oil, salt and grated Parmesan. Method: Cook the lentils in a saucepan with celery, onion, garlic and salt; as soon as they are cooked, pass the mixture through a food mill. Separately, cook the spelt in plenty of salted water; drain as soon as it is cooked. Heat a little oil in a saucepan with finely chopped onion and fry gently until golden, then add the lentil purée and the cooked spelt, stirring to combine for a few minutes. Serve hot, adding grated Parmesan (to taste).



Farro dolce con uvetta, pinoli e cannella

Ingredienti per 4 persone: 110 gr. di farro in chicchi, 3/4 di litro di latte, 50 gr. di zucchero, 10 gr. di uvetta ammorbidita in acqua calda, 40 gr. di pinoli, un pizzico di cannella in polvere, una bustina di vaniglia, 2 chiodi di garofano, sale, burro per lo stampo. Preparazione Mettere il latte in una pentola, portare a ebollizione a fuoco medio, aggiungere farro e sale. Unire quindi la vaniglia, i chiodi di garofano e rigirare con cura. Dopo cinque minuti aggiungere tutto lo zucchero, l'uvetta ben strizzata e infine i pinoli. Mescolare continuamente perché il composto non si attacchi. Togliere il recipiente dal fuoco quando il farro è ancora al dente. Versare il composto in uno stampo già imburrato, livellare in superficie. Lasciare raffreddare prima di rovesciare lo stampo nel piatto di portata. Spolverizzare di cannella e servire.

Sweet spelt with sultanas, pine nuts and cinnamon

Ingredients for 4 people: 110 g spelt grains, 3/4 litre milk, 50 g sugar, 10 g sultanas (soaked in hot water), 40 g pine nuts, a pinch of ground cinnamon, one sachet of vanilla, 2 cloves, salt, butter for the dish. Method: Pour the milk into a saucepan, bring to the boil over a medium heat, then add the spelt and salt. Next, add the vanilla and cloves and stir carefully. After five minutes, add all the sugar, the well-drained raisins and, finally, the pine nuts. Stir continuously to prevent the mixture from sticking. Remove the pan from the heat whilst the spelt is still al dente. Pour the mixture into a buttered mould and level the surface. Leave to cool before turning the mould out onto a serving dish. Dust with cinnamon and serve.



TERMO IDRAULICA MARINI
Lamborghini CALORECLIMA

Pompa di Calore Aria-Acqua

Idola Life M

Riscaldamento, raffrescamento e ACS



Refrigerante ecologico R290
Alta efficienza A+++
Acqua calda fino a 75°C
Wi-Fi incluso

Bonus 2026
Ecobonus e Bonus Casa

50% prima casa
36% altre proprietà
fino al 31/12/2026

SEDE E SHOWROOM VIA 1° MAGGIO 38 - SPOLETO | 0743 22 29 84
termoidraulicamarini.it



Museo del Tartufo Urbani - Scheggino

LA CASA, MENO PERFETTA E PIÙ NOSTRA: DECORAZIONE E COLORI NEL 2027

The Home, Less Perfect and More Ours: Decoration and Colour in 2027

INTERVISTA A LAURA SANTARELLI - A CURA DELLA REDAZIONE

Da vent'anni Laura Santarelli, fondatrice di Alfie Design, porta la tradizione artigianale italiana negli alberghi di lusso e nelle dimore private. Con lei parliamo di Interior Styling 2027.

For twenty years, Laura Santarelli, founder of Alfie Design, has brought Italian artisan tradition to luxury hotels and private residences. We talk to her about Interior Styling 2027.


Laura Santarelli

Laura, che direzione prende il 2027?
"Chiude la stagione della casa perfetta, quella da fotografia, con superfici sgombre e toni neutri. Vedo ambienti più caldi, più sensoriali e più personali. Il vero lusso, oggi, è la cura: un tessuto scelto bene, una cucitura fatta a regola d'arte, un dettaglio che si nota solo da vicino."
Partiamo dal colore. Pantone è un riferimento iconico nel mondo del design e della moda.

Cosa possiamo aspettarci per il 2027?
"Il colore dell'anno non è ancora stato annunciato, ma le previsioni sono interessanti. Archi&Interiors guarda soprattutto ai gialli, dal burro alle tonalità miele e ocra, senza escludere il blu cobalto, i rossi cherry e i rosa terrosi. È una palette ricca, che interpreto come una direzione, non come un obbligo. Un giallo caldo lo immagino in un velluto, un blu intenso in una passamaneria: il colore, per me, passa quasi sempre dal tessuto."

Perché proprio ora tornano colori così espressivi?
"Pantone, attraverso il suo Color of the Year, cerca ogni anno di interpretare il clima culturale e i cambiamenti della società. Credo che oggi ci sia voglia di ritrovare energia, calore e autenticità. Per gli interni il colore va letto in chiave artigianale e di tradizione, più vicino a un tessuto lavorato o a una ceramica smaltata che a una superficie uniforme. Lo vedo nelle richieste: la committenza vuole ambienti che raccontino una storia."

Laura, which direction is 2027 taking?
"The era of the perfect home, the photo-ready kind with clear surfaces and neutral tones, is coming to an end. I see warmer, more sensory and more personal spaces. True luxury today is care: a well-chosen fabric, a seam made to perfection, a detail you only notice up close."
Let's start with colour. Pantone is an iconic reference in the worlds of design and fashion.

What can we expect for 2027?
"The Colour of the Year has not been announced yet, but the forecasts are interesting. Archi&Interiors looks above all at yellows, from butter to honey and ochre shades, without ruling out cobalt blue, cherry reds and earthy pinks. It's a rich palette, which I read as a direction, not an obligation. I picture a warm yellow in a velvet, an intense blue in a trim: for me, colour almost always comes through fabric."

Why are such expressive colours coming back now?
"Through its Color of the Year, Pantone tries every year to interpret the cultural climate and the changes in society. I think today there is a desire to rediscover energy, warmth and authenticity. For interiors, colour should be read in an artisanal, traditional key, closer to a woven fabric or a glazed ceramic than to a flat, uniform surface. I see it in what clients ask for: they want spaces that tell a story."



Heimtextil, la grande fiera dei tessili per la casa, per il 2027/28 parla di "Home-Maxxing". Che segnale è?
È la casa vista come luogo in cui si cerca insieme efficienza e riposo, e tra le tre direzioni proposte una sola ha toni caldi e terrosi.
"Per chi lavora con i tessuti è un segnale chiaro: la gente vuole materiali che funzionino, ma che diano anche calore. Bellezza e praticità devono andare insieme."

Quindi è un ritorno al passato?
"No, non è nostalgia. Si tratta di conciliare due bisogni: una casa che funziona, con tessuti pensati per l'uso quotidiano, e il bisogno di rallentare in uno spazio che ci somigli. Funzione ed emozione non sono più in conflitto."

Heimtextil, the major home textiles fair, is talking about "Home-Maxxing" for 2027/28. What does that signal?
It's the home seen as a place where people look for both efficiency and rest, and of the three directions proposed, only one has warm, earthy tones.
"For those who work with fabrics, it's a clear signal: people want materials that work, but that also bring warmth. Beauty and practicality have to go together."

So is it a return to the past?
"No, it's not nostalgia. It's about reconciling two needs: a home that works, with fabrics designed for everyday use, and the need to slow down in a space that feels like us. Function and emotion are no longer in conflict."

informazione pubblicitaria
informazione pubblicitaria

In concreto, cosa cambia in una casa?
"Tre cose. La materia: legni caldi, pietre naturali, lane, lini e cotoni dalla trama evidente, superfici che invitano a essere toccate. Il minimalismo si ammorbidisce e perde la freddezza da showroom. Poi la stratificazione: ceramiche, libri, quadri e tessuti sovrapposti, perché una casa collezionata racconta chi la abita. Mescolare antico e contemporaneo non è più un azzardo, e in una villa o in un casolare un cuscino o una passamaneria cambiano l'atmosfera di una stanza. Infine il colore dosato: non servono quattro pareti colorate, bastano una poltrona, una tenda, qualche cuscino nei toni dell'ocra o un vaso rosso cherry o rosa. E se tra due anni l'umore cambia, si cambia il vaso."

E nel mondo alberghiero?
"Il discorso è lo stesso, con più vincoli. Il nostro lavoro è un po' teatrale: si entra in un set curato nei dettagli, dove ogni elemento crea l'effetto wow. Nel 2027 passerà meno dall'eccesso e più dalla qualità: materiali che reggono l'uso e che col tempo ripagano l'investimento."

Un consiglio a chi vuole rinnovare casa?
"Cambiare la domanda: non più 'come appare questa casa?', ma 'come mi fa sentire?'. Ascoltare abitudini, ricordi, oggetti che meritano di restare, e ripartire da un oggetto alla volta."
Alla fine, una casa riuscita è quella che ci fa dire: "Questa è proprio mia".

In practice, what changes in a home?
"Three things. First, materials: warm woods, natural stone, wools, linens and cottons with a visible weave, surfaces that invite touch. Minimalism softens and loses its showroom coldness. Then layering: ceramics, books, paintings and overlapping fabrics, because a collected home tells you who lives in it. Mixing old and contemporary is no longer a gamble, and in a villa or a farmhouse, a cushion or a trim can change the atmosphere of a room. Finally, measured colour: you don't need four coloured walls; an armchair, a curtain, a few cushions in ochre tones or a cherry red or pink vase will do. And if your mood changes in two years, you change the vase."

And in the hotel world?
"It's the same approach, with more constraints. Our work is a bit theatrical: you step into a set styled down to the smallest detail, where every element creates the wow effect. In 2027 it will come less from excess and more from quality: materials that withstand use and pay back the investment over time."

Any advice for those who want to renovate their home?
"Change the question: not 'how does this home look?', but 'how does it make me feel?'. Listen to your habits, your memories, the objects worth keeping, and start again one object at a time."
In the end, a successful home is one that makes us say: "This is truly mine."

alfiedesign

Laura Santarelli
Via Indipendenza, 8 - Spoleto (PG)
346 748 9705
alfiedesign.it

informazione pubblicitaria



due mondi
studio immobiliare

LA CASA CHE CERCHI. IL PARTNER CHE MERITI.



SPOLETO - SAN GIOVANNI DI BAIANO

Porzione di bifamiliare di 144mq disposta su tre livelli e composta da: soggiorno con camino, cucina abitabile con affaccio su portico, tre camere da letto di cui una con terrazzo e tre bagni.
A completare la proprietà troviamo un garage di 57mq accessibile dal soggiorno, una cantina di 7mq e un giardino di 900mq dotato di pozzo.

144MQ 3 3 1

€ 175.000



SPOLETO - CENTRO STORICO

Appartamento di 58 mq interamente ristrutturato nel 2026 con predisposizione per aria condizionata. L'immobile è composto da: soggiorno con angolo cottura e camino, camera da letto matrimoniale e bagno.
A completare la proprietà un fondo di 21 mq.

58MQ 1 1

€ 80.000



SPOLETO - VIA AMENDOLA

Luminoso appartamento completamente ristrutturato nel 2023, posto al secondo piano e composto da: soggiorno con terrazzo, cucina abitabile con balcone, due camere da letto matrimoniali e un bagno. A completare la proprietà troviamo un garage di 16 mq ed una cantina di 4 mq. L'immobile viene venduto parzialmente arredato.

85MQ 2 1 1

€ 160.000



SPOLETO - VIALE GUGLIELMO MARCONI

Appartamento situato al secondo piano di una palazzina ristrutturata nel 2025 con interventi di efficientamento energetico e consolidamento sismico. L'immobile è composto da: soggiorno, cucina con tinello, due camere da letto matrimoniali, due balconi e un bagno con antibagno. A completare la proprietà un garage di 14mq ed una cantina.

85MQ 2 1 1

€ 75.000



CASTEL RITALDI - LA BRUNA

Luminoso appartamento di 115 mq completamente ristrutturato, posto al primo piano e composto da: soggiorno con camino e angolo cottura con cucina in muratura e isola, tre camere da letto matrimoniali, due bagni, un comodo ripostiglio e un terrazzo abitabile di 12 mq.

115MQ 3 2

€ 139.000



SPOLETO - VIA DEL TIRO A SEGNO

Villa a schiera disposta su 3 livelli e composta da: soggiorno con accesso diretto al giardino esclusivo, cucina abitabile, tre camere da letto e due bagni. A completare la proprietà troviamo una taverna di 35 mq attrezzata di angolo cottura, camino, bagno e garage di 18 mq.

160MQ 3 3 1

€ 259.000



SPOLETO - SAN GIOVANNI DI BAIANO

Casa indipendente con due unità abitative. L'abitazione al piano terra, completamente ristrutturata, è composta da: soggiorno con cucina a vista, due camere matrimoniali, uno studio, un ripostiglio e due bagni. L'abitazione al primo piano, da ristrutturare, è composta da: soggiorno, cucina, tre camere matrimoniali, uno studio e due bagni. Accessori extra

213MQ 5 4 2

€ 175.000



SPOLETO - ZONA CENTRALE

Casa indipendente con giardino e pozzo. L'immobile è composto da: ingresso, soggiorno con cucina a vista, 4 camere da letto matrimoniali, di cui una con camino e cabina armadio, due bagni e un terrazzo. Al piano seminterrato troviamo un fondo di 32 mq. A completare la proprietà due garage per complessivi 33 mq e un magazzino di 13 mq.

169MQ 4 2 2

€ 340.000



CASTEL RITALDI - LA BRUNA

Appartamento di 55 mq situato al primo piano e composto da: soggiorno con angolo cottura, camera da letto matrimoniale e bagno con box doccia. A completare la proprietà, al piano seminterrato, troviamo una comoda cantina. L'immobile viene venduto comprensivo di arredo.

55MQ 1 1

€ 58.000



SPOLETO - VIA TITO SINIBALDI

Appartamento di 74 mq posto al secondo piano e composto da: ingresso su disimpegno, soggiorno con balcone, cucina abitabile, due camere da letto matrimoniali e un bagno. A completare la proprietà una comoda cantina di 7 mq al piano interrato e una legnaia.

74MQ 2 1

€ 68.000



TREVI - CENTRO STORICO

All'interno di un edificio interamente ristrutturato che domina la suggestiva valle spoletana, appartamento posto al piano terra e composto da: ingresso su sala da pranzo con zona living, cucina inclusa nel prezzo, due camere da letto matrimoniali, due bagni e un ripostiglio/lavanderia. A completare la proprietà, una comoda cantina di circa 10 mq.

87MQ 2 2

~~€ 170.000~~ **€ 159.000**



SPOLETO - SANT'ANASTASIO

Porzione di 71 mq disposta su due livelli e composta da: soggiorno, angolo cottura, sala, due camere da letto matrimoniali e un bagno. Completano la proprietà due cantine di complessivi 14 mq.

71MQ 2 1

€ 68.000



SPOLETO - SAN GIOVANNI DI BAIANO

Appartamento posto al terzo piano composto da: ingresso, salone con terrazzo, sala da pranzo con camino, cucina finestrata, ripostiglio, due camere da letto matrimoniali e due bagni. Completano la proprietà un garage di 18 mq, una cantina di 5 mq e al piano terra una corte esterna di 50 mq di proprietà esclusiva.

103MQ 2 2 1

~~€ 110.000~~ **€ 80.000**



SPOLETO - VIA CERQUIGLIA

Appartamento situato al terzo piano composto da: ingresso su soggiorno con cucina a vista dotata di split aria calda/fredda e di una parete completamente finestrata che dona luminosità a tutto l'ambiente, due camere da letto matrimoniali di cui una con balcone e bagno con vasca. A completare la proprietà un garage di 12 mq.

73MQ 2 1 1

€ 85.000



SANT'ANATOLIA DI NARCO- GROTTI

Soluzione indipendente con 200 mq di corte comune. L'immobile, disposto su due livelli e con doppio ingresso, è composto da: soggiorno con angolo cottura e camino, due camere da letto e due bagni. A completare la proprietà troviamo una corte esclusiva con annessi magazzini.

65MQ 2 2

€ 69.000

Ogni casa ha una storia
Troviamo la tua

Residenziale · Commerciale · Terreni

PARLIAMONE INSIEME

+39 0743 676 747
+39 342 841 4577
info@duemondimmobiliare.it
Viale Trento e Trieste, 66
Spoleto (PG)

SCOPRI I NOSTI IMMOBILI

duemondimmobiliare.it

DUE NOSTRI CLIENTI CERCANO CON URGENZA:

- Appartamento ristrutturato in zona centrale con 2 camere da letto e ascensore.
  BUDGET €130.000
- Casa indipendente con giardino nella zona compresa tra Spoleto e Trevi.
  BUDGET €250.000

Contattaci ora per vendere il tuo immobile!

UN WEB SENZA GRADINI

A Web Without Barriers

A CURA DELLA REDAZIONE

Comprare un biglietto, leggere un libro, gestire il proprio conto: le nuove regole europee chiedono di rendere i servizi digitali accessibili anche alle persone con disabilità. Un cambiamento che riguarda la qualità della vita di tutti.

Immaginiamo di voler comprare un biglietto del treno. Scegliamo la destinazione, troviamo l'orario giusto, arriviamo al pagamento. Poi, all'improvviso, un pulsante non funziona. Riproviamo, senza successo. Dobbiamo chiedere aiuto o rinunciare.

Per una persona con disabilità, un ostacolo del genere può dipendere da come è costruito il sito: un comando che non si può raggiungere senza mouse, un'immagine priva di descrizione, un modulo che il lettore di schermo non riesce a interpretare. Sono barriere meno visibili di una scala all'ingresso di un edificio, ma possono avere lo stesso effetto: lasciare qualcuno fuori.

È su queste barriere che interviene l'European Accessibility Act, la direttiva europea 2019/882, recepita in Italia dal decreto legislativo 82/2022. Gli obblighi si applicano dal 28 giugno 2025 ai prodotti e ai servizi individuati dalla normativa. Tra i servizi interessati figurano il commercio elettronico, i servizi bancari per i consumatori, gli e-book e diversi servizi digitali legati ai trasporti e alle comunicazioni. Nel marzo 2026 AgID ha pubblicato le relative linee guida sull'accessibilità dei servizi.

Occorre una precisazione: non è un obbligo indistinto per qualsiasi sito internet. Contano il servizio offerto, il soggetto che lo eroga e le condizioni previste dalla legge. Le microimprese che forniscono servizi sono esentate da questi nuovi obblighi: si tratta delle imprese con meno di dieci occupati e un fatturato annuo oppure un totale di bilancio annuo non superiore a due milioni di

Buying a ticket, reading a book, managing your bank account: the new European rules require digital services to be made accessible to people with disabilities too. A change that affects everyone's quality of life.

Let's imagine we want to buy a train ticket. We choose our destination, find the right timetable, and get to the payment stage. Then, suddenly, a button doesn't work. We try again, without success. We have to ask for help or give up.

For a person with a disability, such an obstacle may stem from the way the website is designed: a control that cannot be accessed without a mouse, an image without an alt text, or a form that a screen reader cannot interpret. These barriers are less visible than a flight of stairs at the entrance to a building, but they can have the same effect: leaving someone out.

It is these barriers that the European Accessibility Act – European Directive 2019/882, transposed into Italian law by Legislative Decree 82/2022 – addresses. The requirements will apply from 28 June 2025 to the products and services identified by the legislation. The services covered include e-commerce, consumer banking services, e-books and various digital services related to transport and communications. In March 2026, AgID published the relevant guidelines on the accessibility of services.

A clarification is needed: this is not a blanket obligation for every website. What matters is the service provided, the entity providing it, and the conditions laid down by law. Micro-enterprises providing services are exempt from these new obligations: these are businesses with fewer than ten employees and an annual turnover or total annual balance sheet not exceeding two million euros.



euro. Esistono inoltre disposizioni transitorie per situazioni specifiche.

Anche chi oggi non è obbligato dovrebbe però valutare l'adeguamento del proprio sito. È una raccomandazione che vale per imprese, associazioni, professionisti e per chiunque comunichi o offra servizi online. Le difficoltà di una persona davanti a una pagina illeggibile restano le stesse, qualunque sia la dimensione dell'organizzazione che l'ha pubblicata. Rendere il sito più accessibile significa accogliere più persone, facilitare il rapporto con clienti e lettori e prendersi cura della qualità del proprio servizio. È una scelta che merita attenzione già adesso, indipendentemente da eventuali futuri ampliamenti degli obblighi.

Il significato sociale di questo passaggio emerge nella vita quotidiana. Poter effettuare un acquisto senza assistenza significa scegliere liberamente. Consultare il proprio conto in autonomia significa tutelare la riservatezza. Prenotare un viaggio significa poter organizzare il proprio tempo senza dipendere dalla disponibilità di un familiare.
Chiedere aiuto può essere una scelta. Un servizio progettato male rischia di trasformarlo in un obbligo.

Per questo l'accessibilità va pensata fin dall'inizio. Chi realizza un sito deve considerare persone che vedono poco o non vedono, persone sorde, persone con difficoltà motorie o cognitive. Le modalità di accesso possono essere diverse: tastiera, comandi vocali, ingrandimento dei testi, programmi che leggono ad alta voce ciò che appare sullo schermo. Il sito deve poter funzionare anche con questi strumenti.

C'è poi un beneficio che si allarga oltre le disabilità permanenti. Pensiamo a chi ha temporaneamente un braccio immobilizzato, a chi con l'età fatica a leggere caratteri piccoli, a chi deve seguire un video senza poter ascoltare l'audio. Progettare tenendo conto di esigenze diverse rende più agevoli molte situazioni comuni.

Da dove cominciare? Un buon primo passo è far valutare il proprio sito da una web agency o da professionisti con competenze specifiche nell'accessibilità digitale. Questa verifica permette di capire quali ostacoli esistono e di programmare gli interventi necessari. Anche chi non deve rispettare un obbligo può partire da qui, inserendo l'accessibilità nelle decisioni sul prossimo aggiornamento del sito.

There are also transitional provisions for specific situations.

However, even those who are not currently obliged should consider bringing their website into line. This recommendation applies to businesses, associations, professionals and anyone who communicates or offers services online. The difficulties faced by a person when confronted with an unreadable web page remain the same, regardless of the size of the organisation that published it. Making a website more accessible means welcoming more people, facilitating relationships with customers and readers, and ensuring the quality of one's service. It is a decision that deserves attention right now, regardless of any future extensions to these obligations.

The social significance of this development is evident in everyday life. Being able to make a purchase without assistance means having the freedom to choose. Checking one's bank account independently means safeguarding one's privacy. Booking a trip means being able to organise one's time without relying on a family member's availability.
Asking for help can be a choice. A poorly designed service risks turning it into an obligation.

This is why accessibility must be considered right from the start. Anyone building a website must take into account people who are visually impaired or blind, deaf people, and people with mobility or cognitive difficulties. There are various ways to access a site: via keyboard, voice commands, text magnification, or programmes that read aloud what appears on the screen. The website must be able to function with these tools as well.

There is also a benefit that extends beyond permanent disabilities. Consider those with a temporarily immobilised arm, those who, as they get older, struggle to read small print, or those who need to watch a video without being able to hear the audio. Designing with different needs in mind makes many everyday situations easier.

Where to start? A good first step is to have your website assessed by a web agency or by professionals with specific expertise in digital accessibility. This assessment helps you identify any barriers and plan the necessary actions. Even those who are not legally obliged to do so can start here, by factoring accessibility into decisions regarding the next website update.

È utile ascoltare direttamente anche le persone con disabilità: una prova concreta può far emergere difficoltà che un controllo automatico non racconta. Le linee guida AgID raccomandano test realistici con tecnologie assistive e, possibilmente, il coinvolgimento degli utenti.

La domanda da porsi, davanti a un servizio digitale, è semplice: chi riesce davvero a usarlo fino in fondo? La risposta misura qualcosa di più della qualità tecnica di una pagina. Misura quanto spazio lasciamo all'autonomia delle persone. Perché una società che sposta online acquisti, informazioni e servizi deve preoccuparsi anche di chi rischia di restare davanti a una porta chiusa.

It is also useful to listen directly to people with disabilities: real-world testing can reveal difficulties that an automated check might miss. The AgID guidelines recommend realistic testing using assistive technologies and, where possible, the involvement of users.

The question to ask when considering a digital service is simple: who can actually use it to its full potential? The answer measures more than just the technical quality of a webpage. It measures how much scope we allow for people's independence. Because a society that is moving shopping, information and services online must also be mindful of those who risk being left standing in front of a closed door.

Cosa fare concretamente

Testi leggibili
Un buon contrasto tra scritte e sfondo e la possibilità di ingrandire i contenuti senza perdere informazioni o funzioni.

Informazioni riconoscibili
Il colore non deve essere l'unico segnale: un errore va spiegato anche con un testo, non soltanto evidenziato in rosso.

Immagini e video accessibili
Descrizioni testuali per le immagini informative; sottotitoli, trascrizioni e descrizioni audio secondo il contenuto e i requisiti applicabili.

Navigazione senza mouse
Menu, pulsanti e moduli utilizzabili anche da tastiera, mostrando chiaramente quale elemento è selezionato.

Pagine ben organizzate
Titoli, collegamenti e campi dei moduli riconoscibili anche dai programmi che leggono lo schermo.

Moduli comprensibili
Istruzioni chiare, errori spiegati e indicazioni utili per correggerli.

Tempi e movimenti gestibili
Tempo adeguato per completare le operazioni, possibilità di controllare i contenuti in movimento e assenza di lampeggiamenti pericolosi.

Practical steps to take

Legible text
Good contrast between text and background, and the ability to zoom in on content without losing information or functionality.

Recognisable information
Colour should not be the only indicator: an error should also be explained in text, not just highlighted in red.

Accessible images and videos
Text descriptions for informative images; subtitles, transcripts and audio descriptions in accordance with the content and applicable requirements.

Mouse-free navigation
Menus, buttons and forms that can also be used via the keyboard, clearly showing which item is selected.

Well-organised pages
Headings, links and form fields that are recognisable even by screen-reading software.

Comprehensible forms
Clear instructions, explanations of errors and useful guidance on how to correct them.

Manageable timing and movement
Sufficient time to complete tasks, the ability to control moving content and the absence of harmful flashing.

EVENTI autunno 2026

ti segnaliamo alcune chicche:



ORO E TERRA. IL RINASCIMENTO DELLA VALNERINA

DAL 5 NOVEMBRE 2026 AL 31 MARZO 2027

UNA MOSTRA STORICO-ARTISTICA DEDICATA AL PATRIMONIO CULTURALE DELLA VALNERINA, A DIECI ANNI DAL TERREMOTO DEL 2016. UN PERCORSO TRA OPERE D'ARTE RESTAURATE, MEMORIA E RINASCITA DEI TERRITORI COLPITI DAL SISMA.

NORCIA

BASILICA DI SAN BENEDETTO

SIMBOLO DELLA CITTÀ, LA BASILICA È TORNATA A SPLENDERE DOPO IL SISMA DEL 2016, TRA STORIA, FEDE E RINASCITA.



AMORE@TERNI XMAS 2026 – LA MAGIA DELLE PICCOLE COSE ROMANTICHE

DAL 25 NOVEMBRE 2026 AL 6 GENNAIO 2027

IL CENTRO STORICO SI ANIMA CON LUMINARIE, INSTALLAZIONI SCENOGRAFICHE, MERCATINI E INIZIATIVE DEDICATE ALLE FAMIGLIE, TRA ATMOSFERE NATALIZIE E SUGGESTIONI ROMANTICHE.

TERNI

MUSEO ARCHEOLOGICO CLAUDIA GIONTELLA

UN VIAGGIO DALLA PREISTORIA ALLA TERNI ROMANA, TRA REPERTI ARCHEOLOGICI E TESTIMONIANZE DEL TERRITORIO.



MERCATINI DI NATALE IN PIAZZA GARIBALDI

DAL 5 DICEMBRE 2026 AL 6 GENNAIO 2027

CASETTE IN LEGNO, PRODOTTI TIPICI E ARTIGIANATO, ANIMAZIONE PER I PIÙ PICCOLI E LA CASA DI BABBO NATALE. L'INAUGURAZIONE SARÀ ACCOMPAGNATA DA "LA GRANDE NEVICATA".

SPOLETO

CASA ROMANA

UN'ANTICA DIMORA ROMANA DEL I SECOLO D.C., CON AMBIENTI ORIGINALI E PREZIOSI PAVIMENTI A MOSAICO.



DA HOLLYWWOD A BUENOS AIRES...CON UN PIZZICO DI SWING

28 NOVEMBRE

UN VIAGGIO TRA JAZZ, TANGO E COLONNE SONORE, NELL'AMBITO DEL PROGRAMMA DI ARABA FENICE, CON MUSICHE DI GRANDI COMPOSITORI DEL NOVECENTO COME PIAZZOLLA, GERSHWIN, GARDEL E MORRICONE.

GUARDEA

EREMO FRANCESCANO DI SANTA ILLUMINATA

IMMERSO TRA BOSCHI E ROCCE, UN ANTICO LUOGO DI SPIRITUALITÀ LEGATO ALLA TRADIZIONE DI SAN FRANCESCO.



XMAS WONDER VILLAGE

DAL 5 DICEMBRE 2026 AL 6 GENNAIO 2027

CHRISTMAS WONDER VILLAGE A CASCIA, PRONTO A TRASFORMARE LE VIE DEL BORGO UMBRO IN UN INCANTEVOLE VILLAGGIO NATALIZIO. IL CUORE DELLA CITTÀ SI ACCENDERÀ DI LUCI, COLORI E ATMOSFERA FESTIVA PER REGALARE A GRANDI E BAMBINI UN MESE INTERO DI EMOZIONI.

CASCIA

SCOGLIO DI SANTA RITA

UN LUOGO SUGGESTIVO TRA LE MONTAGNE DELLA VALNERINA, LEGATO ALLA STORIA DI SANTA RITA, TRA PARETI ROCCIOSE E PANORAMI MOZZAFIATO.



PRESEPI A BAZZANO

DAL 8 DICEMBRE AL 14 GENNAIO 2026

UN SUGGESTIVO PERCORSO TRA TRADIZIONE, ARTE E MAGIA DEL NATALE, ALLA SCOPERTA DI PRESEPI REALIZZATI CON PASSIONE E CREATIVITÀ. UN'OCCASIONE SPECIALE PER RISCOPRIRE IL FASCINO DELLA NATIVITÀ E VIVERE INSIEME L'ATMOSFERA NATALIZIA.

BAZZANO INFERIORE

CHIESA DI SAN MICHELE ARCANGELO

NEL CUORE DEL BORGO MEDIEVALE DI EGGI, CUSTODISCE PREZIOSI AFFRESCHI DEL MAESTRO DI EGGI E TESTIMONIANZE D'ARTE UMBRA.

scopri tutto l'autunno su ValleyLife

WELLNESS

FACE YOGA

DIECI MINUTI PER ASCOLTARSI

Ten Minutes to Listen to Yourself

PARLA L'ESPERTO
EXPERT SPEAKS

A cura di **Elena Stocchi**
Insegnante di Yoga e Face Yoga
Specializzazione in rilassamento somatico e coaching somatico
Monaco di Baviera, Umbria e Online
www.faceyoga-somatics.com



Tra impegni, notifiche e messaggi, passiamo da una cosa all'altra senza chiederci come stiamo. E anche quando ci fermiamo, la testa continua a correre: c'è sempre una risposta da dare o qualcosa da finire. Con le feste alle porte, il ritmo accelera.
Regali, cene, appuntamenti: Natale e Capodanno portano gioia, ma possono lasciarci poco spazio per noi stessi. E se provassimo a ritagliarcelo senza aspettare una vacanza? Una piccola abitudine da tenere anche quando le feste saranno passate. Non servono attrezzature o un'ora libera. A volte bastano dieci minuti per uscire dal pilota automatico, ascoltare il corpo e ritrovare un po' di presenza.

Una pausa non è tempo perso

"Mi fermo quando ho finito tutto." Quante volte ce lo diciamo? Il problema è che la lista delle cose da fare si allunga continuamente. Possiamo concederci una pausa anche prima di arrivare in fondo. Per qualche minuto lasciamo da parte le richieste e la fretta di ottenere un risultato. Il corpo, intanto, può raccontarci come sta: dopo ore al computer, alla guida o in piedi, potremmo notare la mandibola serrata, le spalle sollevate o un respiro corto. Spesso ci accorgiamo di queste tensioni solo quando diventano fastidiose, magari con dolore al collo, alla schiena o alla testa. Fermarci ci offre l'occasione di riconoscerle prima. Proviamo ad ascoltarle con curiosità, senza giudicarci per come ci sentiamo.

La costanza conta più della durata

Dieci minuti acquistano valore quando diventano un appuntamento regolare con noi stessi. Possiamo scegliere il momento che ci viene più comodo: al mattino, tra due impegni o nel pomeriggio, quando l'energia comincia a calare.
Anche la pausa può cambiare. Un giorno ci dedichiamo al respiro, un altro a un automassaggio del viso o a qualche movimento del collo e del-

Between commitments, notifications and messages, we rush from one thing to the next without stopping to ask ourselves how we're doing. And even when we do stop, our minds keep racing: there's always a message to reply to or something left to finish.
With the festive season just round the corner, the pace picks up. Presents, dinners, get-togethers: Christmas and New Year bring joy, but they can leave us with little time for ourselves. What if we made some space for ourselves without waiting for a holiday? A little habit to keep up even after the festive season is over.
You don't need any equipment or a free hour. Sometimes ten minutes is enough to switch off the autopilot, listen to your body and regain a sense of presence.

A break isn't time wasted

"I'll stop when I've finished everything." How often do we tell ourselves that? The problem is that the to-do list just keeps getting longer. We can allow ourselves a break even before we've got to the end of it.
For a few minutes, let's set aside the demands and the rush to achieve a result. Meanwhile, our body can tell us how it's feeling: after hours at the computer, driving or on our feet, we might notice a clenched jaw, raised shoulders or shortness of breath.
We often only notice these tensions when they become bothersome, perhaps causing pain in the neck, back or head. Taking a moment to pause gives us the chance to recognise them sooner.

informazione pubblicitaria

Il mini-retreat in 6 passi

1 *Crea il tuo spazio*

Siediti comodamente, appoggia i piedi a terra e, se possibile, allontana il telefono. Lascia che il corpo riceva il sostegno della sedia o del pavimento.

2 *Osserva il respiro*

Non cercare di modifcarlo. Nota semplicemente l'aria che entra e che esce dal naso e il movimento naturale del corpo.

3 *Rilassa il viso*

Porta l'attenzione alla fronte, agli occhi e alla mandibola. Ammorbidisci il volto, lascia la lingua morbida al palato superiore e crea un piccolo spazio tra i denti.

4 *Aggiungi un movimento gentile*

Con i polpastrelli, esegui piccoli movimenti circolari sulle tempie, poi lungo la mandibola e nello spazio tra gli occhi. Il tocco deve essere leggero e piacevole: *meno è più.*

5 *Fai dei respiri profondi*

Porta delicatamente le mani al cuore. Inspira dal naso per circa 4 secondi ed espira lentamente dalla bocca per 6. Ripeti almeno cinque volte, poi torna al respiro naturale.

6 *Concludi con una domanda*

Prima di riprendere la giornata, chiediti: "Di cosa ho bisogno in questo momento?" La risposta potrebbe essere un bicchiere d'acqua, qualche passo, un cambio di posizione o semplicemente ancora un minuto di tranquillità.

Se durante la pratica compaiono dolore, vertigini, difficoltà respiratorie o un disagio significativo, torna al respiro naturale e interrompi l'esercizio.

The mini-retreat in 6 steps

1 *Create your space*

Sit comfortably, place your feet on the floor and, if possible, put your phone away. Let your body feel the support of the chair or the floor.

2 *Observe your breath*

Do not try to change it. Simply notice the air flowing in and out the nostrils and the natural movement of your body.

3 *Relax your face*

Bring your attention to your forehead, eyes and jaw. Soften your face, let your tongue relax on the upper palate and leave a small gap between your teeth.

4 *Add a gentle movement*

Using your fingertips, make small circular movements over your temples, then along your jaw and in the space between your eyes. Keep your touch light and pleasant: *less is more.*

5 *Take some deep breaths*

Gently bring your hands to your heart. Breathe in through your nose for about 4 seconds and breathe out slowly through your mouth for 6. Repeat at least five times, then return to your natural breathing.

6 *Close with a question*

Before returning to your day, ask yourself: "What do I need right now?" The answer might be a glass of water, a few steps, a change of position or simply one more minute of quiet.

If you experience pain, dizziness, difficulty breathing or significant discomfort during the practice, return to your natural breathing and stop the exercise.

le spalle. L'importante è non aggiungere un'altra voce alla lista delle cose da fare bene.
Non c'è una pratica perfetta e non dobbiamo sentirci rilassati per forza. Accorgerci di essere stanchi, agitati o distratti è già un modo di ascoltarci. Con il tempo, questi piccoli intervalli possono aiutarci a rispondere ai segnali del corpo con più gentilezza.

Un gesto di cura

Portare le mani sul viso consapevolmente, respirare, concedersi un po' di silenzio: sono gesti semplici che nella fretta tendiamo a dimenticare. Possono aiutarci a costruire un rapporto più rispettoso con il corpo e con la nostra immagine.
La prossima volta che senti il bisogno di staccare, prova a concederti qualche minuto. La giornata sarà ancora lì, con i suoi impegni, ma potresti ritrovarci un po' più di spazio per te.
Da qui può cominciare l'abitudine di tornare a sentirti presente.

Questo articolo ha finalità divulgative e non sostituisce il parere medico né costituisce una diagnosi o un trattamento. In caso di sintomi ricorrenti o persistenti, consulta il medico o uno specialista.

Let's try to listen to them with curiosity, without judging ourselves for how we feel.

Consistency matters more than duration

Ten minutes become valuable when they become a regular appointment with ourselves. We can choose the time that suits us best: in the morning, between two commitments, or in the afternoon, when our energy starts to flag.
Even the break itself can vary. One day we might focus on our breathing; another on a facial self-massage or some neck and shoulder stretches. The important thing is not to add yet another item to our list of things we must do properly.
There is no such thing as a 'perfect' practice, and we don't have to feel relaxed all the time. Simply realising that we are tired, agitated or distracted is already a way of listening to ourselves. Over time, these little breaks can help us respond to our body's signals with greater kindness.

A gesture of self-care

Placing your hands on your face with awareness, breathing, allowing yourself a moment of silence: these are simple gestures that we tend to forget in the rush of daily life. They can help us build a more respectful relationship with our bodies and our self-image.
Next time you feel the need to switch off, try allowing yourself a few minutes. The day will still be there, with all its commitments, but you might find a little more space for yourself. This is where the habit of feeling present again can begin.

This article is for informational purposes only and is not a substitute for medical advice, nor does it constitute a diagnosis or treatment. If you experience recurring or persistent symptoms, please consult your doctor or a specialist.

Face Yoga & Somatics with Elena
Munich, Spoleto & Online
faceyoga-somatics.com
+49 163 666 6593

informazione pubblicitaria

1946
CIRCOLO SCHERMA TERNI
CIRCOLO SCHERMA TERNI
CAMPUS
NATALIZIO
23 • 28 • 29 • 30 DICEMBRE
4 • 5 GENNAIO
DAI 5 ANNI IN SU
• LABORATORIO CREATIVO
• AIUTO COMPITI
• SPORT
• CACCIA AL TESORO
DALLE 8:00 ALLE 13:00
€ 15,00
AL GIORNO
DALLE 8:00 ALLE 16:00
€ 20,00
AL GIORNO
PRANZO INCLUSO
CAMPUS PRESSO IL CIRCOLO SCHERMA TERNI
Via G. Mirimao 1 - Terni / Palazzetto della scherma
Tel. 0744.404411 Cell. 320.0634095 Cell. 334.2529146
www.circoloschermaterni.it

LA MAGIA DEL NATALE PASSA ANCHE DA UN MERCATINO

The Magic of Christmas Can Also Be Found at a Christmas Market

A CURA DELLA REDAZIONE

Non è soltanto una questione di regali. Tra casette di legno, profumi di cannella, luci e sapori della tradizione, i mercatini natalizi continuano ad attirare grandi e piccoli. Perché, in fondo, quello che cerchiamo non è sempre qualcosa da comprare, ma qualcosa da vivere.

It's not just about presents. With their wooden huts, the scent of cinnamon, the twinkling lights and traditional flavours, Christmas markets continue to attract young and old alike. Because, after all, what we're really looking for isn't always something to buy, but something to experience.

C'è un momento, passeggiando tra le casette di legno illuminate, in cui sembra quasi che il tempo rallenti. Nell'aria si mescolano il profumo delle spezie, quello dei dolci appena sfornati e il calore delle bevande fumanti. Le luci si riflettono sulle decorazioni, qualcuno cerca un regalo originale, i bambini si fermano davanti a un giocattolo artigianale. E anche chi era uscito soltanto per fare un giro finisce per lasciarsi coinvolgere.

I mercatini di Natale hanno conquistato da tempo un posto speciale nelle abitudini delle feste. Non sono più soltanto una tradizione legata ai territori alpini o alle grandi città turistiche: sono diventati appuntamenti diffusi, capaci di animare borghi, piazze e centri storici, richiamando visitatori anche da località vicine.

Ma qual è il segreto di un successo che si rinnova ogni anno?
Probabilmente, la prima risposta è che un mercatino di Natale offre qualcosa che oggi cerchiamo sempre più spesso: un'esperienza. In un periodo in cui gli acquisti si fanno con un clic e le occasioni per incontrarsi sembrano ritagliarsi spazi sempre più piccoli, passeggiare tra gli stand significa recuperare un rapporto diverso con il tempo e con le persone. Si guarda, si assaggia, si conversa, si scoprono oggetti e si ascoltano le storie di chi li

There's a moment, as you stroll amongst the illuminated wooden stalls, when it almost feels as though time slows down. The air is filled with a blend of the scent of spices, the aroma of freshly baked treats and the warmth of steaming drinks. The lights reflect off the decorations; someone is searching for an original present; children stop in front of a handcrafted toy. And even those who had simply gone out for a stroll end up getting caught up in the atmosphere.

Christmas markets have long held a special place in festive traditions. They are no longer merely a tradition associated with Alpine regions or major tourist cities: they have become widespread events, capable of bringing villages, squares and historic centres to life, attracting visitors even from neighbouring towns.

But what is the secret behind this success that is renewed year after year?
Presumably, the first answer is that a Christmas market offers something we are increasingly seeking these days: an experience. At a time when purchases are made with a single click and opportunities to meet up seem to be becoming ever scarcer, strolling amongst the stalls means rediscovering a different relationship with time and with people. You look, you taste, you chat, you discover objects







ha realizzati.
C'è poi il piacere della sorpresa. A differenza di un centro commerciale, dove sappiamo più o meno cosa troveremo, il mercatino invita alla scoperta. Un oggetto fatto a mano, una decorazione particolare, un prodotto gastronomico del territorio o una piccola idea regalo possono trasformare una semplice passeggiata in una piacevole ricerca.

E non bisogna sottovalutare il valore della tradizione. I mercatini evocano un Natale fatto di gesti familiari, di ricordi d'infanzia, di tavole imbandite e di attese. Anche chi non ama particolarmente la frenesia delle feste difficilmente rimane indifferente davanti a un centro storico vestito a festa. È una nostalgia piacevole, che non riguarda necessariamente il passato, ma il desiderio di ritrovare un'atmosfera.
Per le famiglie, questi appuntamenti rappresentano anche un'occasione per condividere del tempo fuori casa. I bambini trovano decorazioni, spettacoli, laboratori e, dove presenti, l'immancabile incontro con Babbo Natale. Gli adulti possono concedersi una passeggiata, fermarsi a degustare qualche specialità o semplicemente godersi il piacere di stare insieme.
C'è infine un aspetto importante per le comunità locali. Un mercatino ben organizzato può diventare un'occasione per valorizzare l'artigianato, le

and you listen to the stories of those who made them.
Then there is the pleasure of surprise. Unlike a shopping centre, where we know more or less what we'll find, the market invites us to discover. A handmade item, a unique decoration, a local speciality or a small gift idea can transform a simple stroll into a delightful quest.

And we mustn't underestimate the value of tradition. Christmas markets evoke a festive season filled with family traditions, childhood memories, lavishly laid tables and anticipation. Even those who aren't particularly fond of the festive hustle and bustle are unlikely to remain indifferent when faced with a historic town centre decked out for the season. It's a pleasant sense of nostalgia, which isn't necessarily about the past, but rather the desire to rediscover a certain atmosphere.
For families, these events also provide an opportunity to spend time together away from home. Children can enjoy decorations, shows, workshops and, where available, the unmissable chance to meet Father Christmas. Adults can go for a stroll, stop to sample some local specialities or simply enjoy the pleasure of being together.
Finally, there is an important aspect for local communities. A well-organised market can provide an opportunity to showcase local crafts, tradition-





produzioni tipiche, le attività commerciali e gli stessi luoghi che lo ospitano. Le piazze tornano a essere spazi vissuti, le vie dei centri storici si animano e il turismo può estendersi anche a ristoranti, negozi e strutture ricettive.

Forse è proprio questo il motivo per cui i mercatini continuano a piacerci: non promettono necessariamente grandi cose, ma mettono insieme tante piccole occasioni di felicità. Un regalo trovato quasi per caso, un dolce condiviso, una fotografia sotto le luci, una passeggiata senza fretta.
Perché il Natale, prima ancora di essere qualcosa da preparare, è qualcosa da vivere. E a volte basta una casetta illuminata, una piazza piena di voci e il profumo delle caldarroste per ricordarcelo.

al produce, local businesses and the very places that host them. Squares once again become lively spaces, the streets of historic town centres come to life, and tourism can extend to restaurants, shops and accommodation providers.

Perhaps this is precisely why we continue to love these markets: they do not necessarily promise grand things, but they bring together many small moments of happiness. A gift found almost by chance, a sweet treat shared, a photograph taken under the lights, a leisurely stroll.
Because Christmas, even before it's something to prepare for, is something to experience. And sometimes all it takes is a little illuminated house, a square full of voices and the scent of roasted chestnuts to remind us of that.



WELLNESS **COSMETICS**

A CHI AMI, UN REGALO CHE FA BENE.
A Gift of Wellbeing For the One You Love.

PARLA L'ESPERTO
EXPERT SPEAKS

A cura di
Federica Betti
Farmacia Betti Dr. Vito
Viale Trento e Trieste 63, Spoleto
Telefono: 0743 223174



Dicembre porta con sé la gioia delle feste ma anche l'ansia da regalo perfetto. Da un lato c'è la magia delle luci, l'attesa e il profumo di cannella; dall'altro c'è quella sottile, inconfondibile tachicardia da "Cosa regalo a chi?". Tra chi ha già tutto, chi dice di non volere niente e chi si riduce sistematicamente al ventitre dicembre, la caccia al dono perfetto rischia di trasformarsi in una maratona.
E se quest'anno la soluzione fosse più vicina di quanto pensi?

Dimentica il traffico dei centri commerciali: la tua farmacia di fiducia si è trasformata in una vera e propria boutique del dono.
Oggi la farmacia è il luogo in cui la salute incontra la bellezza, la cura della persona e il piacere di regalare (e regalarsi) qualcosa che fa davvero bene.

Per l'amica che non si ferma mai: Il rituale della bellezza

Viviamo tutti a un ritmo forsennato e la pelle è la prima a subire lo stress quotidiano.
Regalare un trattamento di alta cosmetica significa dire: "Fermati un attimo, prenditi cura di te".



Nel nostro reparto dermocosmetico puoi scegliere l'efficacia anti-age d'avanguardia di Filorga, la sensualità e l'iconica efficacia di Nuxe con i suoi oli che profumano di festa o la precisione dermatologica di SVR.
E per chi ama un approccio fresco, smart e super social, ci sono le imperdibili novità di Veralab, accanto alla raffinatezza professionale di RVBLAB e all'esperienza di Dorabruschi.

December brings with it the joy of the festive season, but also the anxiety of finding the perfect present. On the one hand, there's the magic of the lights, the anticipation and the scent of cinnamon; on the other, there's that subtle, unmistakable flutter of anxiety: 'What shall I give to whom?'. Between those who already have everything, those who say they want nothing, and those who systematically leave it until 23 December, the hunt for the perfect gift risks turning into a marathon. What if this year the solution were closer than you think?

Forget the crowds at the shopping centres: your trusted chemist's has been transformed into a veritable gift boutique.



Today, the chemist's is the place where health meets beauty, personal care and the pleasure of giving (and treating yourself to) something that's truly good for you.

For the friend who never stops: The beauty ritual

We all live at a frenetic pace, and our skin is the first to suffer from daily stress. Giving the gift of a high-end skincare treatment is like saying: "Stop for a moment, look after yourself".

informazione pubblicitaria

Per lo sportivo irriducibile (o per chi ha buoni propositi)

C'è chi non salta un allenamento nemmeno con la neve e chi, invece, sta già stilando la lista dei buoni propositi per l'anno nuovo. Per entrambi nella nostra farmacia trovi integratori mirati per sostenere la performance in sicurezza. È il regalo perfetto per chi ama muoversi e vuole farlo prendendosi cura del proprio corpo da veri professionisti.



Per i piccoli esploratori

Il Natale dei bambini è pura magia, nel nostro reparto dedicato ai bambini trovi tante idee regalo: prodotti per il bagnetto dalle texture soffici e profumazioni dolcissime, linee dermatologiche studiate anche per le pelli più sensibili, giocattoli didattici o peluche termici che uniscono il comfort al gioco.

Per chi ha bisogno di staccare la spina: L'arte della lentezza

A volte il regalo più bello non è un oggetto, ma il tempo. Il tempo di una tazza di tè fumante, di un bagno caldo e di un momento di totale silenzio.
Per gli amanti del relax più autentico, abbiamo selezionato tisane ricercate, tazze e tisaniere perfette per le serate invernali, da abbinare a saponi vegetali e artigianali che trasformano il bagno di casa in un rifugio di benessere sensoriale.

Scegliere un dono in farmacia significa poter contare su un consiglio personalizzato e professionale. Un prodotto consigliato su misura si trasforma in un gesto d'affetto autentico e consapevole.
Ti aspettiamo in farmacia!
Quest'anno non aspettare l'ultimo minuto. Fai un salto a trovarci: i nostri scaffali sono pieni di idee regalo!

Alcune idee qui e mille altre in farmacia!

In our dermocosmetics department, you can choose Filorga's cutting-edge anti-ageing efficacy, the sensuality and iconic effectiveness of Nuxe with its oils that smell of celebration, or the dermatological precision of SVR. And for those who love a fresh, smart and super-social approach, there are the unmissable new products from Veralab, alongside the professional sophistication of RVBLAB and the expertise of Dorabruschi.



For the die-hard sports enthusiast (or for those with New Year's resolutions)

There are those who wouldn't miss a training session even in the snow, and those who, on the other hand, are already drawing up their list of New Year's resolutions. For both, you'll find targeted supplements in our pharmacy to safely support your performance. It's the perfect gift for those who love to keep active and want to do so whilst looking after their bodies like true professionals.

For little explorers

Christmas for children is pure magic; in our children's department, you'll find plenty of gift ideas: bath products with soft textures and sweet scents, dermatological ranges designed even for the most sensitive skin, educational toys or heat-up soft toys that combine comfort with play.

For those who need to switch off: The art of slowness

Sometimes the best gift isn't an object, but time. Time for a steaming cup of tea, a hot bath and a moment of total silence.
For lovers of true relaxation, we've selected exquisite herbal teas, mugs and teapots perfect for winter evenings, to pair with plant-based and handmade soaps that transform your bathroom into a sanctuary of sensory wellbeing.

Choosing a gift at the chemist's means you can count on personalised, professional advice. A tailor-made recommendation becomes a genuine and thoughtful gesture of affection.
We look forward to seeing you at the chemist's!
Don't leave it until the last minute this year. Do pop in to see us: our shelves are full of gift ideas!

informazione pubblicitaria

BOMARZO, UNA GITA FUORI PORTA TRA I MOSTRI DEL SACRO BOSCO

Bomarzo: a Day Trip Among the Monsters of the Sacred Grove

DI CATALIN DARII

“Ogni pensiero vola”, dice la scritta sopra la bocca spalancata dell’Orco. Ed è un po’ quello che ci è successo una domenica d’autunno: partiti con l’idea di una gita semplice, poco più di un’ora d’auto oltre il confine con il Lazio, abbiamo lasciato davvero ogni pensiero all’ingresso. Siamo a Bomarzo, nella Tuscia viterbese, e il Sacro Bosco, per tutti il Parco dei Mostri, non assomiglia a nessun altro giardino.

Niente aiuole geometriche, niente prospettive eleganti. Si entra e si scende lungo un sentiero tra querce e muschio, e dopo pochi passi le rocce cominciano a guardarti. Sono opere fatte scolpire sul posto, direttamente nel masso, da Pier Francesco Orsini, detto Vicino, signore di Bomarzo. Siamo a metà del Cinquecento e alcune strutture del parco risalgono già al 1552. Per questo viene considerato il più antico parco di sculture del mondo moderno.

La visita è piacevole anche per le famiglie con bambini: il percorso si snoda tra sentieri, scalini e qualche tratto irregolare (le scarpe comode non sono un optional). Per visitarlo bastano un paio d’ore, ma vale la pena prendersela con calma. C’è il Pegaso alato, la grande tartaruga con una figura sul guscio, i giganti che si azzuffano, Nettuno sdraiato tra la vegetazione. Poi c’è lui, l’Orco con la bocca spalancata: si entra davvero nella sua bocca, passando sotto la scritta che dà il via al nostro racconto. Fuori è luce, dentro un fresco umido da grotta, e i bambini (ma non solo loro) fanno a gara a farsi fotografare.
La sorpresa più grande è la Casa Pendente, un edificio volutamente inclinato, che sembra sfidare le leggi dell’equilibrio. Da fuori sembra solo storta. Dentro, invece, l’equilibrio salta: gli ambienti inclinati ingannano l’occhio e il corpo perde per un momento i suoi punti di riferimento. Si ride, ci si appoggia alle pareti, si esce un po’ storditi.

“Every thought flies”, reads the inscription above the Orco’s gaping mouth. That’s more or less what happened to us one autumn Sunday. We set out expecting a simple outing, little more than an hour’s drive across the border into Lazio, and we really did leave every thought at the entrance. We are in Bomarzo, in the Tuscia region around Viterbo, and the Sacro Bosco, known to everyone as the Park of the Monsters, is unlike any other garden.

There are no geometric flowerbeds and no elegant vistas. You step in and descend along a path through oaks and moss, and after only a few paces the rocks begin to look back at you. They are works carved on the spot, straight out of the boulders, commissioned by Pier Francesco Orsini, known as Vicino, lord of Bomarzo. This was the mid-sixteenth century, and some of the park’s structures date back as far as 1552. That is why it is considered the oldest sculpture park of the modern world.

The visit is also a pleasant one for families with children, though the route winds along paths and steps with a few uneven stretches (comfortable shoes are not optional). A couple of hours is enough, but it’s worth taking your time. There is the winged Pegasus, the great tortoise with a figure on its shell, the giants grappling with one another, Neptune sprawled among the vegetation. And then there is he, the Orco with his mouth wide open: you really do walk into it, passing beneath the inscription that opens our story. Outside it is bright; inside there is the damp coolness of a cave, and the children (and not only they) compete to be photographed.
The biggest surprise is the Leaning House, a deliberately tilted building that seems to defy the laws of balance. From the outside it merely looks crooked. Inside, your equilibrium gives way: the slanted rooms trick the eye, and for a moment the body loses its points of reference. You laugh, you lean





È il punto del parco dove si capisce meglio che nulla qui è casuale: le sculture non rispettano proporzioni né rapporti reciproci, e la natura ne esce ribaltata. Il classico cede il passo al gusto manierista per il bizzarro.
Cosa volesse dire tutto questo, nessuno lo sa con certezza. La tradizione parla di un omaggio alla moglie Giulia Farnese, morta troppo presto, e in cima al percorso il piccolo tempietto dall'aria armoniosa sembra darle ragione. Ma gli studiosi si sono interrogati per decenni su simboli, allusioni e letteratura senza chiudere la questione. Dopo la morte di Vicino il bosco fu dimenticato per secoli, inghiottito dalla vegetazione, e solo nel Novecento fu recuperato e restaurato. Tra i suoi visitatori più illustri c'è stato Salvador Dalí, che nel 1948 ne fu affascinato. Se lo guardate con i suoi occhi, capite perché.
Noi siamo arrivati in tarda mattinata, quando il parco cominciava già ad animarsi: a metà giornata di una domenica il parco si riempie di famiglie, quindi il consiglio è arrivare presto o nel primo pomeriggio. Secondo noi, primavera e autunno sono i periodi migliori: la luce filtra tra gli alberi, il bosco si riempie di colori e si cammina senza il caldo addosso. Il percorso è semplice, ma dopo la pioggia, alcuni tratti possono diventare scivolosi: meglio indossare scarpe con una buona suola. Calcolate almeno un paio d'ore, soprattutto se amate fotografare ogni dettaglio. Ed è impossibile non fermarsi. Dentro il parco c'è un'area picnic, oltre a un bar e a un ristorante, quindi si può anche fare una pausa senza uscire. Gli amici a quattro zampe, invece, devono restare fuori. Prima di partire date un'occhiata al sito ufficiale per orari e biglietti, che cambiano a seconda del periodo dell'anno.
Molti, dopo la visita, scelgono di salire nel borgo di Bomarzo, a poco più di un chilometro dal parco. Due passi tra i vicoli, un caffè in piazza e uno sguardo al paese dove, cinque secoli fa, Vicino Orsini era signore.
Il Sacro Bosco è uno di quei posti che non si dimenticano, e che sorprendono anche chi pensa di avere già visto tutto. Una gita facile, a poca distanza da casa, e qualche ora in un mondo dove la pietra respira, ride e ti guarda.
Aperto tutti i giorni dell' anno, da Lunedì a Domenica, dalle 9.00-17" alle 17.00.

against the walls, you come out a little dazed. It is the spot in the park where you best understand that nothing here is accidental: the sculptures ignore proportion and any relationship to one another, and nature is turned upside down. The classical gives way to the Mannerist taste for the bizarre.
What it all means, no one knows for certain. Tradition speaks of a tribute to his wife, Giulia Farnese, who died too young, and at the top of the route the small, harmonious temple seems to bear this out. But scholars have wrestled for decades with its symbols, allusions and literary sources without settling the question. After Vicino's death the grove was forgotten for centuries, swallowed up by vegetation, and only in the twentieth century was it recovered and restored. Among its most illustrious visitors was Salvador Dalí, who was captivated by it in 1948. If you look at it through his eyes, you understand why.
We arrived in late morning, when the park was already beginning to come alive. By midday on a Sunday it fills with families, so we recommend arriving early or in the early afternoon. In our view, spring and autumn are the best seasons: the light filters through the trees, the woods fill with color, and you can walk without the heat bearing down on you. The route is easy, but after rain some stretches can become slippery, so wear shoes with a good sole. Allow at least a couple of hours, especially if you like to photograph every detail, and you won't be able to resist stopping. Inside the park there is a picnic area, as well as a café and a restaurant, so you can take a break without leaving. Four-legged friends, however, must stay outside. Before setting off, check the official website for opening hours and ticket prices, which vary according to the time of year.
Many visitors, after the park, head up to the village of Bomarzo, just over a kilometer away. A stroll through the alleys, a coffee in the square, and a look at the town where, five centuries ago, Vicino Orsini was lord.
The Sacro Bosco is one of those places you never forget, one that surprises even those who think they have seen it all. An easy outing close to home, and a few hours in a world where the stone breathes, laughs and watches you.
Open every day of the year, Monday to Sunday, from 9.00 am to 5.00 pm





DA DOVE DIAVOLO VIENE? STORIA, MITI E LEGGENDE DEL TARTUFO

Where on Earth Does That Come From? History, Myths and Legends of the Truffle

DI LEONARDO MASSACCESI

Per millenni il tartufo è stato avvolto da un alone di mistero, contribuendo a stimolare la fantasia degli antichi sulle sue origini e a inasprirne gli animi per le innumerevoli diatribe senza vincitori.

Dall'intervento divino di Zeus, a cibo del diavolo e delle streghe. Potente afrodisiaco e status symbol onnipresente sulle tavole dei signorotti di mezza Europa. Medici, scaltri mercanti e genialità imprenditoriali. Tutti attori, protagonisti a vario titolo, dello stesso film: "il diamante nero". Non sto qui a raccontarvi quanto è buono. Quello lo sapete già. Spero. Poi son gusti.
Parto da una domanda semplice, quasi scortese: ma voi lo sapete davvero da dove viene il tartufo? Non il fungo, attenzione. Quello lo sanno anche i cani. Parlo dell'idea. Del prestigio. Della leggenda. Di questo piccolo oggetto irregolare che oggi fa girare soldi, orgoglio, festival e litigi, e che ieri faceva girare tutt'altro.
Provate a immaginare un antico contadino davanti a una zolla di terra. La scava, ne estrae una massa irregolare e scopre che profuma come nessun'altra cosa. Non vede radici, non trova un albero che porti quel frutto, non sa da dove venga. La spiegazione più ragionevole, per il suo tempo, è anche la più spettacolare: deve esserci di mezzo qualche divinità.
La tradizione greca chiama in causa tuoni, pioggia e fulmini. Teofrasto, senza mezzi termini, collega i tartufi ai temporali. I Romani, più pragmatici, intanto che risolvono l'enigma (il fulmine di Giove caduto accanto a una quercia convince e non convince), lo mangiano e conversano. Giovenale lo ama al punto da scrivere: "è meglio che manchi il grano che i tartufi!" (Non è un consiglio di politica agricola).
Un'origine celeste per un qualcosa di ostinatamente sotterraneo: il contrasto è troppo bello, il mito doveva attecchire per forza.

For millennia, the truffle has been shrouded in an aura of mystery, helping to spark the imagination of ancient peoples regarding its origins and fuelling their animosity in countless disputes with no clear winner.

From the divine intervention of Zeus to the food of the devil and witches. A powerful aphrodisiac and an ever-present status symbol on the tables of the nobility across half of Europe. Physicians, shrewd merchants and entrepreneurial genius. All actors, protagonists in various capacities, in the same film: 'the black diamond'. I'm not here to tell you how good it is. You already know that. I hope so. Then again, it's a matter of taste.
I'll start with a simple, almost rude question: do you really know where the truffle comes from? Not the mushroom, mind you. Even dogs know that. I'm talking about the idea. The prestige. The legend. This small, irregular object that today generates money, pride, festivals and disputes, and which in the past generated something quite different.
Try to imagine an ancient farmer standing before a clod of earth. He digs into it, extracts an irregular lump and discovers that it smells like nothing else. He sees no roots, finds no tree bearing that fruit, and has no idea where it comes from. The most reasonable explanation, for his time, is also the most spectacular: some deity must be involved.
Greek tradition invokes thunder, rain and lightning. Theophrastus, in no uncertain terms, links truffles to thunderstorms. The Romans, being more pragmatic, whilst trying to solve the mystery (the idea that Jupiter's lightning struck an oak tree is both convincing and unconvincing), simply eat them and chat. Juvenal loved them so much that he wrote: 'Better that there be no wheat than no truffles!' (This is not a piece of agri-



Giove con la folgore, incisione attribuita a François Verdier (meisterdrucke.de)

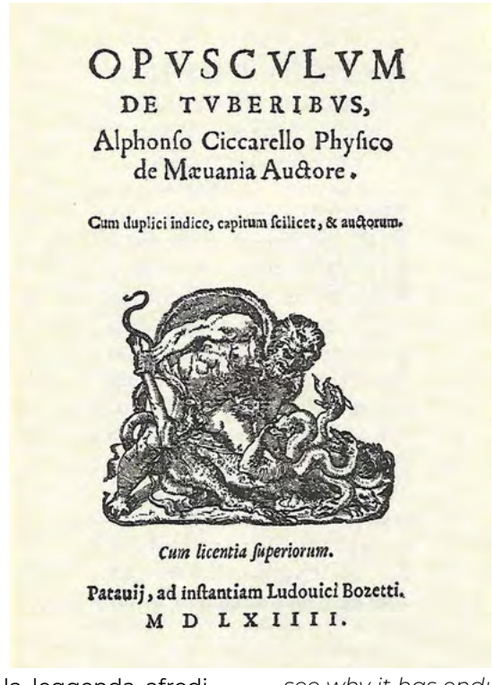


Il paradosso

Dal banchetto degli dei alla dispensa del diavolo. Nella sensibilità medievale, il sottosuolo evoca impurità, forze sconosciute, presenze inquietanti. Il tartufo finisce così nella compagnia poco raccomandabile di streghe, stregoni e demoni. In certi racconti popolari lo si immaginava vicino a tane di serpenti e luoghi malsani. Per fortuna, la paura non ebbe mai la meglio, definitivamente, sulla gola. Ecco, quindi, che lo stesso alimento poteva essere sospettato diabolico e servito con piacere. Il passaggio dal disprezzo all'ammirazione ci racconta qualcosa anche delle gerarchie antiche: ciò che nasceva in alto, sembrava più nobile; ciò che si trovava sotto i piedi poteva apparire umile. Il tartufo è riuscito nell'impresa di ribaltare perfino questa geografia sociale.

A corte di Re Tartù

Tra il Rinascimento e l'età moderna il tartufo passa da curiosità naturale ad argomento di conversazione, un dono diplomatico e un complice degli affari di cuore. A Spoleto ancora si ricordano il ricevimento di Lucrezia Borgia alla Rocca Albornoziana: quattordici portate, tutte - o quasi - legate al tartufo. Il particolare appartiene alla tradizione aneddotica e va gustato come tale. Ma è facile capire perché sia sopravvissuto. In quella società, offrire un cibo raro significava esibire potere, alleanze e raffinatezza.


OPVSCVLVM
DE TVBERIBVS,
Alphonſo Ciccarello Phyſico
de Mœuania Auctore.
Cum duplici indice, capitum ſcilicet, & auctorum.
Cum licentia ſuperiorum.
Patauij, ad inſtantiam Ludouici Bozetti.
M D L X I I I I.

Certo, la figura di Lucrezia, trasformata nei secoli in protagonista di mille racconti, è perfetta per ospitare anche la leggenda afrodisiaca del tartufo. Eppure la sua biografia reale è più complessa della maschera di seduttrice che la cultura popolare le ha cucito addosso. Nelle corti d'Europa, un aroma poteva servire alla diplomazia quanto una lettera ben scritta. Il tartufo figurava fra i doni capaci di aprire una porta, ingraziarsi un ospite, rendere memorabile un incontro. Dall'Italia centrale prendeva la strada di altre città, viaggiando insieme a stoffe, libri, notizie e ambizioni. Ne sa qualcosa Caterina de' Medici.

La tradizione la vuole eroina di una rivoluzione culinaria, che ha fatto incontrare gusti, maniere e raffinatezze di casa nostra e corte francese. Vero

cultural policy advice).

A celestial origin for something stubbornly subterranean: the contrast is too striking; the myth was bound to take root.

The paradox

From the banquet of the gods to the devil's larder. In the medieval mindset, the underworld evoked impurity, unknown forces and unsettling presences. The truffle thus found itself in the unsavoury company of witches, sorcerers and demons. In certain folk tales, it was imagined to be found near snakes' lairs and unhealthy places. Fortunately, fear never quite got the better of gluttony. Thus, the very same food could be suspected of being diabolical yet served with pleasure. The shift from contempt to admiration also tells us something about ancient hierarchies: what arose from on high seemed more noble; what lay beneath one's feet might appear humble. The truffle has managed to overturn even this social geography.

At the court of King Tartù

Between the Renaissance and the modern era, the truffle evolved from a natural curiosity into a topic of conversation, a diplomatic gift and an ally in matters of the heart. In Spoleto, people still recall the reception held for Lucrezia Borgia at the Rocca Albornoziana: fourteen courses, all – or almost all – featuring truffles. This detail belongs to anecdotal tradition and should be taken as such. But it is easy to see why it has endured. In that society, offering a rare delicacy meant displaying power, alliances and refinement.

Of course, the figure of Lucrezia, who over the centuries has become the protagonist of a thousand tales, is the perfect vehicle for the aphrodisiac legend surrounding the truffle. Yet her real-life biography is more complex than the mask of a seductress that popular culture has imposed upon her. In the courts of Europe, a scent could serve diplomacy just as well as a well-written letter. The truffle was among the gifts capable of opening a door, winning over a guest, or making an encounter memorable. From central Italy, it made its way



Il ciarlatano, 1757 Pietro Longhi
wikipedia.org

o meno, è certo che il tartufo trovò nelle mense aristocratiche un pubblico ideale. Un successo alimentato da un'altra convinzione: che risvegliasse il desiderio. E a dirlo erano fior di medici e umanisti che ripetevano giudizi ben lontani da una prova scientifica. Castore Durante -medico umbro- arrivò a distinguere tartufi maschi e femmine; suggerì persino impieghi profumieri e preparazioni dalle spezie sorprendenti.

Farmaco, ricetta e superstizione: si faceva fatica a distinguere. Grande confusione, grandi affari. È quello che devono aver pensato tanti "ceretani" che presero ad andar per fiere come venditori ambulanti: pozioni d'amore, preparati prodigiosi, discorsi recitati con impeccabile sicurezza.

A questi personaggi, associati a Cerreto di Spoleto, si fa risalire una delle storie etimologiche della parola "ciarlatano".

Un dettaglio irresistibile. Dopo tutto non era necessario che la pozione funzionasse; bastava che il racconto fosse convincente. Ed ecco che un tartufo poteva promettere tre cose: prestigio, piacere e - a sentire gli imbonitori - miracoli.



Lucrezia Borgia
(festivaldelmedioevo.it)

Contese, privilegi e personaggi

Verba volant, scripta manent. E di carte, statuti e conti che raccontano storie di diritto sul tartufo se ne son trovate tante.

Non solo mito e desiderio, dunque. La questione è un affascinante esercizio giuridico. Di chi è ciò che nessuno vede? Un cercatore trova un tartufo in un terreno che non possiede. A chi spetta?

Dilemma moderno, che ha attraversato per secoli le comunità appenniniche. C'erano luoghi dove il diritto di raccolta apparteneva agli abitanti, altri dove contava la proprietà del fondo, altri ancora dove la comunità regolava gli accessi con divieti e sanzioni. Bastava l'arrivo di un "forestiero" per trasformare una passeggiata nel bosco in una questione politica.

A Orsano, a Cerreto di Spoleto, a Vallo di Nera, a Scheggino: restrizioni, affitti di tartufaie, parole degli statuti che hanno un sapore teatrale.

Gli episodi più sorprendenti riguardano l'uso collettivo delle tartufaie. A Sellano e in altre comunità, il diritto di cava poteva essere ceduto o affittato per sostenere servizi utili al paese. Esenzioni fiscali, prestazioni religiose e persino compensi per medici, levatrici e veterinari.

Nel Quattrocento i registri finanziari di Spoleto già tenevano conto del commercio dei tartufi e dei dazi. Prova chiara che si stava sviluppando un'economia.

E quando una cosa comincia a valere soldi, la storia si complica: arrivano le regole, i litigi... e i personaggi. Fra i più memorabili tale Alfonso Ceccarelli, medico personale della sorella di papa Giulio III. Nasce un po' più in qua della Valnerina - a Bevagna - ed è passato alla storia per due ragioni. Nel 1564 scrive quello che a oggi è considerato il primo trattato sul tartufo: "Opusculum de tuberibus".

Il tono è quello di chi vuole fare scienza, ma il suo è più che altro un tentativo pieno di acrobazie bibliografiche e campanilismo: Bevagna, secondo lui, è chiaramente uno dei territori migliori per il tartufo. E poi, lo si ricorda per essere stato uno dei migliori falsari dell'epoca.

Profilo di alto livello: alterava documenti dell'imperatore, quelli del sommo pontefice. A chi ne faceva richiesta, fabbricava alberi genealogici, parenti nobili e perfino oroscopi. Una carriera intensa, interrotta bruscamente a Roma per sopravvenuta decapitazione.

to other cities, travelling alongside fabrics, books, news and ambitions. Caterina de' Medici knows a thing or two about this.

Tradition holds her up as the heroine of a culinary revolution, which brought together the flavours, customs and refinements of our own country and the French court. Whether true or not, it is certain that the truffle found an ideal audience at aristocratic tables. This success was fuelled by another belief: that it aroused desire. And this was claimed by leading physicians and humanists, whose assertions were far removed from any scientific evidence. Castore Durante – a doctor from Umbria – went so far as to distinguish between male and female truffles; he even suggested their use in perfumery and in preparations featuring surprising spices.

Medicine, recipe and superstition: it was hard to tell them apart. Great confusion, big business. That is what many 'Cerretani' must have thought as they began to travel to fairs as travelling salesmen: love potions, miraculous concoctions, speeches delivered with impeccable confidence.

One of the etymological origins of the word 'charlatan' is traced back to these figures, associated with Cerreto di Spoleto.

An irresistible detail. After all, it wasn't necessary for the potion to work; it was enough for the story to be convincing. And so a truffle could promise three things: prestige, pleasure and – according to the hawkers – miracles.

Disputes, privileges and notable figures

Verba volant, scripta manent. And indeed, many documents, statutes and accounts have been found that recount stories of the legal rights surrounding truffles.

It is not merely a matter of myth and desire, then. The issue is a fascinating legal exercise. To whom does that which no one sees belong? A truffle hunter finds a truffle on land that does not belong to him. To whom does it belong?

A modern dilemma that has plagued the communities of the Apennines for centuries. There were places where the right to harvest belonged to the inhabitants, others where land ownership was the deciding factor, and still others where the community regulated access through bans and penalties. The mere arrival of an 'outsider' was enough to turn a walk in the woods into a political issue.

In Orsano, Cerreto di Spoleto, Vallo di Nera and Scheggino: restrictions, leases on truffle grounds, and provisions in the statutes that have a theatrical ring to them.

The most surprising episodes concern the collective use of truffle grounds. In Sellano and other communities, the right to harvest truffles could be transferred or leased to fund services beneficial to the village. These included tax exemptions, religious services and even payments to doctors, midwives and vets.

In the fifteenth century, Spoleto's financial records already made mention of the truffle trade and duties. This is clear evidence that an economy was developing.

And when something starts to be worth money, the story gets complicated: rules are introduced, disputes arise... and colourful characters emerge. Among the most memorable is Alfonso Ceccarelli, personal physician to Pope Julius III's sister. He was born a little further up the Valnerina – in Bevagna – and has gone down in history for two reasons. In 1564, he wrote what is now considered the first treatise on truffles: 'Opusculum de tuberibus'. The tone is that of someone seeking to do science, but his work is really more of an attempt rife with bibliographical acrobatics and parochialism: Bevagna, in his view, is clearly one of the finest truffle-growing regions. Furthermore, he is remembered for having been one of the finest forgers of his time.

A high-profile figure: he forged documents belonging to the Emperor and the Pope. For those who requested them, he fabricated family trees, noble relatives and even horoscopes. A busy career, brought to an abrupt end in Rome by decapitation.



Museo del Tartufo Urbani - Scheggino

Ecco l'Ottocento e uno spoletino a Parigi. Ormisda Francia. Sì, quella famiglia di gioiellieri.
Scopre che i tanto pregiati tartufi francesi non erano poi così dissimili da quelli di casa. Da lì l'intuizione commerciale. Se li faceva spedire e li vendeva con un nome francese per farseli pagare meglio. Prima Parigi, poi Londra fino ai palazzi russi. Le sue corrispondenze restituiscono il clima degli affari dell'epoca: opportunità improvvise, viaggi faticosi, segreti custoditi gelosamente.
E come in una spy story degna di questo nome eccoti l'antagonista francese. Martin Ravel de Montagnac, commerciante coi panni da 007.
Si imbatte casualmente in una cesta di tartufi appena arrivata da Civitavecchia. Determinato a risalire la filiera, salpa subito da Marsiglia per il porto di Roma, da Roma finisce in Umbria e poi a Spoleto. Sembra una trama inventata, invece appartiene alla storia del commercio.
Nel frattempo si muovevano altri protagonisti.
A Spoleto i fratelli Mazzoneschi, da fabbri, diventano industriali. Costantino Urbani, con una di quelle intuizioni che sembrano banali solo dopo averle viste funzionare, inventa la chiusura ermetica e rivoluziona il sistema di conservazione del tartufo. Da quella mossa nasce una dinastia imprenditoriale che oggi il mondo intero conosce.
Il resto è già quasi storia nostra. Un mito, una medicina, un mercato, un'impresa. Il tartufo lo abbiamo soltanto trovato sotto terra. Tutto il resto - il prestigio, le regole, i marchi, le gelosie, l'orgoglio, i soldi - è venuto fuori dalle nostre teste.
E non sempre erano idee cattive.

Fast forward to the nineteenth century, and a man from Spoleto in Paris. Ormisda Francia.
Yes, that family of jewellers.
He discovered that the much-prised French truffles were not all that different from those back home. That's where his business acumen came in. He had them sent to him and sold them under a French name to command a higher price. First Paris, then London, and eventually the palaces of Russia. His correspondence captures the business climate of the time: sudden opportunities, gruelling journeys, and jealously guarded secrets.
And, as in a spy story worthy of the name, here is the French antagonist: Martin Ravel de Montagnac, a cloth merchant with the air of 007.
He chanced upon a basket of truffles that had just arrived from Civitavecchia. Determined to trace the supply chain, he immediately set sail from Marseille for the port of Rome; from Rome he ended up in Umbria and then in Spoleto. It sounds like a made-up plot, yet it is part of the history of trade.
Meanwhile, other key figures were making their moves.
In Spoleto, the Mazzoneschi brothers went from being blacksmiths to industrialists. Costantino Urbani, with one of those insights that only seem trivial once you've seen them work, invented the airtight seal and revolutionised the way truffles were preserved. From that move sprang an entrepreneurial dynasty that is now known throughout the world.
The rest is almost our own history. A legend, a remedy, a market, a business. We merely found the truffle underground. Everything else – the prestige, the rules, the brands, the rivalries, the pride, the money – sprang from our own minds.
And they weren't always bad ideas.

WINTER BREAK

LONDRA STANSTED DA 22*€

PALERMO DA 18*€

CAGLIARI DA 18*€

TIRANA DA 15*€

CATANIA DA 16*€

*Tariffe a tratta, tasse incluse. Soggette a disponibilità limitata e condizioni, consultabili su ryanair.com e wizzair.com

UMBRIA INTERNATIONAL AIRPORT SAN FRANCESCO D'ASSISI

SAINT FRANCIS

W26/27



PLEASURE

IL CIOCCOLATO COME GEOGRAFIA SENTIMENTALE

RITRATTO DI OMBRETTA MORICONI: DALLA LAUREA IN GIURISPRUDENZA AL LABORATORIO DI CIOCCOLATERIA E ALTA PASTICCERIA

Chocolate as a Map of the Heart

A portrait of Ombretta Moriconi:
from her law degree to the chocolate and
fine patisserie workshop

DI LEONARDO MASSACCESI

Il destino, si sa, ha un curioso senso dell'umorismo. Si studia giurisprudenza, ci si abilita a una professione, si lavora in uno studio di consulenza, si impara a destreggiarsi tra codici, norme e scadenze. E poi, un bel giorno, ci si ritrova a ragionare di cacao, crema e temperatura.

È quanto accade a Ombretta Moriconi, che all'alta pasticceria non approda per tradizione familiare né per precoce folgorazione, ma attraverso una di quelle deviazioni che, a ben guardare, sono spesso le più interessanti. Galeotta fu la maternità. Con l'arrivo di un figlio, la cucina domestica diventa luogo di sperimentazione, compleanni e merende piccoli esercizi d'invenzione e ciò che nasce come gesto quotidiano comincia, quasi senza annunciarsi, a prendere la forma di un mestiere.



Ombretta Moriconi - Castagnaccio in guscio - Dolci D'Italia Sweet Academy

Da qui in poi la sua biografia cambia genere letterario: da romanzo professionale a racconto di formazione, dove il cioccolato è prima di tutto una rivelazione lenta, paziente, quasi filosofica.
Oggi, Ombretta vive e lavora a Foligno. Il laboratorio, di recente costituzione, occupa un intero piano sotto la sua abitazione: una stanza dedicata al cioccolato, un'altra alle torte e alle monoporzioni. Anche buffet e piccoli rinfreschi e una zona reception ancora in divenire destinata a degustazioni e corsi. Ma prima di arrivare a questa geografia concreta c'è una storia di scelte. Quando il marito, ufficiale dell'Aeronautica Militare, era spesso lontano per mesi, Ombretta ha deciso di non delegare. Ha lasciato la professione per cui aveva studiato e lottato, perché non le andava di affidare la crescita del figlio ad altri, per quanto affettuosi. «Non volevo che i nonni, pur presenti, sostituissero il mio desiderio di esserci», racconta. È una frase semplice, eppure contiene già tutta la temperie della sua arte futura: la cura, la presenza, il rifiuto di ciò che è soltanto "abbastanza buono".

A complicare felicemente le cose ci pensa ancora il marito, regalandole l'intera collana di Iginio Massari: sette tomi di basi. Ma è uno stampo in policarbonato, acquistato per realizzare degli scacchi di cioccolato destinati alla torta del figlio, a segnare la svolta. Il cioccolato si rifiuta ostinatamente di uscire dallo stampo. Una piccola disfatta domestica, dalla quale nasce una grande curiosità: temperaggio, materie prime, tecniche di lavorazione. La pasta di zucchero, inizialmente frequentata, viene presto congedata senza troppi rimpianti, complice la scoperta della Setteveli, celebre torta del trionfo italiano ai campionati mondiali di pasticceria. Il cioccolato diventa così una faccenda seria. Tantissimo studio, corsi in giro per l'Italia e poi «prove, riprove, fai, rifai e vedi che alla fine riesci a ottenere il risultato».



La vita la porta a Monaco di Baviera, dove si trasferisce per quattro anni per ragioni professionali del marito. In quella piccola Babele di italiani, tedeschi, inglesi e spagnoli, le sue creazioni superano la prova più importante: quella del palato. Belle come nelle fotografie dei manuali, reggono il confronto con quelle delle pasticcerie professionali. Una legittimazione informale, ma sufficiente. Al rientro in Italia, la partita IVA è conseguenza logica. Prima le collaborazioni con ristoranti e laboratori altrui, poi, dall'estate scorsa, uno spazio tutto suo.
Donna dalle idee chiare. Come la sua idea di alta pasticceria: «Un dolce non si impone per l'altezza o per la spettacolarità. Non deve prevalere sull'evento, ma incorniciarlo. Lo si ricorda per il gusto anche dopo l'occasione di festa e non avanza». Delicatezza, raffinatezza, memoria gustativa. Filo

Fate, as we know, has a curious sense of humour. You study law, qualify for a profession, work in a consultancy firm, and learn to navigate your way through codes, regulations and deadlines. And then, one fine day, you find yourself thinking about cocoa, cream and temperature.

This is exactly what happened to Ombretta Moriconi, who didn't enter the world of haute pâtisserie through family tradition or a sudden, early revelation, but via one of those detours which, on closer inspection, are often the most interesting. Motherhood was the catalyst. With the arrival of a child, the home kitchen becomes a place of experimentation; birthdays and afternoon snacks turn into little exercises in creativity, and what begins as an everyday activity starts, almost without warning, to take the form of a craft.
From this point onwards, her life story shifts literary genre: from a professional narrative to a coming-of-age tale, where chocolate is, first and foremost, a slow, patient, almost philosophical revelation.

Today, Ombretta lives and works in Foligno. Her recently established workshop occupies an entire floor beneath her home: one room dedicated to chocolate, another to cakes and individual portions. There is also a buffet area for light refreshments and a reception area – still a work in progress – intended for tastings and courses. But before this physical space came into being, there was a story of choices. When her husband, an officer in the Italian Air Force, was often away for months at a time, Ombretta decided not to delegate. She gave up the profession she had studied for and fought to achieve, because she did not want to entrust her son's upbringing to others, however affectionate they might be. 'I didn't want the grandparents, even though they were there, to take the place of my own desire to be there,' she says. It is a simple sentence, yet it already encapsulates the very essence of her future art: care, presence, and a refusal to settle for anything that is merely "good enough".

Her husband once again happily complicates matters by giving her the complete series by Iginio Massari: seven volumes of the basics. But it is a polycarbonate mould, bought to make chocolate chess pieces for her son's birthday cake, that marks the turning point. The chocolate stubbornly refused to come out of the mould. A minor domestic setback, from which a great curiosity arose: tempering, raw ingredients, processing techniques. Sugar paste, which she had initially experimented with, was soon abandoned without too many regrets, thanks to her discovery of the 'Setteveli', the famous cake that marked Italy's triumph at the World Pastry Championships. Chocolate thus became a serious pursuit. A great deal of study, courses all over Italy, and then 'trying, trying again, doing, redoing, and seeing that in the end you manage to achieve the result'.
Life took her to Munich, where she moved for four years for her husband's work. In that little Tower of Babel of Italians, Germans, English and Spaniards, her creations passed the most important test: that of the palate. As beautiful as in the photographs in cookery books, they stand up to comparison with those from professional patisseries. An informal, yet sufficient, endorsement. On her return to Italy, registering for VAT was the logical next step. First came collaborations with restaurants and other patisseries; then, since last summer, a space of her very own.
A woman with clear ideas. Just like her vision of

informazione pubblicitaria
informazione pubblicitaria

conduttore assoluto: il cioccolato. Tutto, nel suo laboratorio, ruota intorno a questo ingrediente che lei considera nobile. E come tale merita la giusta veste. «Amo colorarlo perché voglio dargli lustro, arricchirlo, impreziosirlo».

Il cioccolato è un elemento nobile e, come tale, merita di essere reso ancora più bello. Perché buono lo è già di suo.

Forma, colore, confezione: tutto richiama l'ingrediente protagonista e partecipa al suo racconto. «L'esperienza comincia ancora prima dell'assaggio» ci dice Ombretta.
La qualità della materia prima è fondamentale. «Utilizzo molto Domori soprattutto i monorigine, per le loro note caratteristiche da abbinare ai ripieni. Lavoro anche con altri marchi come Callebaut e Valrhona». E a proposito di ripieni, pasta di nocciole delle Langhe, pistacchio siciliano, mandorla d'Avola, canditi di pregio, miele umbro e altre eccellenze locali. C'è, dietro ogni pezzo, la pazienza dell'artigiana, lo sguardo dell'artista, la curiosità di chi interroga le origini prima di osare l'abbinamento.



Su queste basi si fonda la linea Il cioccolato incontra l'Umbria. Un'idea giovane – nata appena a Settembre, in occasione dei Primi d'Italia – semplice e radicalmente originale: il cioccolato come geografia sentimentale. Niente mappe, ne trattati di storia dell'arte. Si passa dalla punta della lingua. E il territorio si scopre attraverso un piccolo museo itinerante del gusto.
Si parte dall' Oro Verde. La scatola del Moraiolo biologico è un ramoscello d'ulivo con dodici olive – dodici gemme – verdi e nere. Dentro, due cremini: uno al lime e cardamomo, l'altro al pepe di Sichuan, per enfatizzare il pizzicore dell'olio nuovo. Da poco si è aggiunta una seconda versione con un Leccino di Campello sul Clitunno, straordinariamente fruttato e mandorlato, abbinato a mandorla e polline essiccato, oppure a bergamotto, grué di cacao e ganache liquida. Una linea già in evoluzione, destinata anche a creme spalmabili.

haute pâtisserie: 'A dessert does not make an impression through its height or its spectacular appearance. It must not overshadow the occasion, but rather frame it. It is remembered for its flavour even after the celebration is over, and there are no leftovers.' Delicacy, refinement, a lasting taste. The overarching theme: chocolate. Everything in her workshop revolves around this ingredient, which she considers noble. And as such, it deserves the right presentation. 'I love to colour it because I want to give it lustre, enrich it, embellish it.'

Chocolate is a noble ingredient and, as such, deserves to be made even more beautiful. Because it's already delicious in its own right.

Shape, colour, packaging: everything draws attention to the star ingredient and plays a part in its story. 'The experience begins even before the first taste,' Ombretta tells us.
The quality of the raw ingredients is fundamental. "I use a lot of Domori, especially single-origin chocolates, for their distinctive notes that pair well with the fillings. I also work with other brands such as Callebaut and Valrhona." And speaking of fillings: hazelnut paste from the Langhe, Sicilian pistachios, Avola almonds, fine candied fruit, Umbrian honey and other local specialities. Behind every piece lies the artisan's patience, the artist's eye, and the curiosity of someone who explores origins before daring to create a pairing.

This is the concept behind the 'Chocolate Meets Umbria' range. A fresh idea – launched as recently as September, to coincide with the 'Primi d'Italia' festival – that is simple yet radically original: chocolate as a sentimental geography. No maps, no art history treatises. It all begins at the tip of the tongue. And the region is discovered through a small travelling museum of taste.
It begins with 'Oro Verde'. The box of organic Moraiolo chocolates features an olive branch with



informazione pubblicitaria



Poi arriva il Sagrantino di Montefalco, elegante e poderoso, che incontra l'Arriba National ecuadoriano in un grappolo d'uva artistico dove Passito e Secco dialogano senza mai sovrapporsi. È un duello di cortesia. Gelée e ganache fanno emergere la tannicità e fruttuosità del divin nettare. Non un cioccolatino "al vino", ma il ritratto del vino stesso. Piace l'idea che possa diventare un'alternativa a una bottiglia di vino da portare a cena: un altro modo di offrire e conoscere questo grande vino umbro.
Con lo Zafferano di Cascia si entra in un percorso a tre atti. L'oro rosso non è più solo colore, ma regista di una progressione che sa di viaggio mediorientale e di collina umbra al tempo stesso.
Si parte da zafferano, camomilla, pinoli e pasta d'arancia; si passa a un Domori Essence con pistacchio; si arriva all'abbinamento più intenso, fondente oltre il 70% e pasta di sesamo bianco. Dietro c'è un lavoro tecnico sottile e rigoroso: tecniche diverse di estrazione (alcolica, a caldo prolungata) perché «lo zafferano, se non dosato con precisione, o non si sente o grida troppo», dice. Non è una dichiarazione di principio: è metodo.
Il tartufo della Valnerina diventa "Oro Nero": una tavoletta che riprende la forma quasi schiacciata del fungo, nera e impreziosita d'oro. Dentro, una ganache al cioccolato fondente 100% arricchita da un olio di tartufo grattugiato lasciato maturare nel tempo, e da miele d'acacia umbro che dona dolcezza senza stucchevolezza. Dolcezza, bosco e sapidità in un solo morso.
E infine la Cipolla Rossa di Cannara, audace e agrodolce, avvolta in un guscio di Sur del Lago e impreziosita da briciole di pane umbro: tradizione e avanguardia che si guardano negli occhi senza arrossire.

«Mia nonna mi diceva sempre che dovevo studiare, altrimenti avrei fatto la fine di mangiare pane e cipolla». Quel detto antico è diventata oggi una tavoletta: cioccolato Valrhona 100%, marmellata di cipolla cotta nell'aceto balsamico di Modena, briciole di pane tostato e salato. Un bel ritratto di famiglia, trasfigurato in gusto.
Chiude il cerchio il Cuore Verde d'Italia, la scatola mista dove dodici cioccolatini compongono due fiori simmetrici. Un'opera d'arte coloratissima, ma da assaggiare.
Storie uniche e diverse, dal finale potenzialmente a sorpresa. Si perché se è vero che il principio è lo stesso per tutte -studiare gli ingredienti, rispettarne le caratteristiche e costruire un gusto che resti nella memoria di chi assaggia- è altrettanto vero che le declinazioni di ciascun ingrediente offrono infinite possibilità.
Basti pensare a quanto possa cambiare un abbinamento (e quindi il gusto) passando da una cultivar all'altra. In tal senso, "Il cioccolato incontra l'Umbria" è una linea aperta. «Vorrei aggiungere altre eccellenze e approfondire quelle già scelte». Come davanti a un cioccolatino, non resistiamo: domanda diretta e Ombretta si lascia sfuggire qualcosa a proposito del sedano nero di Trevi. Per il resto...mai attesa fu più dolce. Vale anche per i miei ospiti a cena stasera. Inconsapevoli fortunati, dovranno aspettare solo qualche ora. Invece a me, l'arduo compito di schivare domande sul menu e le sue sorprese.

Ombretta Moriconi Creazioni
Pasticceria - Cioccolateria
Foligno (PG)
ombrettamoriconicreazioni@gmail.com
+334 663 3689

twelve olives – twelve buds – in green and black. Inside, two cremini: one with lime and cardamom, the other with Sichuan pepper, to emphasise the tingling sensation of the new olive oil. A second version has recently been added, featuring a Leccino from Campello sul Clitunno – extraordinarily fruity and almondy – paired with almonds and dried pollen, or with bergamot, cocoa nibs and liquid ganache. A range already evolving, destined also for spreads.

Then comes the Sagrantino di Montefalco, elegant and powerful, which meets the Ecuadorian Arriba Nacional in an artistic 'grape cluster' where Passito and Secco interact without ever overpowering one another. It is a duel of courtesy. Jellies and ganache bring out the tannins and fruitiness of this divine nectar. Not a 'wine-flavoured' chocolate, but a portrait of the wine itself. It's a lovely idea that this could become an alternative to a bottle of wine to take to a dinner party: another way to offer and discover this great Umbrian wine.

With Cascia Saffron, you embark on a three-part journey. The 'red gold' is no longer merely a colour, but the driving force behind a progression that evokes both a journey through the Middle East and the Umbrian hills.
It begins with saffron, camomile, pine nuts and orange paste; moves on to a Domori Essence with pistachio; and culminates in the most intense pairing: dark chocolate with a cocoa content of over 70 per cent and white sesame paste. Behind this lies subtle and rigorous technical work: different extraction techniques (alcoholic, prolonged heat extraction) because 'saffron, if not measured precisely, is either not noticeable at all or overpowers the flavour', he says. This is not a statement of principle: it is a method.
The Valnerina truffle becomes 'Oro Nero': a bar that echoes the almost flattened shape of the mushroom, black and embellished with gold. Inside, a 100% dark chocolate ganache enriched with grated truffle oil left to mature over time, and Umbrian acacia honey which lends sweetness without being cloying. Sweetness, woodland flavours and savoury notes in a single bite.
And finally, the Cannara Red Onion, bold and sweet-and-sour, encased in a shell of Sur del Lago chocolate and embellished with crumbs of Umbrian bread: tradition and innovation looking each other in the eye without blushing.

'My grandmother always told me I had to study, otherwise I'd end up living on bread and onions.' That old saying has now become a chocolate bar: 100% Valrhona chocolate, onion jam cooked in Modena balsamic vinegar, and crumbs of toasted, salted bread. A lovely family portrait, transformed into a taste experience.
The Cuore Verde d'Italia brings it all full circle: a mixed box in which twelve chocolates form two symmetrical flowers. A colourful work of art – but one to be savoured.
Unique and varied stories, each with a potentially surprising twist. For whilst it is true that the principle is the same for all of them – studying the ingredients, respecting their characteristics and crafting a flavour that lingers in the memory of the taster – it is equally true that the variations of each ingredient offer endless possibilities.
Just think how much a pairing (and therefore the flavour) can change when switching from one cultivar to another. In that sense, 'Chocolate Meets Umbria' is an open-ended project. 'I'd like to add other exceptional ingredients and explore those already chosen in greater depth.' Just like when faced with a chocolate, we can't resist: a direct question, and Ombretta lets slip something about Trevi's black celery. As for the rest... never has a wait been sweeter. The same goes for my dinner guests tonight. Unwittingly lucky, they'll only have to wait a few hours. As for me, I'm faced with the arduous task of dodging questions about the menu and its surprises.

informazione pubblicitaria

informazione pubblicitaria

CARO TREBBIANO SPOLETINO, È ORA DI SPICCARE IL VOLO!

Dear Trebbiano Spoletino, It's Time to Spread Your Wings!

INTERVISTA A DANIELE SASSI
Esperto in Commercializzazione e Marketing del vino - Spoleto

Da vino del contadino a possibile grande bianco identitario dell'Umbria. Il percorso del Trebbiano Spoletino negli ultimi vent'anni è stato sorprendente, ma forse non ancora compiuto. Tra successi, occasioni mancate e nuove prospettive, proviamo a fare il punto sul presente e sul futuro di questo vitigno con Daniele Sassi, export manager spoletino impegnato da anni nella commercializzazione di vini italiani di alta gamma, ma che non ha mai dimenticato il vino con cui ha iniziato a internazionalizzare.



Daniele, qual è oggi il vero potenziale del Trebbiano Spoletino e quali sono, secondo te, le sfide ancora da affrontare per affermarlo come grande vino dell'Umbria?
Il Trebbiano Spoletino è oggi riconosciuto come uno dei vini più rappresentativi dell'Umbria e, in alcuni casi, riesce ad affermarsi con successo anche oltre i confini regionali. Tuttavia, dopo il primo slancio generato dall'ottimo lavoro di quei produttori che per primi ne hanno intuito e valorizzato il potenziale, e mi riferisco soprattutto a una manciata di aziende che hanno iniziato a commercializzarlo oltre vent'anni fa, ho l'impressione che il suo percorso di crescita abbia rallentato. Oggi servirebbero iniziative più incisive e una visione condivisa capaci di consolidarne il ruolo di grande vino bianco di riferimento dell'Umbria, e di elevarlo a simbolo di eccellenza regionale, al pari del tartufo nero e dell'olio extravergine d'oliva delle nostre colline.

From a peasant's wine to a potential great white wine that defines Umbria. Over the last twenty years, the journey of Trebbiano Spoletino has been surprising, but perhaps not yet complete. Amidst successes, missed opportunities and new prospects, let's take stock of the present and future of this grape variety with Daniele Sassi, an export manager from Spoleto who has been involved for years in the marketing of high-end Italian wines, yet has never forgotten the wine with which he first ventured into the international market.

Daniele, what is the true potential of Trebbiano Spoletino today, and what, in your view, are the challenges still to be overcome to establish it as a great Umbrian wine?
Trebbiano Spoletino is now recognised as one of Umbria's most representative wines and, in some cases, has successfully made a name for itself even beyond the region's borders. However, following the initial momentum generated by the excellent work of those producers who were the first to recognise and promote its potential – and I am referring in particular to a handful of wineries that began marketing it over twenty years ago – I have the impression that its growth has slowed. Today, we need more decisive initiatives and a shared vision capable of consolidating its role as Umbria's leading white wine and elevating it to a symbol of regional excellence, on a par with the black truffle and the extra virgin olive oil from our hills.

Cosa manca dunque al Trebbiano Spoletino per vedersi riconosciuto questo status?
Anzitutto credo che siano i produttori stessi, indipendentemente dall'adesione o meno alla DOC, a dover credere di più nel proprio territorio e investire maggiormente nel suo racconto. Il Trebbiano Spoletino, se valorizzato e comunicato in modo efficace, è un vino che può ambire a un posizionamento e a un prezzo medio ben superiori a quelli di altre varietà bianche umbre e del Centro Italia.
Inoltre, in molti mercati si osserva una crescita costante del consumo di vini bianchi, mentre diminuisce l'interesse per rossi particolarmente tannici e alcolici. In questo scenario, sarebbe del tutto naturale presentare il Trebbiano Spoletino come il vino più identitario dell'Umbria. Perché di fatto, se c'è un vino che potrebbe ancora farcela, questo è solo il Trebbiano Spoletino, con la sua versatilità capace di conquistare sia l'appassionato, sia chi semplicemente desidera una buona bottiglia che gli riporti alla mente la vacanza vissuta in Umbria. Peraltro, se fatto come dio comanda e conservato bene, il Trebbiano Spoletino regge benissimo qualche annetto in bottiglia: in casi come questo, siamo doppiamente fortunati, perché le bottiglie rimaste in cantina possono rivelarsi la migliore pubblicità che produttori e professionisti del settore possano fare a questo vino.

So what is Trebbiano Spoletino lacking in order to be recognised as such?
First and foremost, I believe it is the producers themselves – regardless of whether or not they are part of the DOC scheme – who need to have greater faith in their own region and invest more in promoting its story. If promoted and marketed effectively, Trebbiano Spoletino is a wine that can aspire to a positioning and an average price well above those of other white varieties from Umbria and Central Italy.
Furthermore, in many markets there is a steady increase in the consumption of white wines, whilst interest in particularly tannic and high-alcohol reds is waning. Against this backdrop, it would be entirely natural to present Trebbiano Spoletino as Umbria's most iconic wine. Because, in fact, if there is one wine that could still make it, it is Trebbiano Spoletino alone, with its versatility capable of winning over both the connoisseur and those who simply want a good bottle to remind them of their holiday in Umbria.
Moreover, when made properly and stored well, Trebbiano Spoletino ages very well for a few years in the bottle: in cases like this, we are doubly fortunate, because the bottles left in the cellar can prove to be the best advertisement that producers and industry professionals could give to this wine.

Da dove si può ripartire?
Se vai a Tortona, terra del Timorasso, nei ristoranti trovi due pagine intere di referenze di quello stesso vino. Su ormai ogni versante dell'Etna le trattorie e i wine bar hanno una vasta selezione di vini Etna Bianco DOC. Lo stesso accade sugli scaffali delle enoteche. Sono vini che il territorio ha imparato a riconoscere, raccontare e valorizzare. E non sono vini migliori dello Spoletino, ma a livello internazionale funzionano decisamente meglio.
A Spoleto, come negli altri comuni dove si produce Spoleto DOC, il nostro vino principale lo sparpagliamo alla rinfusa in mezzo ai bianchi generici regionali, quando va bene.
E spesso ne troviamo in carta solo due, massimo tre etichette. A volte le carte dei vini non ci sono proprio, e non mi pare che in sala ci siano i mitologici osti di una volta. Ecco, ripartirei dal rendere consapevoli gli operatori di settore che hanno in mano qualcosa che se raccontato con passione, può portare turismo ed economia all'intero siste-

Where can we restart from?
If you go to Tortona, the home of Timorasso, you'll find two whole pages dedicated to that wine in the restaurants. On virtually every slope of Mount Etna, trattorias and wine bars now stock a vast selection of Etna Bianco DOC wines. The same is true of the shelves in wine shops. These are wines that the region has learnt to recognise, describe and promote. And whilst they aren't better wines than those from Spoleto, they certainly fare much better on the international stage.
In Spoleto, as in other municipalities where Spoleto DOC is produced, our flagship wine is scattered haphazardly amongst generic regional whites – if we're lucky.
And often we find only two, at most three, labels on the wine list. Sometimes there aren't even any wine lists at all, and I don't think the legendary innkeepers of yesteryear are to be found in the dining rooms anymore. So, I'd start by making industry

ma. A questo punto occorre (ri)educazione al prodotto e al territorio.

Non posso non chiederti cosa ne pensi del recente allargamento della DOC Spoleto, che ormai si è estesa a tutti i territori dove si produce anche Montefalco Sagrantino...
È una scelta che comprendo. Ampliando il perimetro della DOC si aumenta il potenziale produttivo e, almeno sulla carta, si creano le condizioni per una comunicazione più strutturata, sperando di avere poi una maggiore richiesta dai mercati. Un consorzio più ampio può inoltre raggiungere un pubblico più vasto, andando oltre quella nicchia di appassionati e professionisti che per prima aveva riconosciuto il valore del Trebbiano Spoletino.
Detto questo, vedo anche alcuni rischi. Fino a oggi l'identità del Trebbiano Spoletino è stata costruita da un gruppo relativamente ristretto di produttori che, con sensibilità e visioni magari diverse tra loro, avevano però contribuito a definire un'immagine abbastanza chiara della varietà da cui nasce. L'allargamento della DOC potrebbe rendere questo messaggio meno nitido, soprattutto se sul mercato arriveranno vini che interpretano il vitigno in modo molto diverso o che non ne valorizzano appieno le caratteristiche distintive. C'è poi un tema commerciale che non andrebbe sottovalutato. Aumentare la produzione è relativamente semplice; creare una domanda in grado di assorbirla lo è molto meno.
La vera sfida non sarà produrre più bottiglie, ma riuscire a venderle mantenendo valore, identità e posizionamento. Da questo punto di vista, l'esperienza del Sagrantino insegna quanto sia difficile trasformare un grande vino in un successo commerciale diffuso e duraturo.

A proposito di mercato, qual è quello che più sembra ricettivo per il Trebbiano Spoletino?
Il Trebbiano Spoletino raramente viene proposto da solo sul mercato. Nella maggior parte dei casi è parte del portafoglio di aziende che producono anche Montefalco Rosso, Sagrantino, Ciliegiolo o altri vini del territorio. Per questo è difficile individuare un singolo Paese in cui abbia più successo in assoluto: molto spesso i risultati dipendono dalla forza dell'importatore e dal posizionamento complessivo della cantina. Se un produttore umbro è ben distribuito in un determinato mercato, è probabile che anche il suo Trebbiano Spoletino lo sia. Piuttosto, ci vorrebbero più produttori che facessero del Trebbiano Spoletino la propria bandiera, e allora la risposta a questa domanda sarebbe meno vaga.

professionals aware that they have something in their hands which, if presented with passion, can boost tourism and the economy for the entire sector. At this point, we need (re)education about the product and the region.
I simply must ask you what you think of the recent expansion of the Spoleto DOC, which now covers all the areas where Montefalco Sagrantino is also produced...
It's a decision I can understand. By expanding the DOC's boundaries, production potential is increased and, at least on paper, the conditions are created for more structured marketing, in the hope of subsequently generating greater demand from the markets.
A broader consortium can also reach a wider audience, moving beyond that niche of enthusiasts and professionals who were the first to recognise the value of Trebbiano Spoletino. Having said that, I also see some risks. To date, the identity of Trebbiano Spoletino has been shaped by a relatively small group of producers who, whilst perhaps differing in their sensibilities and visions, have nevertheless helped to define a fairly clear image of the variety from which it originates.
Expanding the DOC could blur this message, particularly if wines enter the market that interpret the grape variety in a very different way or fail to fully showcase its distinctive characteristics. There is also a commercial issue that should not be underestimated. Increasing production is relatively straightforward; creating sufficient demand to absorb it is far less so. The real challenge will not be producing more bottles, but managing to sell them whilst maintaining their value, identity and positioning. From this perspective, the experience of Sagrantino illustrates just how difficult it is to transform a great wine into a widespread and enduring commercial success.

Speaking of the market, which one seems most receptive to Trebbiano Spoletino?
Trebbiano Spoletino is rarely marketed on its own. In most cases, it forms part of the portfolio of wineries that also produce Montefalco Rosso, Sagrantino, Ciliegiolo or other local wines. For this reason, it is difficult to pinpoint a single country where it is most successful overall: very often, results depend on the strength of the importer and the winery's overall positioning. If an Umbrian producer is well-distributed in a particular market, it is likely that their Trebbiano Spoletino will be too. Rather, we would need more producers to make Trebbiano Spoletino their flagship wine; then the answer to this question would be less vague.

Negli anni si sono succeduti vari eventi ed azioni promozionali legati al Trebbiano Spoletino, principalmente a Spoleto, Montefalco e Trevi.
Il purché se ne parli mi starebbe anche bene, e sono state lodevoli alcune di queste iniziative, ma in generale gli eventi del vino, affinché abbiano una valenza che vada oltre il guardarsi negli occhi e fare il punto della situazione annuale, non possono essere affidati a chi non ha le basi e i contatti giusti per organizzare eventi con i professionisti del settore, e soprattutto senza comprendere il punto di vista di chi deve mettere il vino, ovvero i produttori, che ne devono essere i protagonisti. Se riconosciamo al Trebbiano Spoletino un ruolo importante come veicolo di attrattività verso i nostri territori, allora vanno prese seriamente anche le iniziative che lo riguardano. Non basta avere spirito d'iniziativa e la faccia tosta per provarci. E poi, di nuovo, serve comprendere, a tutti i livelli, che questo vino può essere il viatico di un turismo che non viene a Spoleto e dintorni solo per farsi la foto nei luoghi di Don Matteo, magari portandosi da casa il panino con la frittata.

Beviamoci su. Vinificazione classica in bianco, con sosta sulle fecce, o macerato sulle bucce, spumantizzato, elevato in acciaio, barrique, anfora, vetroresina o chi più ne ha più ne metta. Qual è il Trebbiano Spoletino che preferisci, e quello che il mercato finora ha recepito meglio?
Io credo che un produttore saggio dovrebbe sempre rendere riconoscibile il vitigno per le sue migliori caratteristiche identitarie. Anche un varietale versatile come questo può confondersi con mille altri e diventare solo una bevanda qualunque, più o meno appagante alla beva. Per questo mi sento di dire che finora i migliori Trebbiano Spoletino, e quelli che hanno avuto più successo commerciale in quanto tali, sono stati quelli che non hanno perso di vista questo fattore fondamentale.

Over the years, there have been various events and promotional activities linked to Trebbiano Spoletino, mainly in Spoleto, Montefalco and Trevi.
I wouldn't mind as long as people are talking about it, and some of these initiatives have been commendable, but in general, for wine events to have a significance that goes beyond simply looking each other in the eye and taking stock of the annual situation, they cannot be entrusted to those who lack the necessary grounding and the right contacts to organise events with industry professionals, and above all without understanding the perspective of those who have to supply the wine – namely the producers – who must be the protagonists. If we recognise that Trebbiano Spoletino plays an important role in attracting visitors to our region, then the initiatives concerning it must also be taken seriously. It is not enough to have a spirit of initiative and the nerve to give it a go. And then, once again, we need to understand, at every level, that this wine can be the driving force behind a form of tourism where visitors do not come to Spoleto and the surrounding area simply to take a photo at the locations featured in *Don Matteo*, perhaps even bringing a sandwich with omelette from home.

Let's raise a glass to that. Classic white winemaking, with ageing on the lees or maceration on the skins, sparkling wine production, and ageing in stainless steel, barriques, amphorae, fibreglass or whatever else you can think of. Which Trebbiano Spoletino do you prefer, and which has the market taken to best so far?
I believe that a wise producer should always ensure the grape variety remains recognisable through its most distinctive characteristics. Even a versatile variety like this can get lost amongst a thousand others and become just another run-of-the-mill drink, more or less satisfying to drink. That's why I'd say that, so far, the best Trebbiano Spoletino wines – and those that have enjoyed the greatest commercial success as such – have been the ones that haven't lost sight of this fundamental factor.

Daniele Sassi

Esperto in Commercializzazione e Marketing del vino - Spoleto
linkedin.com/in/daniele-sassi

E SE VI DICESSIMO CHE IL DIAVOLO È BUONISSIMO?

What if We Told You That the Devil is Absolutely Delicious?

A CURA DELLA REDAZIONE

A Norcia anche i fagioli hanno carattere. Basta guardare il Diavolo, chiamato anche Tigrato, per capire che non è un legume qualunque: grande, carnoso, con una buccia scura attraversata da striature rosa e violacee. Un piccolo spettacolo della natura, capace di conquistare prima gli occhi e poi il palato.

Il suo nome incuriosisce quanto il suo aspetto. «Tigrato» richiama naturalmente le sue macchie, mentre «Diavolo» sembra avere a che fare con il carattere deciso che dimostra quando incontra sapori piccanti. Almeno secondo una spiegazione tramandata dai commercianti locali.

Le sue origini, invece, restano in parte avvolte nel mistero. Il fagiolo è ormai una presenza riconoscibile nelle botteghe norcine, ma non esistono documenti sufficienti per stabilire con precisione quando abbia fatto la sua comparsa nel territorio. Sappiamo però che i suoi semi hanno viaggiato: nel 2020, per esempio, il quotidiano Trentino raccontava di una coltivazione avviata a Brentonico proprio con fagioli arrivati da Norcia.

A tavola si fa apprezzare per la polpa generosa, la consistenza piacevole e un gusto delicato che ricorda la castagna. Ama le cotture lente e non ha bisogno di grandi complicazioni: un buon olio extravergine, qualche erba aromatica e il gioco è fatto.

Prima di mettersi ai fornelli, però, occorre un po' di pazienza: circa 24 ore di ammollo e una cottura di un paio d'ore, da adattare alle indicazioni del produttore.

In Norcia, even the beans have character. You only have to look at the 'Diavolo', also known as the 'Tigrato', to realise that this is no ordinary legume: large, meaty, with a dark skin criss-crossed by pink and purplish streaks. A small spectacle of nature, capable of captivating first the eyes and then the palate.

Its name is as intriguing as its appearance. 'Tigrato' naturally refers to its markings, whilst 'Diavolo' seems to have something to do with the bold character it displays when paired with spicy flavours. At least according to an explanation passed down by local traders.

Its origins, however, remain partly shrouded in mystery. The bean is now a familiar sight in Norcia's butcher's shops, but there is insufficient documentation to establish precisely when it first appeared in the area.
We do know, however, that its seeds have travelled: in 2020, for example, the Trentino newspaper reported on a cultivation project launched in Brentonico using beans that had arrived from Norcia.

At the table, it is prized for its generous flesh, pleasant texture and a delicate flavour reminiscent of chestnuts. It thrives on slow cooking and requires no great fuss: a good extra virgin olive oil, a few aromatic herbs, and you're all set.

Before you start cooking, however, you'll need a bit of patience: about 24 hours' soaking and a couple of hours' cooking, to be adjusted according to the producer's instructions.



informazione pubblicitaria

Tre idee per gustarlo

Con pera e pecorino.
Frullate parte dei fagioli cotti con olio extravergine fino a ottenere una crema morbida. Spalmatela su crostoni di pane tostato e completate con fagioli interi, fettine di pera saltate in padella e scaglie di pecorino. Un incontro sorprendente tra dolcezza e sapidità.

Con castagne e rosmarino.
Fate appassire un porro in olio, aggiungete fagioli, castagne cotte, brodo vegetale e un rametto di rosmarino. Lasciate insaporire per venti minuti e frullate una piccola parte della zuppa. Il risultato? Un piatto avvolgente, perfetto per le giornate fredde.

Con zucca e nocciole.
Arrostite la zucca a cubetti con olio e timo. Mescolatela ai fagioli tiepidi, aggiungete nocciole tostate e qualche goccia di aceto di vino rosso. Un'insalata rustica, colorata e con una piacevole nota croccante.

Tre modi diversi per scoprire un legume che, sotto un nome un po' minaccioso, nasconde un carattere tutt'altro che difficile.
Anzi, decisamente invitante!

Three ways to enjoy it

With pear and pecorino.
Blend some of the cooked beans with extra virgin olive oil until you have a smooth purée. Spread it onto slices of toasted bread and top with whole beans, pan-fried pear slices and shavings of pecorino. A surprising combination of sweetness and savoury flavours.

With chestnuts and rosemary.
Sauté a leek in oil, then add the beans, cooked chestnuts, vegetable stock and a sprig of rosemary. Leave to simmer for twenty minutes, then blend a small portion of the soup. The result? A comforting dish, perfect for cold days.

With pumpkin and hazelnuts.
Roast the diced pumpkin with oil and thyme. Mix it with warm beans, add toasted hazelnuts and a few drops of red wine vinegar. A rustic, colourful salad with a pleasant crunch.

Three different ways to discover a legume which, despite its somewhat intimidating name, is anything but difficult to prepare.
In fact, it's decidedly inviting!

FOOD KMZERO

Food Km Zero
Portale delle eccellenze italiane

foodkmzero.it

Designed & Powered by Eccellente Italia - Spoleto

informazione pubblicitaria

STELLA D'ITALIA SPOLETO



PUOI CONTARE SU DI NOI

Trasporti sanitari privati
per visite, terapie e
ricoveri programmati

Accompagniamo ogni persona con **attenzione,** mezzi attrezzati e **personale qualificato,** per rendere ogni trasferimento **semplice e sereno.**

Visite specialistiche | **Terapie** | **Dimissioni** | **Ricoveri**

0743 49834

VIA ANTONIO GULLOTTI 49
MADONNA DI LUGO

www.stelladitaliaspoleto.it

TERMO IDRAULICA MARINI

Carlotta Omnia Idro N Lux

Stufa a pellet idro

Incentivi 2026

Ecobonus fino al 50%

Conto Termico 3.0 fino al 65%

SEDE E SHOWROOM VIA 1° MAGGIO 38 - SPOLETO | 0743 22 29 84

termoidraulicamarini.it