

Anno XX nr. 165 | OTTOBRE 2021

italiano - english

ValleyLife

SIENA | VAL D'ORCIA | AMIATA

RIVISTA PANEUROPEA

Periodico mensile di informazione culturale e pubblicitaria Valley Life, Isc. Trib. di Perugia, del 17/05/2007 n. 23/2017, Dir. Resp. Simone Bandini. Grafica: areactiviadv.com - Il Quadrifoglio Gruppo Cooperativo, Stampa: IGP Industrie Grafiche Pacini



IN QUESTO
NUMERO

Kartika, splendido locale
alla moda in uno dei
borghi più belli d'Italia



scilacti@gmail.com


MEZZAVIA
 CASEIFICIO AZIENDA AGRICOLA

Caseificio

Abbadia San Salvatore · 53021 (Siena) Tel. (+39) 389.5988519 · (+39) 328.6211797
www.caseificiomezzavia.it



WORK, WINE, WONDER

Capanna Suites è il luogo ideale dove conciliare una vacanza da sogno con le tue esigenze di lavoro. Le nostre suite possono essere allestite con una postazione di smart working completa. E dopo il dovere, il piacere: una degustazione di Brunello di Montalcino, le coccole della nostra Spa, il calore del nostro Ristorante Il Passaggio.

A Capanna Suites puoi trascorrere molte vacanze in una.

Capanna Suites is the ideal place where you can combine a dream vacation with your business needs.

Our suites can be set up with a complete smart working station.

After working, you can pamper yourself with Capanna lifestyle: a glass of Brunello wine, our Spa or a fantastic dinner at Il Passaggio while the sun goes down.

At Capanna you can experience many different holidays all at once.


CAPANNA
 SUITES
Agriturismo, Spa & Wine Club


CAPANNA
 WINERY
- Montalcino -


IL PASSAGGIO
 BY CAPANNA
Food & Wine Emotions



Strada Comunale delle Crete, 53024, Montalcino (SI) Tel.: 39 0577 1697732 info@capannasuites.com

PROFUMERIA DEL CORSO

JAYA CHERUBINI



ABBADIA SAN SALVATORE (SI)

T (+39) 0577 892 478 - (+39) 345 68 87 702  



In copertina: Le notti del Kartika

OTTOBRE 2021

**EDITORE,
DIRETTORE RESPONSABILE**
Simone Bandini

DIRETTORE EDITORIALE
Jori Diego Cherubini

**PROGETTO GRAFICO E
IMPAGINAZIONE**
creativityadv.com
Il Quadrifoglio Gruppo Cooperativo

IN REDAZIONE
Jori Diego Cherubini
Simone Bandini
Ray Keenoy
Filippo Raffi

TRADUZIONI
Ray Keenoy

AUTORI
Jori Diego Cherubini
Simone Bandini
Nicola Ciuffoletti
Francesca Mariottini

PHOTO CREDITS
Gabriele Forti
Filippo Pacchierini
Denise Pianigiani
Archivio Thatsamiata.com

CONTATTI
Tel. (+39) 328 58 16 968

Invitiamo gli inserzionisti a inviare foto
e/o materiale grafico entro e non oltre il
15 di ogni mese.

Grazie per la collaborazione

ValleyLife
media & communication

REDAZIONE
JDC Media & Communication
Via della Pace, 13
53021 Abbadia San Salvatore (SI)
Tel. (+39) 328 58 16 968
www.valleylife.it
jori.cherubini@gmail.com

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

Gli articoli non firmati sono da intendersi
del direttore editoriale (JDC)

© Valley Life - tutti i diritti riservati.
Ne è vietata la riproduzione
anche parziale.

Questo numero è stato chiuso mercoledì
22 settembre 2021 alle ore 6,54, dopo l'alba
e diversi caffè.

Sped. Abb. Post. 70% - Apt. Cns/Cbpa/Centro 1 - Iscr. R.O.C. n. 18175

Sommario

Summary

● Cultura ● Casa, servizi, Lifestyle

8 Due vite, anzi cinque

Two lives, or rather five

14 Apollo e Dioniso contro il
grande nulla

*Apollo and Dionysus against the
great nothingness*

18 L'Amiata a misura d'uomo.

22 Le Notti del Kartika

Kartika Nights

32 L'emporio dei sognatori

The Emporium for Dreamers

40 Into the wild

48 Last of the Yiddish Poets

54 Il Paradiso dell'agricoltore

The Farmer's Paradise

62 Il taglio perfetto

The perfect cut

70 Massaggio tibetano

Tibetan massage

76 Ipocondria e vita quotidiana

Hypochondria and everyday life

84 Creating connections

90 Foto del mese

Photo of the month

If you have an house in Siena, val d'Orcia,
or the Amiata area please, subscribe for free
and ask for your complimentary copy



Nient'altro da aggiungere.

La Famiglia Angeli presenta il gioiello più splendente dei propri prodotti. L'Olio Extravergine di Oliva ANGELI, il risultato della grandissima tradizione della produzione Fungoamiata.

L'Olio è il risultato di un processo tecnologico e tipicamente naturale della trasformazione di un prodotto altamente selezionato.

Le olive raccolte dalle olivastre del territorio di Seggino e della vicina Castel del Piano vengono frante nei laboratori di Fungoamiata con sistema a freddo al fine di non disperdere le qualità oligominerali dei frutti di questa pianta di origine secolare e unica nelle selezioni dell'olivicultura, di alta qualità, del territorio toscano. In bottiglie da 500 e 750 cl.



Due vite, anzi cinque

di Jori Diego Cherubini

Un libro e un disco. Questa volta parliamo di «Due vite», il manoscritto di Emanuele Trevi, fresco vincitore del Premio Strega, e di due vite, quelle di Fausto Lama e Francesca Mesiano, che insieme formano il duo Coma_Cose, gruppo-rivelazione degli ultimi anni, appena insigniti del doppio disco di Platino.

Trevi consegna alle stampe una prova di grande letteratura. Si chiama «Due vite», edito dai tipi di Neri Pozza, quelle degli amici Rocco Carbone e Pia Pera. Una foto in bianco e nero (in basso), un incidente mortale, una telefonata. Ricordi di estati, case vissute, la (sempre complicata) stesura di un libro, la ricerca della felicità: ambizioni, amori, aspettative e litigi, tutto passa e tutto rimane nella memoria, nitida e scritta. Trevi cattura elementi essenziali del quotidiano, laddove il lettore si riflette e riflette nel vorticoso concatenarsi di eventi e nelle psicologie, a tratti complesse, dei personaggi amorevolmente descritti dell'Autore. Vite che si incontrano, si scontrano, si amano, si allontanano e si ingarbugliano. Chi legge, dunque, osserva da spettatore altre esistenze - fermate all'improvviso (soprattutto nel caso

A book and a record. This time we are talking about Due vite ['Two Lives'], Emanuele Trevi's text, newly awarded the Strega Prize, and of two lives, those of Fausto Lama and Francesca Mesiano, who together form the Coma_Cose duo, a group that has been a revelation in the last few years.

Trevi has delivered the proof of being a great writer in the shape of the book Due vite produced by publisher Neri Pozza, the lives are those of friends Rocco Carbone and Pia Pera. A black and white photo, a motorbike accident, a phone call, memories of summers, homes, the (always complicated) writing of a book, the pursuit of happiness, ambitions, loves, expectations and quarrels, everything passes and everything remains in the memory, clear and written. Trevi captures essential elements - of everyday life - and the reader sees themselves reflected in the whirling chain of events and in the psychology of the writer's lovingly described characters. Lives that meet, collide, love one another, move apart, become entangled.

Two lives, or rather five

di Rocco) e sempre troppo presto (ammesso che esista un *presto* e un *tardi*) - entrando nelle stanze di vita quotidiana, osservando foto nitide o ingiallite dal tempo, avendo quasi l'impressione di essere di troppo.

«Quando immagino Pia nel suo giardino, una cesta di vimini in una mano e una piccola zappa nell'altra, non mi viene in mente solo un essere umano che rende vivibile o addirittura bello uno spazio estraneo. Quella che mi si fa incontro è un'immagine della totalità della vita, un'immagine che racchiude in sé ciò che è possibile sapere e ciò che non si può sapere, il giorno e quella parte della notte che, come nelle sonate di Chopin, non diventa mai la luce dell'alba, non passa, permane».

Tutto è soggetto alla legge del divenire, e tutto è destinato prima o poi a finire. Il transito sulla terra è tutto ciò che resta, e conta.



The reader, then, observes other existences as a spectator - lives suddenly halted (especially in the case of Rocco) and always too early (assuming there is an early and a late) - in entering the spaces of everyday life, observing clear or yellowed photos from a time that almost gives the impression of being too long ago. "When I imagine Pia in her garden, a wicker basket in one hand and a small hoe in the other, I am not reminded of just a human being who makes an alien space livable or even beautiful.

What comes to me is an image of the totality of life, an image that contains in itself what is possible to know and what cannot be known, the day and that part of the night in which, as in Chopin's sonatas, never becomes the light of dawn, does not pass but remains". Everything is subject to the law of becoming and everything is destined to end sooner or later. A transit on the earth is all that remains, and it counts. And sometimes, as in this case, it is told with great style.



Poi ci sono Fausto e California, in arte Coma_Cose, una coppia a tutti gli effetti e quindi due vite in una. Vite nate per la musica, con riferimenti che variano dal rap al rock, dal pop all'hip-hop. Rime baciata (dal sole) e dal merito (l'ultimo lavoro, *Nostralgia* (2021), è da poco doppio disco di platino). Nell'anno che si avvia al termine sono saliti nel «carrozzone» del Festival di Sanremo, grazie alla, ehm, scintillante, «Fiamme negli occhi» (il loro brano più pop-radiofonico ma non per questo meno ispirato), e sono scesi con una nuova consapevolezza. Iniziavano nel 2017 con il sorprendente *Inverno ticinese*, primo ep contenente appena tre brani - *Anima lattina* (alzi la mano chi coglie la citazione), *French Fries* e *Pakistan* - sufficienti per far saltare dalla sedia appassionati (non solo di rap) e addetti ai lavori. Monta l'hype e il disco successivo, il primo sulla lunga distanza, lo intitolano *Hype Aura* («hai paura»): nove brani capaci di incollarsi in testa dopo pochi ascolti, dove *Mancarsi*, *Beach Boys Distorti* e *Via Gola* rappresentano un trittico perfetto di italian-rap giocoso, senso della melodia e basi capate meticolosamente. Il loro merito, tra gli altri, è quello di trattare le parole con arguzia, fino a infarcirle di riferimenti alti e diversi, citando ora De Gregori ora Syd Barrett ora Kanye West. A impreziosire i dischi ci pensa il vinile: dall'azzurro trasparente di *Inverno Ticinese* (ma per aggiudicarsi una copia su ebay bisogna sborsare almeno 200 euro), il giallo del primo lp, il rosso fuoco di *Nostralgia*, che acquista valore giorno dopo giorno, specialmente le copie autografate, il nero di *Fondamenta*, che racchiude alcune b-side del duo, compresa la travolgente *Jugoslavia*, con la (nel frattempo realizzata) dichiarazione d'intenti: «vengo dal niente e voglio tutto». Il bello dei Coma_Cose, oltre agli imperdibili live (provare per credere), riguarda il fatto che il meglio deve ancora venire.



*Then there are Fausto and California, aka Coma_Cose, a couple in all respects and therefore two lives in one. Lives born for music, with their references ranging from rap to rock, from pop to hip-hop. Rhymes kissed (by the sun) and by merit (the latest work, *Nostralgia* (2021), has recently gone double platinum). In the year that is drawing to a close they climbed onto the bandwagon of the Sanremo Festival, thanks to the, er, glittering, *Fiamme negli occhi* (their most poppy but no less inspired for that song), and they got off it with a new awareness. They started in 2017 with the surprising *Inverno ticinese*, their first EP containing just three songs - *Anima lattina*, *French Fries* and *Pakistan* - enough to blow fans (not just rap lovers) and professionals out of their seats... The hype increases and the next album, the first long player they called *Hype Aura* ("you're afraid"): nine songs capable of sticking in your head after a few plays, where *Mancarsi*, *Beach Boys Distorti* and *Via Gola* represent a perfect triptych of playful Italian-rap, a sense of melody and meticulously understood beats. Their merit, among others, is to treat words with wit, to the point of filling them with rich and varied references, citing now De Gregori, now Syd Barrett, now Kanye West. Vinyl enriches their recordings: from the transparent blue of *Inverno Ticinese* (but to grab a copy on ebay now you have to shell out at least 200 euros), the yellow of the first LP, the fiery red of *Nostralgia*, which acquires value day after day, especially autographed copies, the black of *Fondamenta*, which contains some b-sides from the duo, including the overwhelming *Jugoslavia*, with the (made in the meantime) declaration of intent: "I come from nothing and I want everything". The beauty of Coma_Cose, in addition to the unmissable live shows (seeing is believing), is that the best is yet to come.*



ILLUMINIAMO IL TUO OUTFIT

Scopri i nostri armadi con LED integrato

Apollo e Dioniso contro il grande nulla

Apollo and Dionysus against the great nothingness

di Simone Bandini

“Quando la tempesta sarà finita, probabilmente non saprai neanche tu come hai fatto ad attraversarla e a uscirne vivo. Anzi, non sarai neanche sicuro se sia finita per davvero. Ma su un punto non c'è dubbio... Ed è che tu, uscito da quel vento, non sarai lo stesso che vi è entrato”.

Haruki Murakami, “Kafka sulla spiaggia”

Quello che esattamente vi si chiede è il ribaltamento di questa banale prospettiva, un po' puerile e nevrotica come lo sono i giapponesi dopo il 45'. Tutti abbiamo bisogno della nostra tempesta da attraversare; ma non a queste condizioni, di vigile e fatalistica passività. Siate voi a scegliere la vostra tenebra, coltivateela. Siatene consapevoli. Che la natura e la necessità non si prendano il primato che spetta invece allo spirito e alla libertà.

“Se non fai mai niente di diverso, niente cambierà davvero”, mi ripeteva spesso il mio allenatore in preparazione della maratona di Reggio Emilia. Correva l'anno 2010 e mi ero proprio intestardito: volevo scendere sotto le 2'40" nella mia seconda sfida ai 42 km e 195 metri.

“And once the storm is over, you won't remember how you made it through, how you managed to survive. You won't even be sure, whether the storm is really over. But one thing is certain. When you come out of the storm, you won't be the same person who walked in. That's what this storm's all about.”

Haruki Murakami, Kafka on the beach

What exactly is asked of you is the overturning of this banal perspective, a bit childish and neurotic as the Japanese have been since 1945. We all need our storm to go through; but not under these conditions, of vigilant and fatalistic passivity. You choose your darkness, cultivate it. Be aware of it. Nature and necessity should not take the primacy that belongs instead to the spirit and freedom.

“If you never do anything different, nothing will really change”, my coach often told me in preparation for the Reggio Emilia marathon. It was the year 2010 and I was really stubborn: I wanted to get under 2' 40" in my second attempt at its 42 km and 195 meters.

Fu così che mi imbarcai in un programma di potenziamento fisico per superare la routine di allenamenti che aveva portato ad una stasi nei risultati. Al mattino una serie consistente di balzi, scatti, corse calciate ed esercizi a corpo libero, poi nel corso della giornata la sessione di corsa – per la quale la natura mi aveva dotato in modo formidabile. Un fuoco sacro acceso dentro di me, da rattizzare con cura sacerdotale.

Elasticità, potenza e resistenza: un mantra tripartito, sacro, ossessivamente onorato sull'altare degli allenamenti quotidiani. Un inno al superamento continuo dei propri limiti, non v'era mai spazio per la resa né per la prudenza di una navigazione sotto costa. Frecce scagliate sempre più lontano, oltre la nebbia, in cerca di nuove terre.

Sedute talvolta massacranti, prima e dopo lunghe giornate di lavoro – per nascita e ventura votate all'esercizio dell'intelletto ed alle relazioni umane, altri miei straordinari talenti. Nemmeno nei tempi di vacanza (intesa come 'assenza', sì ma da sé stessi, n.d.a) si poteva indulgere in cedimenti e pericolosi ozi. Ricordo come fosse oggi la sessione in piena notte di tapis roulant all'aeroporto di San Jose dopo la trasvolata oceanica insonne – oppure le 20 variazioni da 2" in salita sulle pendici del vulcano Arenal di cui rammento un'immagine fugace: le verdissime foglie della foresta nebulosa bucherellate dai lapilli. Linfa e lava, flemma e sangue come due forze escatologiche in perfetta crisi.

Certo non vi si chiede una tale iperurania qualità umana – che appartiene ad una strettissima élite della popolazione mondiale. Sia per ora richiesto solo il 'sentimento' di questa qualità, ovvero la tensione verso di essa. Quella radice dell'essere, altra e superiore, che si raggiunge solo con l'ardimento, il distacco e la 'vittoria' su sé stessi – con il superamento di quel quotidiano meramente operativo, scadimento della nostra unicità di monadi. Che ci fa con(m)prendere e partecipare del divino.

Siate oltremondani.



So it was that I embarked on a physical strengthening program to improve on the training routine that had led to stagnation in my results. In the morning a consistent series of leaps, sprints, runs, kicks and bodyweight exercises, then later in the day the running session – for which nature had gifted me tremendously. A sacred fire lit within me, to be doled out with priestly care.

Elasticity, power and endurance: a tripartite, sacred mantra, obsessively honoured on the altar of daily workouts. A hymn to the continuous overcoming of one's limits, there was never room for surrender or for the prudence of just coasting along. Arrows shot farther and farther, beyond the fog, in search of new lands.

Sessions that were sometimes exhausting, before and after long days of work – by birth and fortune devoted to the exercise of my intellect and to human relationships, my other extraordinary talents.

Not even during vacation periods (understood as 'absence', yes but from oneself, ed.) could one indulge in yielding and dangerous idleness. I remember even today what the midnight treadmill session at San Jose airport after a sleepless ocean crossing was like – or the twenty two inch variations of gradient uphill on the slopes of the Arenal volcano of which I recall a fleeting image: the green leaves of the cloud forest pierced by lapilli. Lymph and lava, phlegm and blood as two eschatological forces in perfect crisis.

Certainly you are not asked for such a human quality hyperurania – that belongs to a very narrow elite of the world population. For now, only the sense of this quality, or the tension towards it, is required. That root of being, other and superior, which is reached only with daring, detachment and victory over oneself – with the overcoming of that merely operative daily life with its deterioration in our uniqueness as monads. What allows us to combine with and comprehend the divine. To exist beyond mundanity.

*Recommended listening:
Battiato, "Gestillte Sehnsucht"
(Johannes Brahms)*

dalla redazione di Thatsamiata

L'Amiata a misura d'uomo. Cinque borghi da scoprire

Cultura, Natura e
grandi spazi.
Ecco cinque piccoli
borghi del monte
Amiata da visitare

Se andiamo alla ricerca di luoghi autentici non possiamo fare a meno di conoscere i tanti borghi che si trovano ai piedi dell'antico vulcano. Luoghi dove il tempo pare essersi fermato ma in realtà la sua velocità. In questo articolo Thatsamiata vi porta alla scoperta di **5 villaggi incredibili, che sorgono a strapiombo su corsi d'acqua, oppure sulla punta di una collina**. Sono paesi che conservano tante storie da scoprire e bellezze da vivere.

Ai piedi dell'Amiata e vicino alla maremma: Cana

Cana (nel comune di Roccalbegna) è un luogo lontano da tutto quello che è definibile turismo di massa per questo giungervi è una sorpresa degna di nota. Sorge su una collina compresa tra i torrenti Trasubbie e Trasubbi-

no, si presenta come un tipico castello medievale il cui sviluppo ha seguito il naturale andamento del terreno attorno alla originaria Rocca. Degni di nota sono la Cisterna Medicea, il rione denominato "Borgo", la Fattoria Fortificata "Il Castagnolo" e il "Centro Storico". Come al solito suggeriamo di parcheggiare l'auto e iniziare a camminare, assicuratevi di avere tanta batteria nel vostro cellulare, vi occorrerà per fare molte foto.



Un vero e proprio modello di ecosistema sociale: Montelaterone

Lo si vede da Arcidosso, Seggiano, Castel del Piano, Monte Labbro e addirittura dalla vetta dell'Amiata ma in pochi ne conoscono il nome. Montelaterone è il luogo dove la domanda: "Ma chissà un tempo quante persone ci abitavano?" sorge spontanea perché le case (oggi perlopiù chiuse in inverno e vissute solo in estate) sono davvero tante. Qui – lo diciamo subito – perdersi è facile, un dedalo di strette vie in salita caratterizza il centro storico e può confondere il visitatore. Lo smarrimento sarà felicemente ricompensato con l'arrivo alla Roccaccia. I ruderi di quello che un tempo era il Cassero Senese dominano il borgo fin dal 1200, quando cioè Montelaterone apparteneva alla Repubblica di Siena. Oggi il paese è modello di ecosistema sociale, qui è nata una cooperativa di comunità che ha aperto un bar e un spaccio di alimentari e che tiene in vita questo paese. Dal cuore del borgo partono interessanti trekking (scoprili su www.thatsamiata.com).



Più in alto della nebbia, più in basso del fiume: Montegiovi

Nei giorni di nebbia il paese appare sospeso. Rispetto agli altri borghi amiatini lo si trova più facilmente perché arrivando sul monte Amiata è praticamente impossibile non notarlo. Il villaggio di Montegiovi (nel comune di Castel del Piano) si erige sopra un enorme masso e per raggiungerlo occorre abbandonare la strada principale e percorrere una lingua di asfalto che conduce proprio alle porte del borgo. La visita di questo paese del monte Amiata, in un normale giorno di autunno ci proietta in un'epoca lontana, quando il ciuco era il mezzo usato dal popolo e le giornate erano scandite dalle campane della chiesa. La terrazza panoramica si affaccia sugli oliveti di Olivastra Seggianese (tipica cultivar di questa area geografica) che riempiono gli occhi di tanta bellezza. A catturare la scena qui sono i luoghi sacri, infatti nella chiesa di San Martino, tra i vari dipinti notiamo: una "Santa Caterina" seicentesca forse del Vanni e la "Madonna del Rosario" di Francesco Nasini. Suggestivo è anche l'Oratorio della Madonna degli Schiavi, all'entrata del paese, dove è conservato un affresco raffigurante la Madonna col Bambino, da qualche critico ritenuto della scuola di Simone Martini. Ma che Montegiovi abbia saputo affascinare i suoi visitatori è noto, Questo paese dell'Amiata è addirittura citato nel sonetto XL di Cecco Angiolieri.



Un villaggio a picco sulle gole del fiume Albegna: Rocchette di Fazio

Ci siamo arrivati dalla strada più lunga e tortuosa, tant'è che a un chilometro di distanza ci siamo chiesti: "ma siamo sicuri che ci si arriva?". La fatica e le curve che si incontrano nel tragitto meritano tutto lo spettacolo che questo borgo trasmette. Arroccato su una rupe calcarea Rocchette di Fazio (nel comune di Semproniano) domina tutta la vallata del fiume Albegna ed è come incastona-

to nella natura più selvaggia, tra Maremma e Amiata. Oggi rappresenta un gioiello del monte Amiata di inestimabile bellezza. Una manciata di casine catturano la scena architettonica del paese rendendolo pittoresco. Un paese ricco di storia e di tradizioni e oggi a svelarle, almeno in minima parte, è la Rocca Aldobrandesca che apre un immenso "belvedere".



Il villaggio dell'acqua: Vivo d'Orcia

Si tratta del classico borgo di montagna che merita una visita, anche solo per gli spazi naturalistici, l'aria fresca, i colori autunnali del bosco e le splendide acque delle secolari sorgenti. Vivo d'Orcia è il paese che non ti immagini di trovare ma che scoprirlo trasmette un grande benessere. La sorgente Ermicciolo, che scaturisce sul versante nord del Monte Amiata nei pressi del villaggio è a poco più di mille metri su livello del mare, venne indicata per la prima volta come sola capace di risolvere il problema del rifornimento di idrico di Siena nel 1890, dagli ingegneri della Società Italiana di condotte d'acqua di Roma. Il Vivo è anche un borgo di storia. Antica sede dell'Eremo Camaldolese del Vivo, fu fondato presumibilmente attorno all'anno 1000. Il villaggio subì una profonda trasformazione nel 1538 quando venne ceduto dal Papa Paolo III al Cardinale Marcello Cervini, poi divenuto Papa.





“da Begname”



BAR TAVOLA CALDA ALIMENTARI PRODOTTI TIPICI

Per prenotazioni

Località Case di Begname - Arcidosso (GR)

(+39) 333 3130177 - Tel. (+39) 0564 964034

s_benedettelli@libero.it - Da Begname



Il Bibbio
OSTERIA - CAFFÈ

IL BIBBIO, Osteria, Caffè
Località Bibbiano, 6 - Buonconvento (SI)
Info e prenotazioni: osteriaailbibbio@gmail.com - Facebook: Osteria il Bibbio
Tel. (+39) 338 88 02 665



da Thaby
BIO AGRICOLTURA

Località Casalprato | 53026 Pienza (SI)
Tel. (+39) 0578 755216 | (+39) 339 2999246

KARTIKA

— CLUB —

C'è un'oasi di suoni e colori in Toscana e si chiama Kartika. Una discoteca futuristica in ogni particolare, con il valore aggiunto di essere gestita da ragazzi (in gamba). In particolare da Gaia e Alessio. Nuovissimo e curato in ogni particolare il Kartika è incastonato in un parco di castagni secolari, nel centro di Santa Fiora (il paese dell'Amiata appartenente ai Borghi più belli d'Italia).

There is a Tuscan oasis of sound and colour and it's called Kartika. A nightclub that is futuristic in its every detail, with the added value of being run by (smart) people. In particular by Gaia and Alessio, with the expert guidance of father Paolo, who has made a whole lifestyle out of venue management. Brand new and perfectly curated the Kartika is also set in a park of centuries-old chestnut trees, in the centre of Santa Fiora (the Amiata town that belongs to I Borghi più belli d'Italia [the most beautiful villages in Italy': a guide book tr.]).

Le Notti del Kartika

Kartika Nights

Kartika Club

Via San Rocco, 25
Santa Fiora (GR)
Tel. (+39) 339 5363470
Instagram, Facebook: Kartika Club



Da sinistra: Alessio Paolo e Gaia



Entrando, si accede a una dimensione sensoriale estasiante, che colpisce l'aspetto visivo - con lo sguardo che si posa ora sui palmizi, ora sulle canne di bambù, a conferire un aspetto velatamente esotico - e sull'aspetto sensitivo/sonoro: con le hit del momento proposte dai migliori dj in circolazione. Si respira un'area di club metropolitano. Tutto è nuovissimo, dall'impianto luci a quello audio («a pioggia») fino all'incredibile ledwall (maxischermo di ultimissima generazione di sei metri per tre). Ritmi calienti (e ballabili appena le norme lo consentiranno) per serate memorabili. Si può prenotare un tavolo con gli amici e trascorrere una serata, o una nottata, in compagnia. Appena si arriva al locale si viene accolti dagli steward, si riceve una fiche, e decidi cosa bere: dalle bottiglie più quotate, come la Grey Goose (fino a 6 litri!), Champagne e Franciacorta, ai vini, sempre eccellenti, bianchi e rossi, fino a drink come Spritz e Mojito: ordinando al cameriere in pochi minuti arriva la bottiglia.

"Entrando, si accede a una dimensione sensoriale estasiante"

Entering one plunges into amazing sensory dimensions, in the visual aspect - with the gaze lighting now on the palm trees, now on the bamboo canes, producing a subtle and exotic aspect - and on the sensory/sound aspect: with today's hits from the best DJs in circulation. It exudes a metropolitan club atmosphere. Everything is brand new, from the lighting rig to the sound system ('drip-fed') to the incredible LED wall (with the latest generation large screen measuring six meters by three). Hot rhythms (and danceable as soon as the rules allow it) for memorable evenings. You can reserve a table with friends and spend an evening or a night in their company. As soon as you arrive at the place you are greeted by stewards, you receive a 'fiche' and you decide what to drink: from the most popular bottles, such as Gray Goose (up to 6 litres!), Champagne and Franciacorta, to excellent still wines, white or red, or drinks like Spritz and Mojito: order with the waiter and the bottle arrives in a few minutes.

"Entering one plunges into amazing sensory dimensions"



Gaia e Alessio, come detto, sono i deus ex machina del Kartika: «Da sempre siamo appassionati di locali - racconta carica d'entusiasmo Gaia -, appena sono tornata da Londra dove ho vissuto diversi anni (cantando in un gruppo rock, ndr) mi sono innamorata di questo posto, e con mio padre Paolo, Alessio, e tanti altri ragazzi davvero in gamba, abbiamo realizzato questo sogno». E il sogno, oggi realtà, ha conquistato centinaia di ragazzi che il fine settimana si ritrovano tra i tavoli del Kartika per conoscersi, scherzare in compagnia e innamorarsi. «Siamo diventati un punto d'incontro per i giovani che abitano in una zona molto vasta, comprendente il monte Amiata, Chianciano, Montepulciano, ma anche Siena, Grosseto e il nord del Lazio: arrivano tantissime persone e una volta che hanno scoperto questo posto tornano sempre, perché si sta in completo relax, e per una notte si dimentica tutto il resto». A proposito di notte: si tratta di uno dei pochi locali dove puoi fare le 4 del mattino: «E i genitori - ga-

rantisce Gaia - sono tranquilli perché oltretutto mettiamo a disposizione una navetta che accompagna i ragazzi a casa nei paesi del circondario, talvolta fino a Chianciano e Montepulciano». Fondamentale, per l'eccellente riuscita di ogni serata, è lo staff, composto da una dozzina di persone. Oltre - ovviamente - alla musica: a scegliere i dj ci pensa lo stesso Alessio, esperto in materia: «Solo i migliori in circolazione - assicura -, devono avere un curriculum di anni nella scena, e diamo molta importanza ai nostri resident». Ma non solo musica commerciale: «talvolta sperimentiamo serate underground, house, anni '70 e '80, chiamando a suonare nomi di caratura nazionale e internazionale (abbiamo ospitato artisti come 'il Pagante', MTV events Nausica, Jas & Jay e tanti altri) e sempre con un'ottima risposta di pubblico, segno evidente che le persone, oggi più che mai, vogliono tornare a divertirsi». All'interno si può trovare anche un servizio food take away.



"I genitori sono tranquilli perché oltretutto mettiamo a disposizione una navetta che accompagna i ragazzi a casa nei paesi del circondario"

in alto: una foto del 2019



Alessio, Gaia e i ragazzi dello staff

Gaia and Alessio, as mentioned, form the deus ex machina of Kartika: "We have always been passionate about clubs - Gaia tells me full of enthusiasm - as soon as I returned from London where I lived for several years (singing in a rock group, ed.) I fell in love with this place, and with the help of my father Paolo, Alessio, and many other really smart guys, we made this dream come true". And the dream, now a reality, has conquered hundreds of youngsters who meet at the Kartika tables on weekends to get to know each other, joke in company and fall in love. "We have become a real meeting point for young people who live across a very large area, including Mount Amiata, Chianciano and Montepulciano, but also Siena, Grosseto and the north of Lazio: many people show up and once they have discovered the place they always come back, because you can relax completely, and forget about everything else for a night." Speaking of night: it is one of the few places where you can stay till four in the morning: "And parents

- Gaia assures me - don't worry because we actually provide a shuttle that takes the kids home to the surrounding villages, sometimes as far as Chianciano and Montepulciano." Fundamental to the great success of every evening at Kartika is the staff, made up of a dozen people. In addition - of course - to the music: Alessio himself, an expert on the subject, is the one to choose the DJs: "Only the best around - he assures me - they must have a track record of years on the scene, and we attach great importance to our resident DJs." But not just commercial music: "sometimes we host underground, house, 70s and 80s evenings, and feature names of national and international calibre (we have hosted artists such as il Pagante, MTV events, Nausica, Jas & Jay and many others) and always with an excellent response from the public, a clear sign that people, today more than ever, want to have fun." You can also eat at the club (sandwiches, schiaccie, donuts, hot dogs and wraps).



Un aspetto di cui Gaia, Paolo e Alessio vanno molto orgogliosi riguarda l'accoglienza ricevuta da parte del paese: «è stata davvero calorosa - sottolinea Paolo - considerando che è un locale strettamente legato a Santa Fiora (per decenni si è chiamato Serenella), siamo contenti di come ci hanno accolti le persone della zona, ma anche i genitori, le forze dell'ordine, e l'amministrazione che ci ha dato una grossa mano (il sindaco Federico Balocchi ci viene spesso a trovare), ma sono arrivati anche personaggi della politica e dello spettacolo come, di recente, il governatore della Toscana Eugenio Giani. Questo è un posto sicuro al 100% grazie anche a un'agenzia di sicurezza che vigila sulle serate».

Per quanto riguarda il futuro: «vogliamo far crescere la struttura e valorizzare la bellissima terrazza, creando un soft privé dedicato per un target più alto d'età». Il locale, situazione pandemica permettendo, sarà aperto in tutte le stagioni. E per l'autunno-inverno? «Abbiamo importanti novità».

Il Kartika, in virtù delle qualità sopra elencate, è stato inserito al 27esimo posto nella top 100 dei club italiani. Un luogo che si presta, nondimeno, a presentazioni stampa di eventi, compleanni, lauree, matrimoni, cerimonie..., insomma un locale davvero senza limiti. «È stato tutto possibile grazie a mio padre Paolo Scevoli - conclude Gaia - che supervisiona, consiglia, crea (dall'impianto audio alle luci) trasferendo esperienza e passione al servizio di tutti». Dario e Giada sono i compagni

rispettivamente di Gaia e Alessio, anche loro impegnati a dare manforte al progetto. Dj, vocalist e barman, si intercambiano di sera in sera. E chi arriva al Kartika sa che ogni notte è diversa dall'altra.

"Un luogo che si presta, nondimeno, a presentazioni stampa di eventi, compleanni, lauree, matrimoni, cerimonie..., insomma un locale davvero senza limiti."



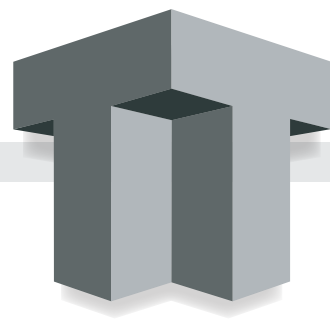
A side of things of which Gaia, Paolo and Alessio are very proud is the welcome they have received from the town: "it was really warm - Paolo emphasises - considering that it is a place so closely linked to Santa Fiora (for decades it was called Serenella), we are happy with how the people of the area have welcomed us, but also the parents, the police, and the administration that gave us a lot of help (mayor Federico Balocchi is a regular), but ministers have also been here, and recently the governor of Tuscany Eugenio Giani. This is a 100% safe place thanks also to the work of the security staff."

As for the future: "we want to develop the venue and improve the beautiful terrace, creating a dedicated soft private room for an older demographic". The restaurant, pandemic situation permitting, will be open in all seasons. And for the autumn-winter? "We have important news." Kartika, by virtue of the qualities listed above, was included at 27th place in the top 100 Italian clubs. A place that nevertheless lends itself to press presentations, events, birthdays, graduations, weddings, ceremonies... in short, a truly limitless venue. "It was all possible thanks to my father Paolo Scevoli - concludes Gaia - who supervises, advises, creates (from the audio system to the lights), transferring experience and passion to help everyone. Dario and Giada are the partners of Gaia and Alessio respectively and are also committed to supporting the project. Djs, vocalists and bartenders change round from evening to evening. And whoever comes to Kartika knows that every night is different from the next."



*Paolo Scevoli con Eugenio Giani, Presidente della Regione Toscana
Sotto: con il sindaco di Santa Fiora, Federico Balocchi*





METALLICA
TORTELLI

infissi e lavorazione ferro



Approfitta della detrazione fiscale
per il tuo risparmio energetico e la tua sicurezza acquistando:

INFISSI DI NUOVA GENERAZIONE
PORTONCINI BLINDATI
PERSIANE
TENDE DA SOLE
AVVOLGIBILI

Azienda
partner



Zona Artigianale Fontespilli, 9
58037 SANTA FIORA (GR)
Tel e Fax 0564.953283
www.metallicatorielli.com



Gli Agenti Reale Mutua fanno rete attorno a te e ti proteggono con
soluzioni assicurative personalizzate e modulabili sulla base delle tue esigenze.
Scopri le nostre soluzioni assicurative, contatta i nostri uffici per fissare un
appuntamento con un consulente per diventare socio della
Reale Mutua Assicurazioni

AGENZIA PRINCIPALE DI GROSSETO - AMIATA

Agenzia Principale:

Grosseto: Via F. Corridoni, 59/A - Tel. (+39) 0564 421 150 - grossetoamiata.545@agenzie.realemutua.it

Sede Secondaria:

Abbadia San Salvatore: Via G. Matteotti, 39-41 - Tel. (+39) 0577 776 537 - abbadia@grossetoamiata.it

Uffici di Zona:

Follonica: Via Boccaccio, 3 - Tel. (+39) 0566 028 012 - follonica@grossetoamiata.it

Roccastrada: Largo Garibaldi, 24 - Tel. (+39) 324 81 99 202 - muzzisara5@gmail.com

Arcidosso: Via Roma, 16 - Tel. (+39) 339 67 36 214 - scheggi.alessio@gmail.com



L'emporio dei sognatori

The Emporium for Dreamers

VIAN DANTE

Via Dante Alighieri 54b
San Quirico d'Orcia (SI)
Tel. (+39) 0577 897 790
info@viandante-francigena.com
www.viandante-francigena.com

Se siete alla ricerca di un negozio specializzato in trekking, camminate, corsa, bike (e molto altro), la risposta si chiama VIAN DANTE. Massimiliano e Francesca hanno aperto lo scorso luglio, dopo essersi trasferiti in Toscana da Milano. Diventando, in poco tempo, un punto di riferimento per tanti appassionati che passano dalla Val d'Orcia. Il posto ideale per chi corre, cammina, pedala, ama le escursioni o viaggiare senza una meta precisa.

If you are looking for a shop specializing in trekking, walking, running, biking (and much more), you'll find it at VIAN DANTE. Massimiliano and Francesca opened it last July, after moving to Tuscany from Milan. And it has become in just a short time a point of reference for the many sporting types who pass through the Val d'Orcia. It's absolutely the top spot for those who run, walk, pedal, love hiking or travel without a specific destination.

informazione pubblicitaria

Foto di Gabriele Forti

33



VIAnDANTE - spiega Massimiliano - è per gli esploratori, i sognatori e i curiosi che seguono una strada per nutrire il corpo, la mente e l'anima». Siamo nel centro di San Quirico d'Orcia, in piena Via Francigena: «Ci siamo ispirati all'itinerario di Sigerico, l'arcivescovo di Canterbury, che iniziò il cammino nel 990 d.C. e durante il viaggio annotava le tappe del percorso fino a creare la relazione più antica sulla Francigena».

VIAnDANTE, nondimeno, rispecchia una filosofia di vita. Riscontrabile nell'eccellenza e unicità dei prodotti: «Ci rivolgiamo a chi ha bisogno di qualità, in articoli come zaini, calzature, bastoni per camminare, oltre a una vasta attrezzatura per il trekking». A proposito di marche: il negozio propone Ferrino, (l'azienda italiana specializzata in outdoor), Asolo (scarpe da trekking realizzate artigianalmente), Scarpa (scarpe per il tempo libero senza rinunciare allo stile), Tecsoport (abbigliamento tecnico per trekking, running e cycling), oltre ad accessori per semplificare la vita di chi viaggia, come luci per la bici, coltellini, borracce, impermeabili per la pioggia e molto altro.

"È per gli esploratori, i sognatori e i curiosi"



VIAnDANTE - Massimiliano explains - is for explorers, dreamers and the curious who follow a path so as to nourish the body, mind and soul". We are in the centre of San Quirico d'Orcia, in the middle of the Via Francigena: "We were inspired by the itinerary of Sigeric, the Archbishop of Canterbury, who began the journey in 990 AD and during the journey noted the stages of the route thereby creating the oldest extant record of the Via Francigena".

VIAnDANTE, indeed, reflects a whole philosophy of life. It can be seen in the excellence and uniqueness of the products on offer: "We cater to those who need quality, in items such as backpacks, footwear, walking sticks, as well as carrying an extensive range of trekking equipment". Speaking of brands: the store stocks Ferrino, (the Italian company specializing in the outdoors), Asolo (handcrafted trekking shoes), Scarpa (leisure shoes without sacrificing style), Tecsoport (technical clothing for trekking, running and cycling), as well as accessories to simplify the life of travellers, such as bike lights, pocket knives, water bottles, raingear and much more.

"Is for explorers, dreamers and the curious"





"Capi d'abbigliamento, pensati da Massimiliano insieme all'amica stilista e fashion designer Ilaria Volonté"

Ma il fiore all'occhiello di VIAN DANTE sono certamente i capi d'abbigliamento, pensati da Massimiliano insieme all'amica stilista e fashion designer Ilaria Volonté. Insieme hanno dato vita a una linea «da indossare in vacanza e rivivere in città», comprendente scarpini (da uomo e donna), cappelli, giacche, maglieria e borse. «Ogni capo - spiega il titolare - si distingue per la ricerca molto accurata di materiali e tessuti, per i dettagli originali e i filati pregiati (come panno casentino, jacquard, merino, fustagno, lino, cachemire, cotone, paglia e cuoio)». E non mancano le proposte più originali: «per l'inverno abbiamo la "stupida", che non è una persona poco intelligente bensì un berretto militare rivisitato; poi il mitico tabarro, un mantello a ruota di antichissime origini che sta tornando di moda; e una nostra interpretazione della bisaccia del pellegrino, in questo caso da donna, che ha una vestibilità incredibile; oltre a giacche in fustagno e maglieria in cotone, viscosa e merino 100%, poi capispalla in tessuto tecnico, piumino o in morbida lana cotta dell'Alto Adige».

Ma non è tutto. Da VIAN DANTE è possibile trovare il necessario per gli animali che viaggiano, grazie ad accessori comprendenti capi sartoriali, come cappottini in panno casentino, pettorine, borracce, ciotole ripiegabili e trasportini.

Trovandoci nel luogo perfetto per chi ama camminare, ecco mappe e cartine centrate su Toscana, Lago Trasimeno, Monte Amiata e Val d'Orcia, e c'è anche il timbro nella credenziale per i pellegrini, essendo l'emporio associato al circuito della Via Francigena.



But the flagship of VIAN DANTE are certainly the clothing items, designed by Massimiliano together with his friend the stylist and fashion designer Ilaria Volonté. Together they have created a line "to wear on vacation and relive in the city", including shoes (for men and women), hats, jackets, knitwear and bags. "Every garment - the proprietor explains - is distinguished by very careful research into materials and fabrics, made with original detailing and fine yarns (such as Casentino cloth, jacquard, merino, moleskin, linen, cashmere, cotton, straw and leather)". And there is no shortage of more original offerings: "for winter we have the stupida" which is not an unintelligent person but a revisited military cap; then the mythical cloak, a wheeled cloak of ancient origins that is making a comeback; and our interpretation of the pilgrim saddlebag, in this case for women, which has an incredible fit; as well as jackets in moleskin and knitwear in 100% cotton, viscose and merino, then outerwear in a technical fabric, down or soft boiled wool from South Tyrol".

But that is not all. At VIAN DANTE it is possible to find all you need for travelling with animals, thanks to accessories that include tailored garments, such as Casentino cloth coats, harnesses, water bottles, foldable bowls and pet carriers. Finding ourselves in the perfect place for those who love to walk, here are maps centered on Tuscany, Lake Trasimeno, Monte Amiata and the Val d'Orcia, and one can also get your pilgrim stamp here as the store is associated with the Via Francigena route.

"The clothing items, designed by Massimiliano together with his friend the stylist and fashion designer Ilaria Volonté"





CONTORNI UVIO & C SNC

SEDIE SEDIE PER BAMBINI POLTRONE LETTI



Via Esassetta, 46 - ABBADIA SAN SALVATORE (SI)
Tel. (+39) 0577 778 192 - contorni@alice.it

CENTRO PELLET



SOLE ENERGIA è una nuova realtà che nasce dalla costante attenzione all'evoluzione del mercato e al crescente bisogno di prodotti per il riscaldamento domestico.

È un'azienda specializzata nella distribuzione di: pellet, legna da ardere, gas in bombole, gas tecnici, stufe e combustibili liquidi.

Grazie all'efficiente logistica Sole Energia riesce a organizzare una distribuzione capillare con consegna tempestiva degli ordini, così da consentire un eccellente servizio al cliente. I rilevanti investimenti hanno permesso la crescita e l'espansione dell'azienda arrivando a ricoprire un'importante area del centro Italia.

PELLET
LEGNA DA ARDERE
GAS IN BOMBOLE GPL (PROPANO)
GAS TECNICI
VASTA ESPOSIZIONE DI STUFE

SOLE ENERGIA
Via Esassetta, 70
Abbadia San Salvatore (Siena)
Tel. 0577 1915847 | Cell. 324 5994271
E-mail: commerciale.sole.energia@gmail.com

PELLET LEGNA DA ARDERE GAS IN BOMBOLE GPL GAS TECNICI STUFE



SERRAMENTI E INFISSI- ARREDO E INTERNI

Bivio dell'Asso - Montalcino (SI)
Tel. (+39) 0577 834079 - artcinque@gmail.com - www.infissiart5.it



**C.R. GENERAL
WORKS**

MOVIMENTO TERRA TRADE EDILIZIA

General Works
Via F.lli Rosselli, 5, Santa Fiora (GR)
Tel. (+39) 328 72 50 274



Into the wild

Dall'estate del 1998 esiste un luogo immerso nel bosco, tra monte Amiata e Val d'Orcia. Si chiama Trefossata. È il sogno (realizzato) di Andrea Pinzuti, che da quattro pietre è riuscito a tirare su una struttura ricettiva sui generis: per chi ama riposare senza pensieri completamente immerso nella natura. A impreziosire il luogo l'incredibile Bubbleroom, ovvero una stanza a forma di igloo trasparente che punta verso lo spazio.

Since the summer of 1998 there has been a very special place deep in the woods between Mount Amiata and the Val d'Orcia. It's called Trefossata and is the dream come true of Andrea Pinzuti, who from four stones has managed to build a unique accommodation facility: for folk who want to relax in blessed peace completely immersed in nature. Embellishing this marvellous place is the incredible Bubbleroom, a transparent igloo of a room that points up towards space.

Agriturismo Trefossata
Abbadia San Salvatore (SI)
Tel. (+39) 0577 776 204
Cell. (+39) 347 21 03 923
info@trefossata.it
Web: www.trefossata.com
Instagram e Facebook

Brano consigliato:
Eddie Vedder - Society
Recommended track:
Eddie Vedder - Society



Andrea è davvero fiero di questo posto, racconta aneddoti, vicissitudini di un piccolo villaggio la cui storia si perde nella notte dei tempi. Ma partiamo dall'ultima arrivata, la Bubbleroom: si accede tramite una camera di decompressione simile a quella dei campi da tennis, ci si tolgono le scarpe, si attende qualche secondo, e si entra nella «bolla». La vista è incredibile, si ha quasi l'impressione di essere sospesi in aria: «È davvero una bella sensazione - assicura Andrea - e il fascino di una notte passata sotto le stelle, senza il fastidio di freddo, umidità o zanzare, è davvero impagabile; è adatta a chi cerca un'esperienza into the wild ma senza rinunciare alle comodità». Intorno è tutto recintato, per allontanare eventuali animali, e si gode di una visuale indescrivibile verso un mondo intatto, senza abitazioni né luci, in una struttura ancorata a terra. All'interno ci sono un letto matrimoniale e un telescopio per vedere le stelle. In pieno stile glamping.

Andrea is really proud of this venue, he tells us anecdotes of the vicissitudes of a small village whose history is lost in the mists of time. But let's start with the latest arrival, the Bubbleroom: you enter through a "decompression chamber" or anteroom similar to that found at tennis courts, you take off your shoes, wait a few seconds and then enter the "bubble". There's an incredible view, one almost has the impression of being suspended in the air: "it's a really good feeling - Andrea assures me - all the charm of a night spent under the stars without the bother of cold, humidity or mosquitoes this is really priceless; it's great for those looking for an experience in the wild but without sacrificing their comfort". It's fenced all around, to keep any animals away and you can enjoy an indescribable view over an unspoilt landscape without houses or lights, in a structure that's well-anchored to the ground. Inside there's a double bed and a telescope to observe the stars with. All in full glamping style.



L'idea è quella di immergersi nella natura circostante, avendo a portata di sguardo il verde e il cielo, ma ben protetti da pareti trasparenti. Nelle vicinanze si trova la una zona relax, comprendente vasca idromassaggio, tinozza di legno riscaldata da una stufa e lettini dove rilassarsi tra i rumori della natura.

Per chi invece cerca una vacanza «stile Toscana» Trefossata propone quattro stanze matrimoniali, con mobili antichi restaurati, un caminetto, e anche un locale a piano terra adatto ai portatori di handicap.

Quanto alle attività parallele, comprendono degustazioni di prodotti locali (come il gustoso olio dell'azienda), vini, ma anche escursioni. Oltre, norme vigenti permettendo, alla possibilità di effettuare grigliate all'aperto e pizza nel forno a legna. Tutte le soluzioni comprendono la prima colazione, con dolci e confetture fatte in casa direttamente da Andrea e servite la mattina in giardino: torta di carote, crostate con frutti raccolti sul posto, come more, fichi, uva, corbezzoli, fino a proposte originali come la rosa canina e i corbezzoli.

Tanti scelgono Trefossata come punto di relax, per poi muoversi verso le numerose attrazioni della zona, come il Monte Amiata, Bagni San Filippo, la Val d'Orcia o la Maremma.

Vista la mancanza di inquinamento di luci e la conseguenza vicinanza visiva alla volta celeste, spesso arrivano appassionati muniti di telescopio. La filosofia proposta da Andrea è quella di staccarsi - per qualche giorno - dalla vita frenetica lavorativa, specialmente cittadina, per rifugiarsi nella natura.

"L'idea è quella di immergersi nella natura circostante, avendo a portata di sguardo il verde e il cielo"



"Nearby there is a relaxation area, including a Jacuzzi, a wooden tub heated by a stove"

The idea is to immerse yourself in the surrounding nature, having the greenery and the sky within sight, but well protected by transparent walls. Nearby there is a relaxation area, including a Jacuzzi, a wooden tub heated by a stove and sun loungers where you can relax amidst the sounds of nature.

For those looking more for a "Tuscan style" holiday, Trefossata offers four double rooms, with restored antique furniture and

fireplaces, and also a disabled-friendly ground floor room.

As for the activities available, they include tastings of local products (such as the farm's delicious oil) and wines but there are also excursions. In addition, current regulations permitting, the possibility of grilling outdoors and pizza in the wood oven. All packages include breakfast, with homemade cakes and jams directly from Andrea and served in the morning in the garden: carrot cake, tarts with locally harvested fruits, such as blackberries, figs, grapes, or original kinds of offerings such as dog rose and arbutus fruit or corbezzoli.

Many choose Trefossata as a place to relax and then visit the many attractions in the area, such as Monte Amiata, Bagni San Filippo, the Val d'Orcia or the Maremma.

Given the lack of light pollution and the consequent visual proximity to the celestial vault, enthusiasts often arrive with a telescope. Andrea's philosophy is to offer a real break - for a few days - from hectic working lives, especially in the city and to take refuge in nature.



La genesi è stata lunga: «bisognava portare la corrente, gli allacci, e tirare su un podere ridotto a rudere - racconta Andrea - prima abitavo a Roma, sono venuto qui per realizzare questo sogno, partendo dalla ricostruzione fedele dell'edificio, che risale all'anno Mille, su una strada usata fino alla prima metà del '900, che collega l'Amiata a Radicofani. Dove ora sorge l'edificio, esisteva un villaggio che sfruttava la forza motrice della corrente, data dal vicino torrente Pagliola (emissario del fiume Paglia), per muovere i mulini e forgiare il ferro». Il proprietario, a ragione, è entusiasta del lavoro svolto fin qui, e propone continuamente idee per rendere questo luogo sempre più incantevole. Tanto che il prossimo anno è previsto un agri-campeggio con soste per i camper ed evocativi bungalow di legno immersi nel bosco, così, chi arriva, può scegliere tra la «classica» casa toscana, la fantascientifica «bolla», e una vacanza in stile campeggio.



The genesis of all this was quite lengthy: "we had to bring in power and utilities and restore a farm reduced to ruins - Andrea tells me - I lived in Rome before this and I came here to realize this dream, starting from the faithful reconstruction of the building, which dates back to the year 1000, on a road used until the first half of the 1900s, which connects the Amiata to Radicofani. Where the building now stands, there was a village that used the driving force of the water of the nearby Pagliola stream (a tributary of the River Paglia), to move the mills and forge iron". Our proprietor with good reason is enthusiastic about the work done so far and constantly comes up ideas to make this place more and more enchanting. So much so that next year there will be an agri-camping with stops for campers and evocative wooden bungalows immersed in the woods, so whoever arrives can choose between the classic Tuscan house, the sci-fi bubble and a camping holiday in style.

"Prima abitavo a Roma, sono venuto qui per realizzare questo sogno"



"I lived in Rome before this and I came here to realize this dream"



Creating Connections

Lezioni online durante tutta l'estate
Corsi in inglese professionale per adulti
Attività ludiche e arte (in inglese e spagnolo) durante tutta l'estate

Venite a trovarci!



Per Informazioni su corsi, costi e prossimi progetti:
Creating Connections, località Il Pino, Montalcino (SI)
Reception: +39 339 8038517 / info@creatingconnections.it
www.creatingconnections.it



DITTA

Pepi Luca

ARBORICOLTORE TREECLIMBING

*Gestiamo ogni fase del tuo
albero, dalla messa a dimora,
potatura, consolidamento
trattamenti fitosanitari
e abbattimento*

Via IV Novembre, 415 - 53014 Monteroni d'Arbia (SI)
Cel: 328 1956122 - pepilucatre@libero.it



G. BOSCAGLIA



4 SEDI IN TOSCANA

Santa Fiora
Radicondoli
Donoratico
Colle Val d'Elsa



CONTATTI

Tiziano Scarpelli 3666148668
info@gboscagliasrl.it | www.gboscagliasrl.it

I NOSTRI SERVIZI

- Progettazione, realizzazione e manutenzione giardini
- Progettazione, realizzazione e gestione di impianti produttivi: oliveti, vigneti e frutteti
- Raccolta olive, vendemmia
- Ingegneria naturalistica



AISPA
The Anglo-Italian Society for the Protection of Animals

AISPA, Anglo-Italian Society for the Protection of Animals

For over 60 years AISPA has been the voice of those who do not have a voice. Thanks to your support we can help animal welfare projects in Italy to rescue, lovingly look after and find a new home for thousands of animals. Please help our projects to do more and to do it better. Please check out our website and donate online: www.aispa.org.uk. Email us at info@aispa.org.uk or fill out the form below and return it to us by post.

6th Floor, 2 London Wall Place, London EC2Y 8AU
www.aispa.org.uk • info@aispa.org.uk • UK registered charity no. 208531

YES, I WANT TO SUPPORT AISPA

I enclose a donation of £.....
(Cheque/PO/CAF made payable to: AISPA) Please Gift Aid my donation. AISPA will send you Gift Aid information

Name: _____
Address: _____
Post code: _____
Email: _____

ELETTRO AMIATA

assistenza tecnica autorizzata

folletto VORWERK bimby



ELETTRO AMIATA DI NOCCI MILKO

IMPIANTI ELETTRICI, ANTIFURTO, RIPARAZIONI ELETTRODOMESTICI

Assistenza: De Longhi - Braun - Ariete - Kenwood
Via Gorizia - 53021 Abbadia San Salvatore (SI)
Tel. +39 0577 779313



Caro lettore, sono il tipo che traduce Valley Life in inglese ogni mese. Se sbaglio e la metto in confusione a volte è perché è difficile essere un grande esperto su tutto, dagli autoricambi ai parrucchieri attraverso i mille e uno dei piatti della cucina italiana. La cosa peggiore – a parte le parole in dialetto – è quando una parola inglese è stata rapita e usata per indicare qualcos'altro, "gadget" per esempio. Un "gadget" italiano non è la stessa cosa di un "gadget" inglese, mi creda.

Nel frattempo, quando non sto traducendo la nostra bella rivista, mi occupo del centro di sibiris (sibiris.eu) e degli ospiti da tutto il mondo che amano il nostro cuore rurale attraverso airbnb UK. Se si trova nelle vicinanze di La Montagna (Sansepolcro) mi venga a trovare – vivo nella torre medioevale con un grosso cane bianco, Siby, e il gatto più soffice e peloso del mondo, Dino. Scrivo anche racconti ultra-brevi, una raccolta che è stata pubblicata in Inghilterra quest'anno. Per l'occasione ho chiesto al nostro redattore di permettermi di condividere due di loro – entrambi ambientati nel mio piccolo paesino – con lei. Il mio vecchio amico Dr. Giovanni Kezich li ha magnificamente tradotti per i nostri lettori italiani.

Ray Keenoy



Dear Reader I am the chap who translates Valley Life into English every month. If I fall down and puzzle you sometimes it's because it's hard to be a great expert on everything from car parts to hairdressing via the thousand and one dishes of Italian cookery. The worst thing - apart from dialect words - is when an English word has been kidnapped and used to mean something else, "gadget" for example. An Italian "gadget" is not the same thing as an English "gadget", believe you me.

Meanwhile, when not valleylife-ing I look after the sibiris centre (sibiris.eu) and host guests from around the world who love our rural heartland through airbnb UK. If you're in the vicinity of La Montagna (Sansepolcro) come and say hello – I live in the 12th Century tower with a big white dog, Siby, and the worlds fluffiest cat, Dino. I also write ultra-short stories, a collection of which was published in England in 2020. On the occasion I have asked our editor to allow me to share two of them – both set in my little village – with you. My old friend Dr. Giovanni Kezich has beautifully translated them for our Italian readers.

Ray Keenoy

La cavalla

The Mare

D'inverno ci sono giorni vuoti, quando il paese sembra senz'anima, anche se magari nel fondo di qualche vecchia cucina c'è sempre qualcuno che se ne sta all'erta, da solo. In uno di quei giorni, posso andarmene a zozzo sui sentieri del bosco, con una faccia tutta mia, assorto nei pensieri più oscuri, magari in pantofole, e magari anche nudo, senza costrizioni, come nei sogni. E' in un giorno così che incontrai la cavalla bianca, quasi una creatura stregata del folklore celtico. Mi apparve d'un tratto, la cavalla, con il suo piccolo, il puledro. Aveva saltato il recinto nel campo vicino al villaggio silenzioso e ora se ne andava a spasso, forse per mostrare al figlio il gran mondo, chissà? La seguii affascinato, ma esitando. Avevo timore degli zoccoli e del loro calcio improvviso. Passo passo, la cavalla mi condusse al giardino di qualche riccastro, che però era via, e alla sua piscina fuori uso, piena di foglie, una folle macchia azzurra sul verde e il grigio del passo Trabocca.

La cavalla girava qua e là curiosa, avvicinando le froge alle siepi o ai rosai appassiti, e il puledro le trotterellava dietro, mai troppo lontano dal suo pancione. Si voltò verso di me più di una volta, forse per capire cosa avessi da guardare o per invitarmi al gioco.

Al ritorno trovai un anziano del paese, e gli dissi di questa famigliola equina, libera, senza controllo e senza recinto. Subito, lui mandò su qualcuno esperto di quelle bestie grosse, di quelli che ancora portan giù la legna dalle radure più alte.

Ma non dimentico il momento di unità con l'altra creatura, la nostra breve condivisione del mondo: due esemplari solitari in unico grande regno di libertà, nel vuoto dell'inverno, lassù verso levante, sulla montagna.

In winter there are 'empty days' when the village feels soul-less – although there may be someone keeping deep inside their kitchen, quiet. But I could walk out along the gravel paths with a private face on, openly thinking my own obscure thoughts – could even walk out in slippers or completely nude, unconstrained, as if in dreams. On such a day I met the White Mare – like a haunted creature from Celtic folklore, I encountered the white mare and her child, her foal. She had slipped her fence in some field of the quiet village and was strolling, jolly, showing her son the great world.

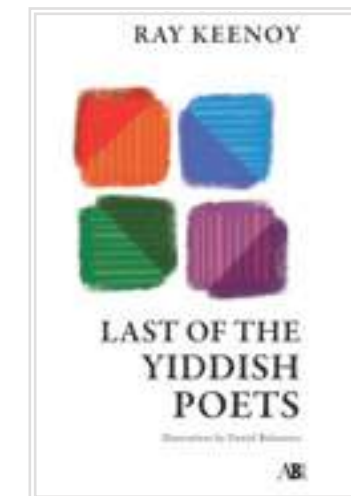
I followed her, fascinated but tentatively - I was wary of those hard hooves and the paralysing kick a horse can give. She led me up to the garden at the rich man's house - even that fellow was away, his pool with its mad blue blot on the plain green and grey that make the Tuscan uplands over Trabocca Pass, that pool dysfunctional now, filled with leaves.

She wandered about all spirited, sniffing horsily some bush or withered rose while the foal trotted endearing

at her broad flank. She turned and looked at me several times, either to question my surveillance or to invite me into her game.

Walking back I found an older villager and told him of this family of equines, loose, unsupervised and uncorralled, so he had sent out the people experienced with these larger animals, still used to haul wood down from the upper clearings in that place.

Unforgettable this moment of companionship with the other being our brief co-proprietorship of the village, of being just two species alone in what felt a great dominion and liberty in that Winter Emptiness, there, high up on the eastern slopes.



Olivo

Ulivo

Olivo è quasi il nome dell'albero d'ulivo, e infatti si pronuncia più o meno "ulivo" nella parlata locale. Olivo era un anziano con cui non ho mai scambiato una parola ma lo stesso, in qualche modo, lui rappresentava per me il significato del diventar vecchi o forse ancora di più, il senso della vita stessa.

Forse lo chiamavano "Ulivo" proprio perché era così brunito e ritorto dagli anni: forte di fibra, ma tutto piegato come l'albero che dai tempi degli achei, i greci della leggenda, in tutto il mondo mediterraneo unisce la terra al cielo. Provvido di olii nutrienti anche se, dice il botanico, tende a impoverire i terreni drenati dalle sue radici potenti: ma le sue foglie aride e i suoi frutti amari sui suoli secchi del meridione prosperano, anche in barba alle capre. Alberi forti e nodosi, come quel vecchio.

Lo vedevo sedere tutto il giorno fuori dalla sua casetta su una sedia impagliata, tranne per quell'ora in cui la moglie - una moglie timida che non vidi mai e che mai si spingeva nemmeno nel minu-



In winter there are 'empty days' when the village feels soul-less - although there may be someone keeping deep inside their kitchen, quiet. But I could walk out along the gravel paths with a private face on, openly thinking my own obscure thoughts - could even walk out in slippers or completely nude, unconstrained, as if in dreams. On such a day I met the White Mare - like a haunted creature from Celtic folklore, I encountered the white mare and her child, her foal. She had slipped her fence in some field of the quiet village and was strolling, jolly, showing her son the great world.

I followed her, fascinated but tentatively - I was wary of those hard hooves and the paralyzing kick a horse can give. She led me up to the garden at the rich man's house - even that fellow was away, his pool with its mad blue blot on the plain green and grey that make

the Tuscan uplands over Trabocca Pass, that pool dysfunctional now, filled with leaves.



to territorio del villaggio - lo chiamava per il pranzo o per andare a coricarsi.

Per tutto il tempo che lo conobbi, Olivo se ne stette sulla sua sedia appoggiata al muro di pietra riscaldato dal sole. Stava fissando - questo lo capii quando mi ritrovai a fare la stessa cosa - il cuore stesso della natura, quel luogo tranquillo a metà strada tra qui e l'infinito, pulsante di vita vera, che chiama a sé noi stessi e i nostri ricordi, e si riappropria dei nostri sogni. E sempre ci riporta ad ascoltare quel ronzio infinito, di una gran ruota che gira...

Alcuni giorni dopo la festa di ferragosto, quando tutti gli italiani tornano ai loro villaggi d'origine per sancire l'addio all'estate in declino, ecco il paese risuonare del grido improvviso di una donna: "Olivo... è cascato!". L'ambulanza mandata al paese dalla Misericordia, la confraternita medievale per l'assistenza ai malati ancora attiva in quest'area di tradizioni, se lo portò via, via dal suo muretto scaldato dal sole, via dalla sua seggiola impagliata, dalla sua moglie tanto timida e dal suo guardar lontano, dritto a quel che c'è, là a metà strada, nella natura e nella memoria: e si portò via Olivo, che non tornò più.

She wandered about all spirited, sniffing horsily some bush or withered rose while the foal trotted endearing at her broad flank. She turned and looked at me several times, either to question my surveillance or to invite me into her game.

Walking back I found an older villager and told him of this family of equines, loose, unsupervised and uncorralled, so he had sent out the people experienced with these larger animals, still used to haul wood down from the upper clearings in that place.

Unforgettable this moment of companionship with the other being our briefco-proprietorship of the village, of being just two species alone in what felt a great dominion and liberty in that Winter Emptiness, there, high up on the eastern slopes.



Gelateria n 20
da
Nadia



Via della Pace, Abbadia San Salvatore (SI)

ORARIO: Tutti i giorni 15,30 - 19,45

Sabato e festivi 10,30-13 e 15,30-19,45

Luglio e agosto aperto anche dopo cena

Tel. 340 2715239 | e-mail: capezza.m@gmail.com

f gelateria da nadia n 20 @ gelateria_da_nadia_nr20



Calzoleria Biro

CALZOLAIO
ARROTINO

SCARPE FATTE A MANO
RIPARAZIONE CALZATURE E
ARTICOLI IN CUIO E PELLE
(BORSE, CERNIERE...)

di Tondi Stefano

Abbadia San Salvatore (SI)

Via Matteotti 31, Tel. (+39) 334 36 94 036

BAR
da Bea

BAR
EDICOLA
TABACCHI
CARTOLERIA
DEHOR
SALETTA INTERNA

Bar da Bea - Via Provinciale, Loc. Bagnore, Santa Fiora (GR)
(+39) 340 10 65 217

BEAUTY
HERO

BODY LASER

Body Laser è la soluzione
per l'epilazione progressiva
duratura adattabile a tutti i
fototipi di pelle e a varie
tipologie di pelo



flend
COMPANY

Centro estetico "Fashion Beauty Sun"
Via Dante Alighieri, 55 - Buonconvento (SI)
Per info e prenotazioni: 340.7893016

LUCA
LOMBARDI
GIARDINIERE

GIARDINIERE
POTATURE
ABBATTIMENTI
LEGNA DA ARDERE

Luca Lombardi - via Tre Case, 56
Saragiolo/Piancastagnaio (SI)
Tel. +39 328 94 59 603

Il Paradiso dell'agricoltore

The Farmer's Paradise

Pieraccini Lodi, di Roberta e Lorella

Loc. Leccio, 23
Castel Del Piano (GR)
Tel. (+39) 0564 956 761
roby.pieraccini@tiscali.it

Rivenditore Ufficiale

Agraria
Pieraccini
CASTEL DEL PIANO (GR) - Tel.0564/956761



MIGNINI
mangimi di

Ecco un posto per chi ama la terra, la coltiva e la custodisce. Siamo da Pieraccini, a due passi da Seggiano, Castel del Piano e la Val d'Orcia. All'interno si possono trovare piante d'ogni tipo (da appartamento, da frutto e da siepe), fiori tra i più colorati, oltre a ortaggi, semi, terriccio, pellet, mangime per gli animali, e un reparto ferramenta con gli arnesi per tutti i lavori di campagna.

Here is a place for those who love, cultivate and look after the land. We are in at Pieraccini's, a stone's throw from Seggiano, Castel del Piano and the Val d'Orcia. Here you can find plants of all kinds (indoors, fruiting and hedging), the most colourful flowers as well as vegetables, seeds, soil, pellets, animal feed, and a hardware department with tools for all your country work.



Il posto, a gestione familiare, esiste dal 1995 grazie a un'intuizione di Lodi Pieraccini. Chi arriva può contare sull'esperienza, più che ventennale, delle figlie di Lodi, Roberta e Lorella, e di Riccardo. Si accede e si viene catturati da odori di piante profumatissime, dai colori, e anche dagli arnesi più disparati e curiosi per la cura della terra e del verde. C'è proprio di tutto. Ma iniziamo dalle piante: «abbiamo un'ampia scelta - raccontano - per terrazzi e balconi, soprattutto nel periodo che va da aprile a fine giugno, e fino a settembre inoltrato proponiamo piantine per orto (da interrare in autunno) oltre a una vasta scelta di piante grasse, grandi e piccole, e aromatiche, come menta, erba cipollina, origano, maggiorana, o meno comuni e da usare in cucina, come il coriandolo, il dragoncello e la ruta. Non mancano, ovviamente, arbusti da frutto, come ciliegi, meli, albicocchi, susini, ulivi, ma anche ornamentali, come le rose o il gelsomino».

Nel tempo il posto ha aumentato notevolmente l'offerta: «ci sono bellissimi vasi in terracotta o plastica, colorati, trasparenti, da interno e da esterno». Per gli animali: «proponiamo granaglie e farine della "Mignini": un'azienda italiana specializzata». Tra le novità c'è anche la rivendita del pellet: «Proporriamo solo il top, e abbiamo un furgone con pedana per le consegne a domicilio (gratuite nelle zone limitrofe)».

"Chi arriva può contare sull'esperienza, più che ventennale, delle figlie di Lodi, Roberta e Lorella, e di Riccardo"



"Nel tempo il posto ha aumentato notevolmente l'offerta"



This family-run place has been in existence since 1995, started from an idea of Lodi Pieraccini. So anyone who comes can count on the over twenty years of experience on the part of Lodi's children Roberta and Lorella, and of Riccardo. As soon as you enter you are captivated by the perfume of fragrant plants, by the colours, and also by the most disparate and curious tools for the care of greenery and soil. There is just about everything here. But let's start with the plants: "we offer a really wide choice - they tell me - for terraces and balconies, especially in the period from April to the end of June and until late September we offer garden plants (for planting out in autumn) as well as a wide choice of succulent plants, large and small, and aromatic herbs such as mint, chives, oregano, marjoram, or less common kitchen herbs such as coriander, tarragon and rue. There are obviously fruit trees such as cherry, apple, apricot and plum trees as well as olive trees, but also ornamental shrubs like roses and jasmine". Over time the place has considerably extended its ranges: "there are beautiful terracotta or plastic vases, coloured or transparent for indoors and outdoors". For animals: "we offer grains and meals from Mignini: a specialized Italian company". Among the novelties there is also the resale of pellets: "We offer only the best quality, and we have a platform van for home deliveries (free in neighbouring areas)".

"So anyone who comes can count on the over twenty years of experience on the part of Lodi's children Roberta and Lorella, and of Riccardo"

Sempre per i trasporti, Pieraccini dispone della consegna a domicilio di materiali inerti, come sabbia o breccia. Oltre a un escavatore per recinzioni, movimento terra, sbancamenti, sistemazione di terreni (per la piantumazioni degli alberi), manutenzione e ripristino strade.

All'interno si apre un capannone molto grande, con la rivendita di tutto ciò che occorre per la cura del giardino e dell'orto - seghetti, forbici, pale, annaffiatori, bottiglie, mangiatoie, abbeveratoi per animali, concimi liquidi o in granelli (specifici per ogni tipo di pianta), terriccio per orchidee, materiale per impianti a goccia (come tubi e raccordi). Ma anche reti di ogni tipo, per le recinzioni, per coprire la legna, antigrandine, da ombra, e per le rampicanti. Non manca il servizio di affilatura forbici e coltelli: «si affidano a noi i migliori macelli e ristoranti della zona, poiché si tratta di un lavoro delicato».



"All'interno si apre un capannone molto grande, con la rivendita di tutto ciò che occorre per la cura del giardino e dell'orto"

Also among the transportable goods Pieraccini does home delivery of inert materials like sand or breccia. As well as hire of a digger for fencing, earthmoving, excavation, land arrangement (for tree planting), road maintenance and restoration. At Pieraccini's there is a very large shed offering everything needed for the care of the garden and the vegetable garden - pruning saws, secateurs, shovels, watering cans, bottles, feeders, drinking troughs for animals, liquid and granular fertilizers (tailored for each type of plant), soil for orchids, equipment for drip irrigation (such as pipes and fittings). But also nets of all kinds, for fences, to cover wood, anti-hail, for shade, and for climbing plants. There is also a sharpening service for scissors and knives: "the best slaughterhouses and restaurants in the area come to us, since it is actually quite a delicate job"



"At Pieraccini's there is a very large shed offering everything needed for the care of the garden and the vegetable garden"



Katia Maccari per Pasta Panarese
Ristorante “La Taverna del Patriarca” di Chiusi
“Fusilloni con pancetta di cinta senese, cipolla rossa e pecorino”



Autentica pasta di semola di grano duro della Val d'Orcia
Via del Colombaio, Loc. Gallina, 53023 Castiglione d'Orcia (SI)
Tel. +39 0577 880233 - info@pastapanarese.it - www.pastapanarese.it



WINE TOURS & TASTINGS

Aperti tutto l'anno dal Lunedì al Sabato
solo su appuntamento
*Open year-round from Monday to Saturday
by appointment only*

Venite a visitare la nostra fattoria biologica
Come visit our organic winery

Via Giuncheti - 53024 - Montalcino - Italia
+39 0577 80891 - info@coldorcia.it

Il taglio perfetto

The perfect cut

Cercate parrucchieri esperti per tutti i tipi di taglio, acconciatura, colore, piega, meches, e perfino clinica del capello? La risposta è Woman parrucchieri: un salone modernissimo e artistico, nel cuore dell'Amiata, gestito dall'esperienza, dall'empatia e dalla grande preparazione di Valentina Santi.

Want to try a hairdresser expert in all kinds of cutting, styling, colour, waving, streaks, and even problem hair? The answer is Woman hairdressers: a very modern and artistic salon, in the heart of Amiata, managed with experience, empathy and great knowledge by Valentina Santi.

WOMAN PARRUCCHIERI di Valentina Santi,

Via Ferdinando Di Giulio, 43
Loc. Marroneto - Santa Fiora (GR)
Tel. (+39) 0564 978 253
Instagram, Facebook, YouTube



IManca poco al 2022, quali sono i tagli proposti per essere al passo coi tempi? «Amo l'eleganza più che l'appariscenza a tutti i costi - dice Valentina - quindi a colori forti e accesi preferisco i toni naturali». Al salone arrivano giovani ragazze (e ragazzi, essendo unisex) e persone adulte: «Prima della seduta - precisa Valentina - parliamo un po' e dal colloquio capiamo il taglio o il colore desiderato. Poi si procede: l'importante è che il risultato finale rifletta la personalità del cliente, che esce emozionato e soddisfatto».

Soon it'll be 2022, what are the cuts on offer to keep up with the times? "I take elegance over flamboyance at all costs - Valentina tells me - so I prefer natural tones in strong and bright colours." We get girls (and boys, as this is a unisex salon) and adults at the salon: "Before the session - Valentina explains - we talk a little and from the interview we understand the desired cut or colour. Then we proceed: the important thing is that the final result reflects the personality of the customer, who comes out excited and satisfied".

La linea di riferimento di Woman Parrucchiere è la Davines: «È davvero eccellente - osserva l'hairstylist - viene prodotto in Italia e vanta un'attenzione certosina al contenuto, proponendo ingredienti naturali e al tempo stesso ottimi per tutti i tipi di capello, inoltre sono attenti all'ambiente, grazie a confezioni completamente biodegradabili».

Un servizio fondamentale proposto dal salone riguarda l'analisi del capello: «durante la consulenza - riprende Valentina - chiediamo sempre se ci sono problemi riguardanti caduta, cute sensibile, sebo, prurito, irritazione, cute secca o perdita di densità; grazie a un macchinario molto tecnologico riusciamo a individuare l'anomalia, e la diagnosi è velocissima». In massimo dieci minuti arriva il responso: «in base al quale consigliamo il tipo di cura, e i capelli, in breve, tornano a risplendere, donando una sensazione di energia, vigore e benessere al cuoio capelluto».

Il salone è moderno e contemporaneo: «lo abbiamo progettato creando un ambiente confortevole, accogliente e pulito». Entrando, infatti, si percepisce una scelta importante del dettaglio, l'occhio ovunque viene attratto da bellezza e arte, in virtù di numerosi quadri appesi alle pareti.

A dare manforte a Valentina ci pensano l'esperta mamma Luana (a lei il merito di avere trasferito la passione alla figlia), Gloria, che lavora da tempo nel salone e ha carpito molti segreti del mestiere, e Alice, l'ultima arrivata in ordine di tempo. Insieme creano una squadra professionale e affiatata che garantisce il massimo della cura al cliente.

"Il salone è moderno e contemporaneo: lo abbiamo progettato creando un ambiente confortevole, accogliente e pulito"



The reference product line at Woman hairdressers is Davines: "It is a really excellent range - observes the hairstylist - produced in Italy and it boasts meticulous attention to the content, offering natural and at the same time effective ingredients for all types of hair, moreover it is environmentally friendly, thanks to completely biodegradable packaging".

A fundamental service offered by the salon is hair analysis: "during the consultation - Valentina continues - we always ask if there are problems with hair loss, sensitive skin, sebum, itching, irritation, dry skin or loss of density; thanks to hi-tech equipment we are able to identify the anomaly, and the diagnosis is very fast". In a maximum of ten minutes the response arrives: on the basis of which we recommend the type of treatment, and the hair, in short, returns to being shiny, giving a feeling of energy, vigour and well-being to the scalp".

The salon is modern and contemporary: "we designed it to create a comfortable, welcoming and clean environment". Entering, in fact, one perceives an important choice of detailing, the eye is attracted

everywhere by beauty and art, by virtue of numerous paintings hanging on the walls. Valentina is supported by her expert mother Luana (to her the merit of having transferred the passion to her daughter), Gloria, who has been working in the salon for some time and has accumulated many secrets of the trade, and Alice, the latest arrival in order of time. Together they create a professional and close-knit team that guarantees maximum customer care. .

"The salon is modern and contemporary: we designed it to create a comfortable, welcoming and clean environment"





Ma com'è nato tutto? «Intorno ai vent'anni - racconta la titolare - ho deciso di intraprendere questo percorso, e dopo una scuola e numerosi corsi, mi sono messa in proprio, affinando sempre di più le nuove tecniche di lavoro. Ho aperto nel 2007, e oggi è un luogo che sento mio, plasmato in base al mio sogno iniziale». Nel frattempo la clientela si è allargata: «arrivano da tutti i paesi del circondario, sanno che qui possono trovare il top, offriamo qualità, esperienza, professionalità e stiamo attenti ai dettagli». È un lavoro che richiede attenzione alle mode: «siamo sempre aggiornati anche attraverso numerosi corsi di formazione professionale in giro per l'Italia».

Quanto alla sicurezza, visto il periodo: «ogni cliente ha il proprio kit monouso, sterilizzato, e con la pandemia sono aumentate ulteriormente le accortezze».

Si può andare da Woman Parrucchieri anche per comprare prodotti per sé o da regalare: shampì, balsami, articoli per il benessere della cute, profumi...

Ci si può prenotare attraverso l'app «Supersalone» o telefonando direttamente in negozio (numero in basso).

"È un luogo che sento mio, plasmato in base al mio sogno iniziale"



But how did it all start? "Around the age of twenty - says the owner - I decided to undertake this path, and after school and numerous courses, I started my own business, improving my working techniques more and more. I opened in 2007 and today it is a place that I feel is mine, shaped on the basis of my initial dream". Meanwhile the customer base has expanded, "coming from all over the district, they know that here they can find the best, we offer quality, experience and professionalism, and we are careful down to the last detail". It is a job that requires attention to fashion: "we are always up to date and attend numerous professional training courses around Italy". As for safety, given the times: "every customer has their own sterile disposable kit, and with the pandemic the precautions have further increased".

You can also go to Woman hairdressers to buy products for yourself or to give as gifts: shampoos, conditioners, skin care items, perfumes... You can book through the Supersalone app or by calling the shop directly (phone number below).

"It is a place that I feel is mine, shaped on the basis of my initial dream"



Carrefour market



Centro Commerciale Esassetta - Via Arno, 4 - Abbadia San Salvatore (Siena) - Tel. 0577 777729

L'Artiglio del Diavolo

ERBORISTERIA

DI EVA VAGAGGINI & C.

Via della Pace 24 - Abbadia San Salvatore (SI)

Tel. (+39) 0577 16 45 802



Viale Giuseppe Vespa, 25, Piancastagnaio (SI)
Tel. (+39) 0577 785310

da Silvia
PASTA FRESCA E ROSTICCERIA



Ora come una volta, la tradizione della pasta fatta in casa



Lo ZODIACO intimo



Viale Roma, 19 - ABBADIA SAN SALVATORE (SI)

Tel. (+39) 0577 779632 - maruam@libero.it

Ritrovare l'equilibrio con il massaggio tibetano

“La mente è l'origine di tutti i mali, ma è anche
l'origine di tutte le felicità”

Find your balance with Tibetan massage

di Simone Bandini

Circa 40 anni fa Aldo Oneto parte per l'India alla ricerca di una prospettiva interiore più profonda, acquisisce la meditazione buddhista e, dopo numerose esperienze nel campo della spiritualità, ritorna in Italia. Nel 1982 entra a far parte del centro tibetano “Merigar”, un luogo sulle pendici del Monte Amiata, fondato dal Maestro Chogyal Namkhai Norbu, ideato per chi desidera curare la propria spiritualità e qui lavora senza sosta. Con grande passione apprende le fondamenta della Medicina Tradizionale Tibetana e si dedica con entusiasmo all'arte del massaggio tibetano e alla meditazione.

About forty years ago Aldo Oneto left for India in search of a deeper inner perspective, studied ancient techniques of meditation and, after numerous experiences in the world of spirituality, returned to Italy. In 1982 he joined the Merigar Tibet Centre, located on the slopes of Monte Amiata, established for those who want to develop their spirituality and he worked there tirelessly. With great passion he learnt the fundamentals of Traditional Tibetan Medicine and has enthusiastically devoted himself to the art of Tibetan massage and meditation.

Aldo Oneto pratica anche a domicilio nel rispetto delle normative anti-Covid: per informazioni e prenotazioni Tel. (+39) 338 9593865
aldo.kunye@gmail.com

Il suo desiderio di conoscenza diventa sempre più forte ed entra in contatto con diversi dottori ed istruttori tibetani; frequenta corsi, partecipa a seminari e arricchisce sempre più le sue conoscenze che diventano per lui una vera e propria filosofia di vita. Sin dal 2007 tiene corsi di formazione, affina le sue capacità comunicative e di contatto individuale che gli permettono di qualificarsi come istruttore specializzato.

Aldo si esprime attraverso il massaggio “Ku Nye”, un massaggio tradizionale tibetano che nasce più di 3900 anni fa nell'antico Regno del Tibet. Una vera e propria pratica appartenente alla antica Tradizione Medica Tibetana, la “Sowa Rigpa”: un sistema di medicina olistica naturale che, nel corso dei secoli, ha condotto ricerche e sviluppato forme di trattamento terapeutico sulle affezioni fisiche e psicologiche del corpo umano.

Anticamente il popolo tibetano praticava il Ku Nye utilizzando burro, grassi animali, piante, erbe medicinali e radici, per trattare squilibri e diagnosticare malattie, causate anche da un modo di mangiare e da uno stile di vita sbagliati. Con il passare del tempo, il sistema medico tibetano si è arricchito di nuovi elementi e ha integrato altre tradizioni mediche, come quella greca, persiana, indiana e cinese, dando vita ad una profonda ed essenziale conoscenza medica.

Il Ku Nye oggi è considerato uno dei trattamenti esterni migliori per riequilibrare la funzione dei Cinque elementi di cui il corpo fisico è formato: Spazio, Aria, Fuoco, Acqua, e Terra. I suoi benefici portano all'eliminazione delle tossine immagazzinate nel corpo fisico, favorisce l'incremento della vitalità, riduce e allevia vari tipi di dolori e sindromi dolorose. Il massaggio riesce ad attenuare disordini nervosi come l'insonnia, la depressione e l'ansia e risulta efficace per problemi alla schiena, disturbi come emicranie, dolori articolari, problemi mestruali e disturbi del metabolismo, favorendo il benessere dell'individuo.

Il termine “Ku” significa ‘ungere il corpo con oli specifici’, che vengono scelti a seconda della tipologia della persona, della sua costituzione fisica e del tipo di pelle. Nella prima fase, si praticano manovre per produrre calore che permettono all'olio e alle altre sostanze di penetrare nell'epidermide, poi si passa alla seconda fase, il “Nye” che consiste, in-

vece, nel massaggio vero e proprio, cioè alla manipolazione profonda sulla pelle, sui nervi, sui legamenti e sui corridoi energetici.

Il massaggio inizia dalla testa, si procede poi lentamente lungo tutto il corpo strofinando muscoli e tendini. I movimenti vengono praticati con le dita e il palmo delle mani, sciogliono il corpo e le relative tensioni, eliminano le negatività della persona e consentono un nuovo flusso di energia.

Aldo con le sue sapienti mani riesce ad alleggerire lo spirito e a donare una nuova vitalità al corpo. Il massaggio, unitamente ad una Dieta equilibrata, stimola un globale benessere psicofisico. Oggi Aldo è un insegnante internazionale vive e lavora a Bagnore – frazione del Comune di Santafiora e, con la collaborazione della Dottoressa Phuntsog Wangmo, è impegnato nello studio di Dieta e Comportamento, presso la Scuola di Medicina Tibetana ATF Foundation della Comunità ‘Dzogchen Tenerife’.



E His desire for knowledge grew stronger and he got to know many European countries; he attended courses, participated in various seminars and increasingly enriched his understanding into a real philosophy of life. Since 2005 he has been holding training courses, honing the communication and individual contact skills that allowed him to qualify as a specialized instructor.

Aldo expresses himself through the Ku Nye massage, a traditional Tibetan massage that was born more than 3900 years ago in the ancient kingdoms of Tibet. A practice belonging to the ancient Tibetan Medical Tradition, the Sowa Rigpa: a system of natural holistic medicine that, over the centuries, has researched and developed forms of therapeutic treatment for our physical and psychological ailments.

In ancient times the Tibetan people practiced Ku Nye using specific oils, plants, medicinal herbs and roots to treat imbalances and diagnose diseases caused by a wrong way of eating and lifestyle. With the passage of time the Tibetan medical system has been enriched by new elements, assimilating other medical traditions such as the Greek, Persian, Indian and Chinese, creating a deep and essential medical toolkit.

Ku Nye today is considered one of the best external treatments to rebalance the function of the Five Elements of which the physical body is formed: Space, Air, Fire, Water, and Earth. Its benefits include the elimination of toxins stored in the physical body, promoting an increase in vitality, reducing and relieving various types of pain and painful syndromes. This form of massage can alleviate nervous disorders such as insomnia, depression and anxiety and is effective for back problems, and ailments such as headaches, joint pain, menstrual issues and metabolic disorders and generally promotes individual wellbeing.

*"Ku Nye massage,
a traditional
Tibetan massage"*



*"This form of
massage can alleviate
nervous disorders
such as insomnia,
depression and
anxiety"*

The term Ku means 'to anoint the body with specific oils', chosen according to the type of person, their physical constitution and the type of skin. In the first phase, manoeuvres are practiced to produce heat that allow the oil and other substances to penetrate the epidermis, then we move on to the second phase, the Nye which consists, instead, in the actual massage, i.e. the deep manipulation of skin, nerves, ligaments and energy corridors.

The massage starts from the head, then proceeds slowly along the whole body, rubbing muscles and tendons. The movements are practiced with the fingers and the palms of the hands, releasing the body and its tensions, eliminating the negativity of the person and allowing a new flow of energy.

Aldo, with his skilled hands, manages to lighten the spirit and give a new vitality to the body. The precious oils, the result of long studies, have a soothing effect on the negativities that oppress the spirit. This holistic therapy together with a balanced diet, stimulates general psychophysical well-being. Today Aldo is an international teacher who lives and works in Bagnore – part of the municipality of Santafiore and, with the collaboration of Doctor Phuntsog Wangmo, is engaged in the study of Diet and Behaviour, at the ATF Foundation Tibetan Medicine School of the Dzogchen Tenerife Community.

ENTRA GUARDA E...
★ COMPRA ★

DI BENNINI GAETANO JR



DA NOI PUOI TROVARE

BIANCHERIA PER LA CASA, DETERSIVI, CASALINGHI, IGIENE PERSONALE,
FIORI ARTIFICIALI, ARTICOLI REGALO, COMPLETI ARREDO, ARTICOLI STAGIONALI...

VIA PIETRO PIFFERI 6/8 ARCIDOSSO (GR)

f : ENTRA GUARDA E COMPRA

@ : ENTRAGUARDAECOMPRA

☎ : +39 389 007 8993



MANUTENZIONE AUTO
DIAGNOSI ELETTRONICA
RICARICA CLIMA
ASSETTO RUOTE
PNEUMATICI
AUTOLAVAGGIO
PREPARAZIONE PER
REVISIONE



AREA DI SERVIZIO CASE ROSSE

Loc. Le pergole 56/57 - Montelaterone - Arcidosso (GR)

PER INFO

Tel. +39 0564 964 707 -  +39 375 6334724

 Area di Servizio Tamoil Case Rosse

Ipocondria e vita quotidiana

Hypochondria and everyday life

di Francesca Mariotti*

Foto di Filippo Pacchierini



Uno dei disturbi più subdoli che abbiamo riscoperto durante il periodo della pandemia è proprio l'ipocondria, fortemente in aumento come tanti altri tipi di fobia. Per ipocondria si intende un disturbo nel quale la persona interpreta male alcune reazioni a livello corporeo. Cosicché la vita quotidiana è significativamente compromessa dalla paura di contrarre, o di aver contratto, una o più malattie. Questa convinzione è molto radicata nel soggetto interessato, tanto che sistematicamente va alla ricerca di continue rassicurazioni, attraverso analisi e visite mediche che vengono svolte in maniera assidua e periodica.



One of the most complex ailments that we have rediscovered during the period of the pandemic is actually hypochondria, which is on the rise like many other phobias. Hypochondria is a disorder in which the person misinterprets certain reactions in their body. So that daily life is significantly compromised by the fear of contracting, or having contracted, one or more diseases. This belief is deeply rooted in the person concerned, so much so that they continuously and systematically search for reassurance, through tests and medical examinations that are endlessly pursued.

Foto di Filippo Pacchierini

Questo tipo di indagini, consentono alla persona di trarne un beneficio, in realtà illusorio e momentaneo, proprio perché non si sente mai soddisfatto e continua così la ricerca aumentando i controlli. La situazione che si crea è la seguente: la persona si sente in una condizione di "malato costante" e più cerca probabili disturbi - di cui sarebbe affetto - più questa condizione lo convince che effettivamente è malato. In alcuni casi i soggetti ipocondriaci si allarmano anche solo a sentir parlare o a leggere sul giornale di una determinata malattia. Oggi, purtroppo, sempre più persone ricorrono a un nuovo tipo di medico, il famoso "dottor internet", a disposizione in qualsiasi ora del giorno e della notte, è diventato il consigliere numero uno per tante persone; ma attenzione, per gli ipocondriaci è soprattutto un nemico: tendono ad attribuirsi sintomi e diagnosi in maniera del tutto arbitraria proprio a causa della ricerca sul web. Il meccanismo psicologico alla base di questo disturbo è molto rigido ed è consigliato rivolgersi a un professionista per bloccare questo loop.

*Psicologa

These investigations deliver relief to the person, albeit an illusory and momentary one, precisely because they never feel satisfied about the understanding of their 'condition' and thus continue to search and get further tests done. The situation that arises is the following: the person feels in a condition of 'constant illness' and the more they look for possible disturbances they think they may be suffering from - the more their condition convinces them that they are really ill. In some cases, hypochondriacs get anxious even just hearing of or reading in the newspaper about a certain disease. Today, unfortunately, more and more people are turning to a new type of doctor, the famous "doctor internet", available at any time of day or night, who has become the number one adviser for many people; but be careful, for hypochondriacs this doctor is above all an enemy because they tend to attribute symptoms and diagnoses to themselves in a completely arbitrary way precisely because of the web search they've done. The psychological mechanism underlying this disorder is a very rigid one and consulting a professional is recommended to unpick the loop.

*Psychologist



La dott.ssa Francesca Mariottini, iscritta all'albo degli Psicologi della Toscana, è specializzata in **Psicologia del Ciclo di Vita e dei Contesti.**

Lo studio si trova ad Abbadia San Salvatore, in provincia di Siena.

Info e appuntamenti:

(+39) **333 15 94 064**

framariottini@gmail.com

Seguici su Il Quadrifoglio Gruppo Cooperativo

Lavoriamo al futuro di un territorio

Radicamento, investimenti e una continua attività di progettazione sono gli elementi che contraddistinguono il lavoro che la nostra organizzazione svolge sul territorio facendone un "motore" vivo e attivo in grado di creare importanti sinergie e concrete opportunità di sviluppo.

Scopri il nostro modo di fare impresa su www.quadrifoglioonlus.it

Il Quadrifoglio
GRUPPO COOPERATIVO

TONDI IMPIANTI ELETTRICI

Piazzale dei Minatori, 3
53021 Abbadia San Salvatore (Si)
lorenzotondi@virgilio.it

Tel. e Fax 0577 776411
Lucio 335 7320001
Lorenzo 335 7320000

BioFattoria
l'Upupa

FATTORIA DIDATTICA
Podere Olivello 60 | 53024 Montalcino (Si)
Tel. +39 348.3880222 | info.lupupa@libero.it

HOTEL RINASCENTE

Viale G. Baccelli 119 | Chianciano Terme, Siena
www.hotelrinascente.com | hotelrinascente@libero.it
tel. 0578 64641 | fb Hotel Rinascente Chianciano Terme

TOP SERVICE

DI VALERIO ROSSI

ASSISTENZA PNEUMATICI
AUTO, MOTO, AGRICOLI E INDUSTRIALI

OFFICINA MECCANICA
CENTRO REVISIONI AUTORIZZATO
ARTICOLI DA GIARDINAGGIO

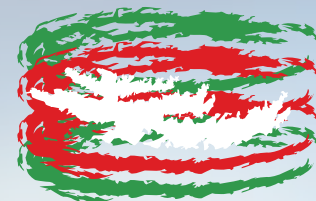
NON FARTI TROVARE IMPREPARATO

**INSTALLA
GLI PNEUMATICI
INVERNALI**

è obbligatorio sostituire gli pneumatici invernali entro il 15 novembre

SAN QUIRICO D'ORCIA
VIA CERRECCHIO, 3
Tel. (+39) 0577 899 941
Cell. (+39) 348 26 50 689

PIANCASTAGNAIO
VIA GROSSETA, 13
Tel. (+39) 0577 899 941
Cell. (+39) 328 47 74 974



FERRAZZANI srl

*tutta la cura e manutenzione
per la tua auto*

AUTOFFICINA

AUTOLAVAGGIO

RICAMBI AUTO

REVISIONI

GOMMISTA

CARBURANTI

LAVANDERIA self



Via Giardini Del Marchese, 40 - Piancastagnaio (SI) Tel: 0577 786064

Seguici su **facebook**

LEGNO
INFISSI

FALEGNAMERIA ARTIGIANALE
Via G. Galilei 248 - Ponte d'Arbia, Monteroni d'Arbia (SI)
Tel. (+39) 0577 370 222 - Cell. (+39) 338 360 31 31
legnoinfissi@virgilio.it - @legnoinfissi_snc



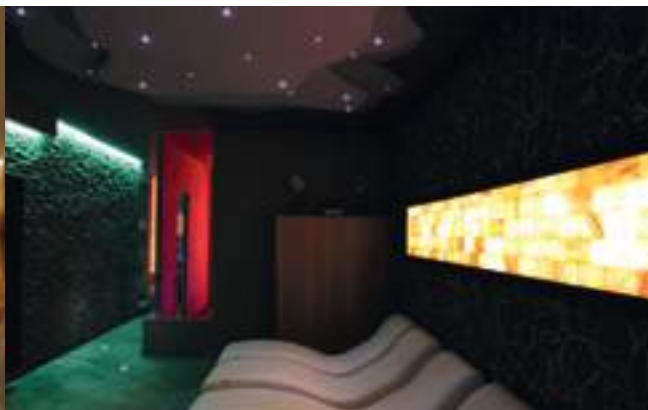
Farmacia Niccolini

dal 1901

Viale Roma 26 | Abbadia San Salvatore (Si)
Tel. 0577 778052 | www.farmacianiccolini.com



GEA SPA & BEAUTY CENTER



Piazza Rosa Guarnieri 18 | Castel del Piano (Gr) | 0564 955244 - 379 1127206 | geaspaebeautycenter@gmail.com | www.davenerio.com/gea-spa

SEVERINI A. & G.

IMPIANTI ELETTRICI CIVILI ED INDUSTRIALI



Agostino 338 2983272
Gianni 346 2352400

P.le dei Minatori, 6 · 53021 Abbadia San Salvatore (Si)
Tel. 0577 775191 · Fax. 0577 773743
www.severinimpianti.it · info@severinimpianti.it

Creating Connections Summer camp 2021

By, Sveva Pizzolante (11 years old)

This year Creating Connection has dragged us into a new and fantastic adventure with a new Summer Camp.

The Summer Camp took place at Cavalleggero for a beautiful Summer Camp among horses.

In the morning we had very funny lessons with Melina, Patsy and Caroline that made us learn a lot of new things through Oracy, literature and Art lessons in English.

Then we had a great tasty lunch thanks to Valentina- our professional chef that cooked not only lunch but also breakfast and made fantastic snacks for the afternoon tea time.

"The Summer Camp took place at Cavalleggero"

"After lunch we had a lot of different activities"

After lunch we had a lot of different activities such as:

- Dancing with our wonderful teacher Linda,
- Horse riding with Filippo and his professionalism with horses.
- Falconry with Leonardo, our interesting falconer, I'd like to thank "Primo" the falcon and "Iris" the eagle for their patience!
- water games made by the buddies: Sara, Amy, Lucia and Rachele who did a wonderful work for us.

I'd like to thank all the teachers and also a HUGE "Thank you" to Angelo that worked hard even behind the scenes!

The last day, (Friday) we had a special show that we prepared during the week: we danced and we presented what we had learnt to the a public of kids and after this we had again a tasty snack made by Valentina.

The worst part of this summer camp was to go home.

I think everybody should have a chance to have fun and learn so many things in this way!

So come to Creating Connection if you want to do all these things that are real fun. Trust me!



Gelateria n 20
da
Nadia



Via della Pace, Abbadia San Salvatore (Si)

ORARIO: Tutti i giorni 15,30 - 19,45

Sabato e festivi 10,30-13 e 15,30-19,45

Tel. 340 2715239 | e-mail: capezza.m@gmail.com

 gelateria da nadia n 20  gelateria_da_nadia_nr20



White Bar

Piazza Garibaldi, 15, Santa Fiora (GR) - Tel. (+39) 349 09 10 031

VENDITA INFIORESCENZE "CANNABIS LIGHT"
PRODOTTI COSMETICI, ACCESSORI
ALIMENTARI A BASE DI CANAPA



MOUNTAIN GROW SHOP

Piazza Gramsci (angolo viale Roma) | 53021 Abbadia San Salvatore (SI)
Tel: 0577 777728 | E-mail: mountaingrowshop@gmail.com



Trattoria
"IL POZZO"

Cucina tradizionale dal 1968



Piazza Castello, snc | 53024 Montalcino (SI)
Tel. (+39) 0577.844015 | trattoriailpozzo@virgilio.it
www.trattoriailpozzo.com

NANNETTI & BERNARDINI
PRODOTTI TIPICI
PIENZA



Corso il Rossellino 81 | 53026 Pienza (SI)
Tel. 0578 748506
nannettipiero@nannetiebernardinipienza.com
www.nannetiebernardinipienza.com

**OTTICA
ZILIANI
DAL 1948**
Di CLAUDIO E GIORGIA



Montaggio lenti con mole di ultima generazione
OCCHIALE PRONTO IN 1 ORA
Abbadia San Salvatore (SI) | Tel. 0577 552610
giorgia.ziliani@gmail.com

**TUTTE LE LENTI
COMPRESI LE MULTIFOCALI
ULTIMA GENERAZIONE**

PRENDI 2 PAGHI 1

GALILEO

PER INFO
SU QUESTO
SPAZIO

Chiama il

(+39) 328 58 16 968



**L'UMBELICO
DEL MONDO**
a Montisi



di Gianluca Monaci
Via Umberto I 147 | Montisi, Montalcino (SI)
Tel. 0577.845190 | 339.1124744
ostedelbarrino@gmail.com

Autunno sull'Amiata

Nella foto il paese di Arcidosso
visto da Montelaterone

Autumn on the Amiata

in the photo the town of Arcidosso
seen from Montelaterone



Ascolto consigliato / recommended listening:
"Sophia - People are like season"

Foto archivio Thatsamiata.com - Filippo Raffi

La Faggia

Ristorante - Pizzeria



LA FAGGIA - Ristorante Pizzeria
Via Abbazia 10 | Bagnolo, Santa Fiora (GR)
Tel. (+39) 0564 953006

Mulino Val d'Orcia



MACINE IN PIETRA



TUTTA FARINA DEL NOSTRO SACCO



Loc. Spedaletto, Pienza (SI) | Tel. 345 2329477
info@mulinovaldorcia.it | www.mulinovaldorcia.it



ilCacciatore
RISTORANTE



Poggio al Leccio 18 | Seggiano (Gr)
Tel. +39 0564 1950132
info@terredorcia.it

MACELLERIA DELL'ANGOLO

TOSCANA

MA
CELLERIA

CHIANCIANO TERME

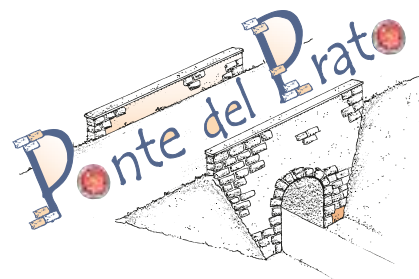
MACELLERIA E GASTRONOMIA | SPECIALITÀ TOSCANE

di Giacomo Bellugi

Viale Dante 25, Chianciano Terme (Si)

f Macelleria dell'Angolo Toscana

Tel. 0578 440294 | Cell. 338 4621500



RISTORANTE PIZZERIA
Via 1° Maggio 23-27 | Abbadia San Salvatore (SI)
Tel. (+39) 0577 776410 | www.pontedelprato.com



BAR LA CASETTA
Via Largo Verdi 12 - Abbadia San Salvatore (SI)
Orario 3:30 - 20:00



Loc. Secondo Rifugio | Abbadia San Salvatore (Si)
Tel +39 0577 789705 | osteriacentouno@gmail.com
Facebook: Osteria101



Via della Pace 44 | Abbadia San Salvatore (Siena)
www.osteriailgattoelavolpe.it | info@osteriailgattoelavolpe.it
Tel. +39 0577 778751

ValleyLife



CHIEDI DI DIVENTARE NOSTRO PARTNER | JOIN OUR CLUB

PER INFORMAZIONI GENERALI

Editore Dr. Simone Bandini: Tel. 339 7370104 | info@valleylife.it

PER LE SINGOLE RIVISTE

Chianti & Valdelsa: Direttore Giovanni Salvietti

Tel. 366 1894575 | chianti.valleylife@gmail.com | chianti@valleylife.it | Barberino Tavarnelle (Fi)

Siena, Valdorcia & Amiata: Direttore Jori Diego Cherubini

Tel. 328 5816968 | jori.cherubini@gmail.com | siena@valleylife.it | Abbadia San Salvatore (Si)

Alto Tevere & Valtiberina Toscana: Direttrice Valentina Piccini

Tel. 393 9815621 | mammeaspillo@gmail.com | valtiberina@valleylife.it | Sansepolcro (Ar)

Valdichiana & Lago Trasimeno: Direttrice: Carol Coller

Tel. 380 583 7638 | 335 532 7264 | valdichiana@valleylife.it | Cortona (Ar)

Maremma Toscana: Direttore Dario Migliorini

Tel. 339 8192256 | dario@capannina.it | Castiglione della Pescaia (Gr)

BOLLETTA WEB DIVENTA INTERATTIVA



FACILE COME VUOI TU

Da oggi **Bolletta Web** si trasforma in un'area digitale facile da navigare, intuitiva, organizzata in sezioni per accedere in modo semplice alle informazioni sulla tua fattura idrica. Un cambiamento che segue il restyling della bolletta cartacea e che ti offre **un'esperienza di lettura agile e interattiva: puoi controllare i tuoi consumi, il dettaglio dei costi in bolletta, accedere ai servizi digitali** e tanto altro. Troverai anche uno spazio per saperne di più sulla tua acqua e lasciare un commento su questo nuovo servizio. In più, **Bolletta Web aiuta l'ambiente perché riduce il consumo di carta e le emissioni di CO₂**

REGISTRATI SUBITO E IN AUTONOMIA ALL'AREA RISERVATA MYFIORA

fiora.it



gruppo
aceo



Bramasole
tuscan perfume



Loc. Palazzolo, 42- Torrita di Siena (SI) - GPS: 43.1204643, 11.7183569
www.bramasoleperfumes.com - Tel. (+39) 335 68 75 22