cpadver-effigi.com – cpadver@mac.com

BancaTEMA | CREDITO COOPERATIVO

# IL NUOVO CORRIERE del Tufo

MANCIANO • PITIGLIANO • SORANO

€ 1,50

Il Nuovo Corriere dell'Amiata, Anno XVII - Nuovo Corriere del Tufo, numero 6, Luglio - Agosto 2017

## Fatiche d'estate

# VIII Edizione del Palio delle botti di Manciano

**TORNA LA FESTA DELLA CONTEA A PITIGLIANO DAL 18 AL 20 AGOSTO**

**IL SETTEMBRE DI VINO A PITIGLIANO DAL 31 AGOSTO AL 3 SETTEMBRE**

# E state nel tufo

**Mario Papalini**

Quest'aridità mette in ansia tutto il territorio. Un'altra dura prova contraddistinta dall'assurdità degli incendi, dalle modalità degli inneschi criminali. Come se la bellezza che abbiamo fosse ragione di invidie inesplicabili, di un progetto oscuro di distruzione. Ma… tutto procede e il destino a volte rimette a posto le cose da solo e riconsegna dignità e doni ai territori che in sé già li posseggono. Certo la Toscana, l'Italia, qui tutto ha bellezza, ma come s'arresta il fiato all'apparire di Pitigliano dalla Madonna delle Grazie, questo, supera ogni concetto estetico per divenire miracolo paesaggistico. Soprattutto la notte, in cui il borgo sbuca dagli inferi per farsi astronave e paradiso possibile, col suo intrigo di vicoli e chiese e campanili e segni. Tuta la terrà del tufo è mistero e bellezza che attrae, basta abbandonarcisi, basta percorrere altri vicoli, di Sorano, dei borghi, di Montemerano, di Manciano… il tempo scompare nel flusso che prende e fa dimenticare il quotidiano, secondo un'aura millenaria per cui il tempo è solo un ciclo e la nostra terra un cerchio magico da cui non si esce mai una volta entrati. Rimane appesa al cuore come una vecchia fotografia evocativa, come la fame leggera del pomeriggio, come un desiderio di ritorno certi che il nostro luogo è qui: tra queste colline di viti e olivi, di pietre parlanti, di macchie profonde e impenetrabili, di villaggi scomparsi, di sepolture che moltiplicano la vita.

Questo mese di luglio ci ha messo a dura prova, ma oggi, finalmente, piove e le vigne potranno dare ancora i loro frutto, la vendemmia ce la immaginiamo ancora generosa e il vino uscirà copioso dalle cantine, dagli ipogei etruschi per scaldare le prime notti fresche.

Per chi arriva, la nostra terra, è una miscela inebriante carica di vitalità e creatività. Lo dicono le tante attività artigianali che si aprono nei negozi dei borghi, lo dice l'accoglienza e la bontà dei cibi, lo dice soprattutto una sensazione indescrivibile di serenità che si percepisce all'ombra degli alberi secolari, nelle campagne, negli agriturismi…

Sarà una buona estate… Che lo sia, i nostri dei protettori ci guardano dall'alto guidando il nostro fato…

Possiamo dirci fortunati…

Il nuovo corriere dell'Amiata
anno XVII

Nuovo Corriere del Tufo
Anno V, numero 6, Luglio-Agosto 2017
Mensile dell'Associazione culturale omonima senza fini di lucro

Associato al CRIC

**Produzione:** C&P Adver > Mario Papalini
**Edizioni**: effigi 0564 967139

Iscrizione al Tribunale di Grosseto n. 10 depositata il 26.11.2001

Questo periodico è associato all'Unione Stampa Periodica Italiana

Iscrizione al ROC n° 12763

**Direttore responsabile:** Fiora Bonelli,
Via del Gallaccino, 58033 Castel del Piano,
Tel. 0564 955044 - effeeffeesse@tiscali.it

**Segreteria di redazione:**
Alessandro Zecchini 331 3938386
*email* nctufo@gmail.com

**Redazione:** Alessandro Zecchini, Mario Papalini, Luca Federici, Elena Tiribocchi, Paolo Mastracca, Franco Dominici

REALIZZIAMO
E CURIAMO
siti web • pagine facebook • periodici cartacei e on line • progetti di immagine coordinata etichette • manifesti • locandine • flyer • depliant brochure • opuscoli • • •

Effigi
C&P Adver Effigi
Via Roma 14, 58031 Arcidosso (GR)
0564 967139 - cpadver@mac.com
334 856 91 59
cpadver-effigi.com

## Rubrica storico-culturale a cura di *Franco Dominici*

# PASSI NELLA MEMORIA

*Questo mese la rubrica ospita un articolo di Giacomo Ciuffoletti*

Sono stati usati tutti gli ingredienti in grado di trasformare una giornata normale in una giornata speciale: partecipazione, emozione, ricordo, rispetto e soprattutto amore nei confronti di quel passato, oggi troppo importante per costruire un futuro migliore. Domenica 11 giugno, a San Giovanni delle Contee, si è svolta un'iniziativa pubblica "**Passi nella memoria": la nostra Storia nel nostro presente**", organizzata dalla *Compagnia La Femia*, con la collaborazione di molti volontari del territorio, volta a ricordare quanto la seconda guerra mondiale abbia lasciato delle macchie indelebili sulla vita dei superstiti, annientando purtroppo il futuro a giovani civili.

È stata un'interessante camminata in luoghi ricchi di storia, in angoli di campagna dove purtroppo si sono consumate violente tragedie e dove hanno perso la vita, a seguito di bombe sganciate dal cielo, civili, innocenti. È stata anche l'occasione per riscoprire rifugi di abitanti di San Giovanni delle Contee che, per paura di rimanere vittime della guerra si erano ritirati nelle campagne e nei boschi. Il sole caldo del giugno che abbiamo vissuto non ha fermato gli oltre 50 partecipanti alla manifestazione che muniti di scarpe da trekking, bottigliette d'acqua e tanta fame di storia, hanno seguito la "Compagnia" che li ha condotti prima alla Fonte di Ricciano, laddove fu ucciso, per mano di un tedesco (anche se fonti civili raccontano che è stato un fascista del territorio), un giovane sangiovannese, disertore e amante della libertà.

È in questo luogo, ricco di natura e di storia che la Femia si è esibita con alcuni canti popolari e dove Giacomo Ciuffoletti, giovane studente universitario e appassionato di storia locale, ha raccontato una versione inedita dell'uccisione di questo giovane ragazzo. Dalla Fonte di Ricciano il cammino si è spostato dentro la Riserva di Montorio in un cammino che ha condotto i partecipanti a visitare luoghi dove caddero pesanti bombe e dove fu consumata una delle tragedie più grandi del territorio. Tale strage avvenne a Grotte delle Riparelle, dove una granata sparata dagli alleati uccise 11 civili. Nei pressi del luogo dell'eccidio, la famiglia Bologna fece costruire una cappella che servì per l'immediata sepoltura delle vittime.

Fisarmoniche, violini, percussioni, organetti, tastiere e chitarre con voci melodiose hanno contribuito a trasformare questa giornata di ricordo in un originale cammino, emozionante e coinvolgente.

Importante è stato il contributo storico di Franco Dominici, professore di Storia e profondo conoscitore di quella locale, che in varie occasioni ha tracciano importanti linee guida storiche, permettendo ai partecipanti, di accrescere la propria sensibilità nei confronti di questo tema. La musica popolare di Luca Federici e Giampiero Mortaro e la performance teatral musicale di Giovanni Polidori e Pamela Lakimova. Una giornata dunque che ha lasciato il segno nel lungo percorso della memoria e che ha contribuito a dare maggiore consapevolezza su quanto è accaduto nel tragico periodo della seconda guerra mondiale.

## *Le foto della giornata*

*4-5-6 Agosto*

*San Quirico di Sorano*

# #ATUTTABIRRA2017

**Martina Giuglietti**

San Quirico è ormai in fermento per **A Tutta Birra**, il decennale festival che quest'anno alzerà il sipario venerdì 4 agosto presentando una ricca *line up* dal sapore internazionale.

Ad inaugurare **#atuttabirra2017** saranno i **Caterina&TheRailways**, una giovanissima band che a suon di swing, rock'n'roll e rockabilly da qualche anno sta facendo ballare le principali piazze della provincia di Viterbo e dintorni.

Sabato 5 saranno la voce e le poesie di una "vecchia conoscenza" a tenerci compagnia: **Cisco Bellotti** (ex MCR). "Due anni fa abbiamo avuto l'onore di ospitarlo ma il maltempo non ci ha dato modo di rendere giustizia alle emozioni che questa voce è in grado di regalare" — dicono gli organizzatori — "e proprio per questo abbiamo deciso di invitarlo di nuovo". Quest'anno Cisco verrà accompagnato dalla Formidabile Orchestra Jurassica con la quale proporrà i nuovi pezzi de I Dinosauri e i vecchi cavalli di battaglia di una carriera lunga 25 anni. A seguire il "rock agricolo" degli **Iron Mais**, una nuova realtà musicale che ha travolto X-Factor con un uragano di energia, ironia e buona musica che propone una goliardica rivisitazione di brani rock, pop, metal, punk… ne vedremo delle belle!

A concludere questa edizione, domenica 6 agosto, sarà un altro imperdibile spettacolo che ci verrà regalato da una straordinaria band spagnola: i **Motxila21** (Asociación Síndrome de Down de Navarra), formata da giovani con sindrome di Down, che ha raggiunto grandi risultati e ottenuto importanti riconoscimenti quali il "premio per la miglior carriera musicale dell'anno a Navarra Musica Gala", il "Golden Banner" e l'incisione di un album. Accompagnerà la band un ospite d'eccezione… Tonino Carotone!

Le tre serate, completamente gratuite, verranno concluse da un DjSet e accompagnate da fiumi di birra e gustosi piatti tipici della tradizione culinaria italiana e bavarese.

**A Tutta Birra 2017**
**4-5-6 agosto**
La Rotonda, San Quirico di Sorano – Gr

# VIII PALIO DELLE BOTTI

**Elena Tirabocchi**

I colori stanno per essere esposti lungo le vie del paese, gli allenamenti si susseguono da mesi, i muscoli sono tesi e la concentrazione è massima. Il rumore delle botti che rotolano si fa sempre più forte. È tempo di Palio.

Borgo, Cassero, Fonti, Imposto, Monumento, Mulinello sono pronti a darsi battaglia nello spirito festoso e goliardico e appassionato, che questa festa ha saputo creare.

Infatti a fine agosto sarà di nuovo il tempo di questo evento, diventato un punto di riferimento nell'estate della Maremma. Saranno tre giorni intensi, nei quali quasi tutti i mancianesi verranno impegnati in modi diversi ma tutti uniti per la riuscita di questo che è diventato un appuntamento fisso ormai da otto anni. E questa edizione si svolgerà dal 25 al 27 agosto 2017.

«L'idea del Palio va attribuita a Sergio Pietretti» ci ha detto Fabrizio Pinzi, uno dei responsabili del Comitato dei Bottai mancianesi «poi portato avanti dalla Pro loco per tre anni. Successivamente è nato il Comitato composto da 12 persone, all'interno del quale ci sono 6 priori che rappresentano i 6 rioni e sei vice priori. Tra questi viene scelto il gran priore, attualmente è il rappresentante del Cassero. Questa struttura organizza e gestisce in tutto l'anno il Palio e gli eventi correlati» ha spiegato Pinzi, che ha aggiunto: «Abbiamo ricevuto anche quest'anno l'aiuto del Comune, dell'Avis, della Banca Tema e ci terrei a dire che ogni pro loco del Comune ci fornisce una o due persone per darci una mano ed è veramente un piacere».

La festa ogni anno ha aggiunto qualcosa in più, si è migliorata nel tempo, diventando qualcosa di riconosciuto e apprezzato non solo dai mancianesi ma anche da chi abita nei dintorni e dai turisti.

Tutto inizierà venerdì 25 agosto alle 21,00 con la presentazione delle squadre maschili e femminili; la presentazione del Palio o "cencio" maschile dipinto da Bozena Krol-Legowska e del cencio femminile dipinto da Lisa Simonini; inoltre ci sarà l'abbinamento della botte con le squadre maschili. Le sei botti –dal peso di 100 Kg, quest'anno uguali sia per uomini che donne – oltre ad essere dipinte con i colori caratterizzanti il rione hanno anche attribuito un nome legato ai briganti di questa terra: Domenichino, Curato, Biondo, Gigione, Basiletto, Cenciarello.

Nella stessa serata ci sarà la presentazione della botte rappresentante di ogni rione, dipinta da un artista diverso e legato alla zona. Gli artisti che hanno prestato il loro talento a questo evento sono: Elena Laghi per il rione Borgo, Tomas Fulda per rione Cassero, Daniela Scozzi per il rione Fonti, Fabrizio Pieraccini per il rione Imposto, Paolo Cecchi per il rione Monumento e Annalisa Cappelli per il rione Mulinello. Queste sei botti verranno sottoposte al giudizio di quattro specialisti (pittori) e 4 rappresentanti della giuria popolare, che decreteranno un vincitore che verrà annunciato nell'ultima serata. Il premio è dedicato a Gemma Detti.

Sabato 26 agosto alle 21,30 ci sarà il Palio delle Donne, anticipato nel pomeriggio da quello dei bambini. Il "Trofeo rosa" è al suo secondo anno, ma già dall'edizione precedente aveva riscosso molto successo. La gara si svolgerà dopo un sorteggio e poi gareggerà un rione alla volta e a tempo. Ogni gruppo è composto da 6 ragazze divise in coppie. I due migliori tempi giocheranno la finale.

Il 27 agosto il gran finale: sarà la volta del Palio maschile. Alle 17,00 è previsto il corteo di ogni rione che accompagnerà i propri corridori da Piazza dell'Imposto fino a Piazza Garibaldi. Alle 18,00 avverrà il sorteggio degli abbinamenti e poi ci saranno tre batterie di qualificazione. Andranno in semifinale i tre rioni vincenti e la perdente con il miglior tempo. In finale andranno le due vincenti emerse dalla semifinale.

Le novità di questa edizione saranno gli schermi in Piazza Garibaldi e in Piazza

della Chiesa su cui verrà proiettato tutto il percorso, così tutti avranno la possibilità di seguire l'intera gara e gustarsi i cambi e tutte le coppie in gara. E sul palco ci sarà Paolo Mastracca che presenterà tutte e tre le serate.

**Le vittorie passate**
Mulinello 2010
Monumento 2011, 2012, 2013
Imposto 2014, 2015
Cassero 2016
Cassero donne 2016.

## *La parola ai protagonisti*

**Rione Borgo**
**Capitano Uomini: MICHELE PIRAS**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Correre per il Palio significa molte cose. È un grande impegno ma per me è un piacere. Noi ci alleniamo da tre mesi prima della gara, è allo stesso tempo un sacrificio e un piacere. Alla fine dopo la fatica è bello vedere la Piazza gremita di gente che fa il tifo e si appassiona.

***Come vi siete allenati?*** Noi iniziamo gli allenamenti a Giugno e ci incontriamo due o tre volte alla settimana, la sera dopo il lavoro. Rispetto agli anni passati abbiamo cambiato molti corridori, adesso abbiamo una squadra fissa e oltre alla preparazione per il palio si è creato un bel rapporto di amicizia tra tutti noi.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** Rappresenta una bella festa, che sta crescendo. Una festa in cui si impegnano tante persone, non solo noi che ci alleniamo già da mesi prima, ma gli organizzatori che lavorano tutto l'anno. È una festa nata con la nostra generazione, mi piacerebbe che durasse nel tempo. Sarebbe bello che anche i più giovani partecipassero; noi siamo per esempio una squadra composta da quarantenni, c'è anche chi arriva a 54 e a 56 anni. Avremmo bisogno di un po' di ricambio.

***L'appello del Capitano*** Sarebbe bello che anche i giovani si avvicinassero attivamente a questo evento, sembra manchi loro un po' di spirito o la voglia di impegnarsi, invece sarebbe davvero una bella cosa.

**Capitana Donne:**
**MARTINA VERONESI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Correre per il paese, riunirci, stare insieme, fare gruppo. Metterci alla prova e impegnarci tanto nonostante tutte le difficoltà personali. È un insieme di emozioni forti. L'adrenalina alla partenza, la gioia della Piazza piena di gente. L'aria di festa che si respira a prescindere dal risultato. Insomma emozioni forti inimmaginabili prima.

***Come vi siete allenate?*** Ci alleniamo durante la settimana con la botte, la nostra zona di allenamento è quella del Viale. Ci ritroviamo lì e spingiamo e spingiamo. Abbiamo avuto anche l'aiuto degli uomini, più esperti di noi.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** È bello il clima che si respira nei giorni del Palio, l'aria di sfida così come le battute. Ma è bella anche tutta la preparazione che c'è prima, come ad esempio le serate organizzate per racimolare un po' di soldi in cui si fa festa tutti insieme. Sono belle le riunioni. Insomma è importante per il clima che questo evento riesce a portare nel paese.

***Cosa vi aspettate da questo evento?*** Ci aspettiamo che continui e migliori, porti sempre più pubblico e l'impegno da parte di tutte le persone.

**RIONE CASSERO**
**Capitano Uomini:**
**NICOLA LOMBARDI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Fare qualcosa per il paese e per il rione di cui facciamo parte. È qualcosa che unisce tutti. Io ho sempre tenuto a questo aspetto, partecipando anche alla vita delle associazioni come la pro loco.

***Come vi siete allenati?*** Tutti gli anni ci dedichiamo alla corsa a giugno e luglio e ci incontriamo una volta a settimana. Ad agosto invece ci troviamo due volte alla settimana. Inoltre ci si allena partecipando anche alle "provacce" che si svolgono due volte al mese proprio sui luoghi del percorso di gara. Quest'anno abbiamo tre ragazzi nuovi, ma comunque sono bravi. Comunque siamo tutti amici e correre è un divertimento.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** Io ho partecipato sempre dal secondo anno in poi e ho notato che da ormai tre anni l'evento è cambiato. I mancianesi lo aspettano con ansia! C'è campanilismo e qualche sfottò ma secondo me il Palio unisce e non divide ed è questa la cosa più importante.

**Capitana donne:**
**MARTINA BALESTRELLI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** È una cosa importantissima. Io nel 2015 ho raccolto le firme da portare al Comitato per aprire la corsa alle donne e quindi sono molto contenta che dall'anno scorso ci siano anche le donne. È una questione di parità e di uguaglianza.

***Come vi siete allenate?*** Noi ci alleniamo nel paese vecchio spingendo e spingendo la botte. Abbiamo provato varie combinazioni per scegliere le coppie migliori e più equilibrate. Quest'anno andiamo alla grande. Abbiamo una coppia molto forte che farà parte del secondo cambio – Benedetta Lombardi e Giulia Ballerini -, ma secondo me sono fortissime anche le ragazze che stanno alla partenza perché lì è ancora più difficile visto che si parte da ferme, loro sono Benedetta Vinciarelli e Michela Fusi. La terza coppia è composta da me e da Sofia Tosi.

La cosa bella del nostro rione è che siamo tutte amiche e stiamo bene insieme. Siamo forti.

***Appello della Capitana*** Il Palio è qualcosa di bello e appassionante, dovrebbe essere fatto anche in altri posti: per esempio a Pitigliano!

**RIONE FONTI**
**Capitano Uomini:**
**TOMMASO PRATESI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Significa portare avanti un evento ben fatto, fare qualcosa per il paese.

***Come vi siete allenati?***Quest'anno abbiamo provato ad allenarci meglio degli scorsi anni, perché ci siamo stancati di arrivare sempre ultimi.

***Cosa vi aspettate da questa edizione?*** Ci aspettiamo che porti tanta gente. È bello che sia un evento sportivo, che si porta dietro anche un po' di sana competitività. Quest'anno nel nostro rione c'è ancora più sentimento e maggiore voglia di partecipare.

**Capitana Donne: BIANCA PRATESI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Significa contribuire in qualche modo al paese e dare una mano nelle organizzazioni degli eventi. È bello partecipare e stare insieme. Ad esempio è un modo per conoscere meglio le persone del tuo stesso rione che non avevi avuto modo di frequentare prima.

***Come vi siete allenate?*** Siamo le stesse dello scorso anno e sappiamo cosa ci aspetta. Vorremmo riscattarci dalla sconfitta passata e per questo ci stiamo allenando tanto.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** Una bella festa. Durante l'anno ogni rione organizza degli eventi singoli e poi tutto si conclude ad agosto, partecipando tutti insieme al culmine della festa finale. È bella la partecipazione.

BancaTEMA CREDITO COOPERATIVO

**RIONE IMPOSTO**

**Capitano Uomini: GIULIO INNOCENTI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Rappresentare la nostra zona, portare al completamento tutto lo sforzo fatto all'interno del proprio rione. È bello poter partecipare e impegnarsi a vincere per la competizione in sé ma anche per tutti gli organizzatori.

***Come vi siete allenati?*** Rispetto all'anno scorso non abbiamo più lo stesso capitano. Abbiamo cercato di impostare l'allenamento come si fa alla scuola calcio, basandoci sul potenziamento di alcuni gruppi muscolari che servono in questo tipo di sforzo. In realtà è uno sforzo molto particolare, entrano in gioco tanti fattori e abbiamo cercato di adeguarci a queste difficoltà.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** È qualcosa di buono per il paese, che in genere soffre di un po' di staticità. Invece in questo evento tutti e in tutti l'anno si muovono e si impegnano. Ci sono poi tanti modi di interpretarla, c'è chi sente la competizione in modo molto forte e per tutto l'anno, ma era ed è bello lo spirito di festa, proprio come era nata.

**Capitana Donne: IVANA CIONI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Mettere tutta la forza e la voglia di spingere una botte e poi tanto tanto divertimento.

***Come vi siete allenate?*** Correndo l'anno scorso, abbiamo capito alcuni "trucchi" per spingere più velocemente, per sorpassare, per non perdere troppi secondi e ci siamo allenate su questi. L'anno scorso siamo arrivate seconde, speriamo quest'anno di fare meglio, ma sempre con il sorriso, senza astio. Siamo amici e amiche con tutti i corridori, dopo ci incontriamo e scherziamo insieme.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** È una bella festa e abbiamo voglia di fare sempre meglio, attirare più persone, migliorare, racimolare più soldi e fare le cose sempre più belle e far conoscere questa festa. È un evento che aspettiamo con adrenalina, cariche, è qualcosa di bello. E per concludere: forza Imposto!

**RIONE MONUMENTO**

**Capitano Uomini: LEONARDO VITTORI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Significa mettersi in gioco per dimostrare il senso di appartenenza al proprio rione, dare il massimo per soddisfare le aspettative dei rionali che si impegnano per aiutare chi corre. Noi sin dall'inizio abbiamo avuto corridori che vivono nel nostro rione - prima era requisito obbligatorio – proprio per aumentare questo senso di appartenenza. Poi cambiando i regolamenti anche noi ci siamo adeguati, cercando di mantenere il più possibile una squadra rionale a tutti gli effetti. Forse così si è perso un po' lo spirito agonistico, ingrediente utile per creare un palio sempre più sentito e combattuto.

***Come vi siete allenati?*** Quest'anno abbiamo deciso di allenarci liberamente a scelta di ogni componente della squadre, che deve mantenersi in allenamento tutto l'anno. Poi in vista del Palio ci siamo incontrati due volte a settimana esclusivamente per provare con la botte. Quest'anno la squadre è molto più giovane e motivata delle precedenti edizioni, anche se ciò è solo un punto di inizio perché ancora dobbiamo trovare i giusti accoppiamenti.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** È un evento su cui puntare da migliorare anno dopo anno. Forse bisognerebbe diminuire gli eventi dei rioni e del Comitato, forse si potrebbero ridurre a tre incontri. Per finanziare la manifestazione si potrebbe mettere un biglietto di ingresso a basso costo oltre ad avere una tessera di un rione per vedere il Palio. Bisognerebbe anche trovare il modo di coinvolgere i giovani. Forse dovrebbero capire che un impegno di tre mesi estivi, anche se con qualche "sacrificio", potrebbe essere un motivo valido per mettersi in gioco e impegnarsi così per migliorare il proprio paese.

**Capitana Donne: BARBARA MAZZIERI**

***Cosa significa correre per il Palio?***Un impegno non da poco, soprattutto per chi ha lavoro e famiglia. Ma è il nostro modo per dare un contributo al paese. Se vogliamo farlo vivere e ognuno di noi deve impegnarsi un po'. E poi è un gran divertimento, un gioco, anche se poi inevitabilmente entra in gioco anche un po' di competizione.

***Come vi siete allenate?***Lo scorso anno ci siamo allenate con gli uomini perché non eravamo esperte e non eravamo neanche particolarmente sportive. Loro ci hanno aiutato tanto. Quest'anno a parte qualche cambio nelle componenti della squadre siamo più sicure, così ci alleniamo da sole due volte alla settimana. Ci alleniamo la sera ed è importante fare gruppo. È stato bello far entrare le donne nel Palio, speriamo che si avvicinino anche ragazze più giovani di noi.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?***Un modo per lavorare a degli eventi che diano vitalità al paese ed è sicuramente qualcosa di carino da mantenere per il futuro.

**RIONE MULINELLO**

**Capitano Uomini: ANDREA AUDINO**

***Cosa significa correre per il Palio?*** È una esperienza bellissima. È emozionantissimo quando ti ritrovi in piazza prima di correre. Da parte mia sento in più anche la responsabilità di essere il Capitano della mia squadra.

***Come vi siete allenati?*** Quest'anno abbiamo cambiato alcuni componenti della squadra per cui alcuni hanno dovuto imparare. Abbiamo dovuto lavorare sull'allenamento ma anche per trovare le giuste coppie da abbinare.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** Una bella festa. Per esempio anche i bambini la sentono tantissimo. Tutti aspettano il Palio e si augurano di vincere. Ovviamente è molto difficile, nel corso del tempo il livello della gara è salito molto. Si va forte e ogni anno è sempre più impegnativo. È bello anche essere spinti dall'entusiasmo e dalla forza del pubblico.

**Capitana Donne: FIAMMA CAPACCI**

***Cosa significa correre per il Palio?*** Personalmente significa mettermi in gioco per me stessa e poi anche per il paese. La nostra squadra è composta da ragazze grandi, sui 40 anni, per noi è una bella sfida. Inoltre è un importante momento turistico, una festa sentita da tutti, un momento molto carino.

***Come vi siete allenate?*** Il nostro gruppo è composto da molte mamme e quindi vederci è stato abbastanza complicato, ma c'è stata partecipazione comunque. È nato un bel gruppo, oltre gli allenamenti, ci incontriamo durante l'anno e siamo diventate amiche.

È dura ma lo facciamo anche per uscire dalla routine quotidiana. Sappiamo che in altre squadre ci sono ragazze giovani e molto forti, ma noi lo facciamo per divertirci.

***Cosa rappresenta questo evento per Manciano e per i suoi abitanti?*** È un evento che porta felicità: sono belli i colori con cui vengono addobbate le vie del paese, è bello il legame con gli altri gruppi rionali. È bello perché è un gioco che crea relazioni, ci si ritrova a creare tutti insieme qualcosa. Noi non sentiamo troppo la competizione, forse anche per la nostra età, ma comunque è un momento che ci mette addosso una grande adrenalina. Purtroppo è difficile trovare i giovani. Insomma sarebbe bello e vorremmo dare spazio alle nuove generazioni ma poi non arrivano.

# LA FESTA DELLA CONTEA

*dal 18 al 20 agosto*

Come ogni anno intorno alla metà di agosto Pitigliano rivivrà i fasti medievali grazie alla Festa della Contea, appuntamento fisso dell'estate organizzato dalla Polisportiva San Rocco in collaborazione con altre associazioni del territorio giunta quest'anno alla decima edizione. Tre giorni da rivivere alla Corte di Niccolò III Orsini nel suggestivo scenario del centro storico pitiglianese: cena a tema, cortei storici, arcieri, tanti spettacoli e da quest'anno, nella giornata di sabato 19 il palio dei rioni pitiglianesi.

**Il tema 2017: Niccolò III si impadronisce della Contea (di Angelo Biondi)**.

L'anno 1465 segnò un momento di forte crisi nella Contea di Pitigliano. Ludovico, primogenito del conte Aldobrandino Orsini, ai primi di marzo morì per avvelenamento e la colpa fu data ai senesi, veri avversari del conte, che varie volte era entrato in confitto contro di loro.

Si ebbero atti di ostilità e ruberie degli Orsini nel territorio di Siena confinante con la Contea e subito spirarono venti di guerra con grande preoccupazione dei senesi, che si trovavano politicamente in un periodo molto critico. Anche papa Paolo II si preoccupò per il rischio che la guerra si potesse estendere tra gli Stati italiani, come già era accaduto in passato; perciò il Pontefice mandò a Pitigliano come suo emissario Gentile della Sala per cercare di appianare le divergenze. A Pitigliano intanto era accorso con i suoi armati Niccolò (poi Niccolò III), figlio secondogenito del conte Aldobrandino, che si trovava a Napoli a prestare servizio militare presso quel Re. Passarono mesi di febbrili trattative e nel frattempo si fece strada il sospetto, che poi trovò conferma, che l'avvelenamento di Ludovico Orsini non fosse stato tramato dai senesi, ma dall'amante del conte Aldobrandino: Penelope o Penella, sua cugina, che dal conte aveva avuto un figlio e tentava così di spianargli la strada nella successione della Contea. Intanto Siena, tramite suoi ambasciatori, aveva cercato di scagionarsi presso il conte Aldobrandino, avviando trattative per un atto di concordia, che assicurasse la pace. Il ponte ce Paolo II trovò un'efficace mediazione, spingendo i senesi ad assumere Aldobrandino con una condotta militare del valore di mille orini, così da legare il pericoloso conte di Pitigliano al servizio di Siena e smorzarne l'irrequietezza e i propositi di rivalsa. Un forte sospetto affiorò quando i senesi seppero che Aldobrandino aveva dato la signoria di Sorano al figlio Niccolò, non compreso negli accordi stipulati; tuttavia per tre anni resse la tregua. Poi ricominciarono gli incidenti nonché nel 1471 insorse un grave dissidio tra Aldobrandino e il figlio Niccolò, il quale entrò nella rocca di Pitigliano, fece fuori l'amante Penella e il figlio, cacciò il padre e si impadronì della Contea.

# IL SETTEMBRE DI VINO

*dal 31 agosto al 3 settembre*

Come ogni anno con l'arrivo del primo week end di settembre si accenderanno le luci della città del tufo per il *Settembre di Vino*, *La Festa delle Cantine di Pitigliano* uno degli eventi più attesi di tutto il territorio targato come sempre "Cantine nel Tufo".

Chi succederà alla Cantina Imperiale vincitrice della coppa delle cantine 2016 davanti alla Cantina dei Classici Torsi e a quella dei Serpi Vecchi?

Anche quest'anno saranno ben nove le cantine pronte a darsi battaglia per aggiudicarsi il primo posto di questa classifica che dallo scorso anno premia le migliori tre cantine partecipanti all'evento. Dislocate lungo il centro storico di Pitigliano, ci saranno tutti i gruppi storici che da anni animano la festa più una new entry: la cantina "Saverio Lupi Drink" dal nome di uno dei rappresentanti del gruppo che la compone.

Cene e degustazioni negli vecchi vicoli, spettacoli di ogni genere, i vini delle cantine del territorio, le carni e i prodotti delle terre del tufo, le antiche cantine scavate nel tufo, il tutto nella magica atmosfera che solo Pitigliano sa regalare. L'abitudine ad incontrarsi nelle cantine del paese vecchio e condividere esperienze in un clima di festa è nata a Pitigliano molti anni fa, nel periodo in cui iniziava la vendemmia e le cantine si trasformavano per intere settimane in luogo di lavoro e incontro.

Il Settembre di Vino, giunto alla sua 18a edizione, ha radici in questa antica consuetudine e cerca di riproporre quel clima di festa tanto caro ai pitiglianesi che negli anni ha fatto inna\morare innumerevoli turisti provenienti ormai da tutta Italia ogni primo week end di settembre.

**Le Cantine del Settembre di Vino 2017**

Cantina La Sbornia
Cantine dei Serpi Vecchi
Cantina Saverio Lupi Drink
Cantina Imperiale
Cantina Pistoni Roventi
Cantina di Pantalla
Cantina San Giuseppe
Cantina del Cilcista
Cantina dei Classici Torsi

# ERRARE È UMANO.

## *Passeggiata contro il perseverare del pericolo geotermico.*

**Luca Federici**

Certamente errare è umano, lo è sempre stato, ma quando ci si ritrova a fare i conti con la cieca perseveranza, mossa solo dal desiderio di avidità e di speculazione, altro non resta se non unirsi in un fronte comune contro il pericolo imminente. In questi ultimi tempi la popolazione locale è di fronte a qualcosa di veramente pericoloso, che con scelleratezza sta per essere riproposto con ingenti rischi per un vasto territorio. Eh sì, la vecchia centrale Enel di Latera, quella che doveva rappresentare il futuro energetico mondiale, l'araldo della cosiddetta energia Green, attualmente si presenta come un ecomostro in disuso che regna spettrale tra grovigli di tubi arrugginiti e serre coi vetri infranti.

La cosiddetta caldera di Latera non smette di ribollire sotto terra, e già solo passando in macchina si avverte la malsanità presente nell'area. Tanti sono i paesi presenti nelle vicinanze: Latera, Valentano, Farnese, Ischia di Castro, Pitigliano e Sorano, senza contare quelli che pur essendo a distanza allora vennero invasi dalla nuvola tossica emanata dalla centrale in atmosfera, in particolare Montefiascone. Lo stabilimento venne chiuso immediatamente, e da allora invaso da rovi e trascuratezza. E invece dopo quindici anni Enel, decisa a beneficiare degli eco incentivi, e avendo perlopiù ancora i diritti di sfruttamento sull'area ha formulato la richiesta di costruire una nuova centrale nei pressi di quella vecchia, mentre poco più a valle la società Latera Sviluppo srl intende costruire un impianto pilota.

Un tentativo di assedio su due fronti, unito alle altre decine di richieste di permessi di coltivazione geotermica che mettono a rischio tutta l'area tra Toscana Umbria e Lazio, i quali dall'Alfina all'Amiata, dal Paglia al Fiora, dal lago di Bolsena al mare, rischiano di deturpare il paesaggio, inquinare le falde acquifere, indurre terremoti e immettere nell'aria sostanze inquinanti. Senza contare che simili imprese, incompatibili con la vocazione del territorio, farebbero in breve tempo terra bruciata di un'area votata a ben altra crescita, favorendo lo spopolamento e lasciando il territorio in pasto alla speculazione e agli interessi esterni. Perciò tutti i comitati locali delle tre regioni insieme a tutte le persone sensibili intendono dire un forte e risonante "NO" alla speculazione geotermica del territorio.

Di recente è nato il coordinamento dei sindaci dell'Alta Tuscia contrari alla geotermia, una buona notizia nello scacchiere che si sta formando, anche se per le autorità territoriali non sarà facile contrastare "gli ordini dall'alto".

Riportiamo il comunicato stampa redatto dai comitati promotori dell'iniziativa del 30 luglio a Latera:

«Domenica 30 luglio dalle ore 9 persone di ogni provenienza e credo politico, i comitati di varie regioni del centro Italia, e politici locali, e parlamentari, si troveranno a Latera per un evento denominato "Errare è Umano. Passeggiata contro il perseverare del pericolo geotermico". Promotore dell'evento è il neonato Comitato per la tutela della salute e dell'ambiente di Latera, assieme al Comitato Farnese, ambiente salute e territorio; col supporto logistico di MaremmAttiva e della Rete nazionale Nogesi. La giornata di sensibilizzazione parte al mattino, con una passeggiata fino alla vecchia centrale geotermoelettrica , accompagnata dalla musica itinerante della Piccola Orchestra Tascabile. Seguiranno le testimonianze di chi ha vissuto la vicenda e le conseguenze della centrale stessa. Nel pomeriggio infine è prevista una tavola rotonda aperta, in cui raccontare e ascoltare. "A quindici anni di distanza dal rovinoso e fallimentare esperimento di Enel, conclusosi con la chiusura dell'impianto - spiega il comitato – l'incubo della speculazione geotermica torna a minacciare Latera e la Tuscia. Due richieste distinte su Latera, in particolare, sono ora al vaglio delle istituzioni. La prima di Enel Green Power nella zona della vecchia centrale dismessa, la seconda da parte della società Latera Sviluppo srl per costruirne una "pilota". A queste due richieste si sommano le decine di permessi rilasciati in tutto il Lazio, l'Umbria e la bassa Toscana. Una vera corsa agli incentivi pubblici". L'occasione nasce per porre un fermo "No" alla speculazione geotermica e all'inquinamento dei territori che si estendono da Latera, passando per Farnese e Ischia di Castro, fino al monte Amiata; ma allo stesso tempo occasione di incontro e condivisione di un crescente "Si" a prospettive e sviluppo sostenibile dei territori interessati. Il Programma: partenza ore 9 da Latera, piazza IV novembre; Visita alla vecchia centrale geotermoelettrica in disuso, con musica itinerante della Piccola Orchestra Tascabile; Pranzo conviviale al parco comunale dei castagneti, con Jam session; Tavola rotonda aperta, per uno sviluppo sostenibile del territorio».

*Comitato per la Tutela della Saute e dell'Ambiente di Latera*

maremmama by LisArt

Studio Artistico - Show Room
Pitigliano
Show Room - Orbetello

T-Shirt
Arte
Accessori

Edizioni
Limitate



IL TAGLIERE
MAREMMANO

PIZZERIA · BIRRERIA
PRODOTTI TIPICI · ENOTECA

San Quirico, Sorano
58010 - Piazza Trieste, 13 (Gr)
+39 340 9406601

seguici su:



Le Chicche del Borgo
di Barbara Corsetti

Artigianato
Collezionismo
Souvenir
Attrazione Turistica

Scendi nelle viscere della terra
a visitare la Grotta Magica

INFO E PRENOTAZIONI GRUPPI
0564614237 cell. 329 4023984 Le Chicche del Borgo
Via Roma 46, Pitigliano (GR) La Grotta Magica
lechicchedelborgo@gmail.com Antichi Mestieri Giordano Balducci
www.lechicchedelborgo.it

Bambole Fate e Folletti
Laboratorio Mandragone

ENOTECA "LA CANTINA INCANTATA"
Prodotti tipici, olio produzione propria
P. Petruccioli,10 - 58017 Pitigliano (GR)

ENOSTERIA "PANCACIUA"
Degustazione formaggi, salumi, bruschette,
vini, birra, liquori locali
Via Cavour, 32, 58017 Pitigliano (GR)

*Comunicato stampa*

# BANCA TEMA SOSTIENE LE AZIENDE AGRICOLE COLPITE DALLA SICCITÀ

Banca Tema rinnova il suo impegno per sostenete l'economia locale nei momenti di maggiore difficoltà, seguendo il percorso già intrapreso dalle tre Bcc che l'anno preceduta — Dichiara il Presidente Valter Vincio —. Le nostre banche sono sempre state molto attente a sviluppare interventi tempestivi a seguito di calamità naturali e altri eventi dannosi che hanno colpito le nostre comunità. Negli anni siamo sempre stati al fianco di quei soci e clienti che hanno subito i danni delle alluvioni, del vento, degli ungulati o dei predatori, attraverso misure specifiche e plafond straordinari stanziati per tutelare privati e aziende. La nostra azione, in quanto Banca di Credito Cooperativo, — prosegue il Presidente — mira alla crescita responsabile e sostenibile del territorio nel quale operiamo.

Anche oggi, a seguito del perdurare della situazione di siccità che ha colpito il nostro territorio e le aziende agricole che in esso operano, Banca Tema ha prontamente attivato una serie di iniziative a sostegno del settore zootecnico con l'obiettivo di arginare i danni dovuti alla mancanza di acqua.

In merito alla siccità — dichiara il Direttore generale Fabio Becherini — riteniamo che la parte più colpita siano le aziende di allevamento con produzione di latte o carne. Questo settore registra danni rilevanti dovuti alla mancanza di produzione di foraggi per l'inverno, la mancanza di pascoli e le difficoltà di abbeveraggio. Abbiamo concentrato i nostri interventi — prosegue il Direttore Becherini — proprio a favore di queste aziende per cercare di garantire loro la continuità produttiva e i fabbisogni necessari all'esercizio della loro attività.

In particolare, Banca Tema ha messo in atto le seguenti iniziative a favore delle aziende agrarie con attività zootecniche prevalenti (aziende con allevamenti bovini con produzioni di latte o carne, aziende con allevamenti ovini con produzioni di latte o carne, allevamenti caprini, allevamenti bufalini, allevamenti equini, allevamenti di api, allevamenti di suini allo stato semi brado e cinghiali):

**Blocco dei pagamenti dei finanziamenti e mutui agrari rivolto alle Aziende Agrarie con attività zootecniche prevalenti**. Il blocco dei pagamenti sarà valido fino al 01 Luglio 2018 e potrà essere effettuato per tutte le operazioni di credito agrario in essere presso Banca Tema anteriormente alla data del 01 Giugno 2017

**Finanziamento per acquisto di foraggi e granelle a tassi agevolati da destinare all'alimentazione del bestiame**. L'importo massimo riservato a ciascuna azienda è di Euro 15.000,00 (importo concedibile solo dietro presentazione di fatture di acquisto il finanziamento comprende l'IVA).

Saranno prese in considerazione spese sostenute o da sostenere con validità dal 01 Giugno 2017 sino al 30 Settembre 2017.

Il periodo di restituzione è fissato in sei anni di cui un anno di preammortamento e cinque anni di ammortamento con rate trimestrali.

È stato attivato, inoltre, a favore di tutte le aziende agricole, un **finanziamento a tassi agevolati per l'acquisto di sistemi di accumulo di acqua, tubazioni, sistemi di adduzione ed irrigazione, cisterne carrellate, materiali per realizzazione pozzi compreso costi di macchine movimento terra per la realizzazione dei pozzi, escavazione e trivellazione pozzi**. L'importo massimo concedibile ad azienda è di Euro 15.000,00. Saranno prese in considerazione spese sostenute o da sostenere con validità dal 01 Giugno 2017 sino al 30 Settembre 2017. Il periodo di restituzione è fissato in sei anni di cui un anno di preammortamento e cinque anni di ammortamento con rate trimestrali.

L'Ufficio Agricoltura di Banca Tema si impegna ad intensificare, poi, ove necessario, l'attività di affiancamento e consulenza ai soggetti colpiti dalla siccità.

Per maggiori informazioni, si prega di rivolgersi alla filiale più vicina o di contattare l'Ufficio Agricoltura.

## *Le ricette con i nostri prodotti*

**POMODORI RIPIENI**

**INGREDIENTI PER SINGOLA PORZIONE:**

- 1 grosso pomodoro da riso
- 90 gr di Pecorino Firmato Stagionato
- latte q.b
- 10 gr burro
- foglie di rucola una ventina

**Preparazione:**

Svuotare completamente il pomodoro e lasciarlo sgocciolare capovolto. In un pentolino sciogliere il Pecorino grattugiato con un pò di latte ed il burro. Porre a fuoco molto basso mescolando finchè la salsa tiepida si addensa. Tritare la rucola con qualche pezzetto di polpa di pomodoro avanzato, aggiungere alla salsa e riempire il pomodoro. Porre in frigo almeno 30 minuti.

## Rubrica storico-culturale a cura di *Luca Federici*

# La canapa, tra memoria e futuro

La canapa o *cannabis sativa* è una pianta annuale capace di raggiungere i 3-4 metri di altezza. È formata da un tronco legnoso caratterizzato da una fibra resistentissima, da foglie e da sommità fiorite che soggette all'impollinazione producono semi molto nutrienti nella sfera alimentare. In molti paesi, dall'India alla Cina, dalla Jamaica al Giappone è considerata una pianta sacra, coltivata in tutto il mondo fino alla metà del secolo scorso. Fino agli anni cinquanta si coltivava in tutta la penisola italiana, in particolare in Romagna, zona nella quale si identificava una varietà di canapa ben definita, la *Carmagnola*.

Una pianta estremamente versatile, dai mille usi, dal tessile all'alimentare, passando per l'edilizia, la carta, la bio plastica fino al settore energetico. Purtroppo quando si parla di canapa la mente si aggancia subito alla marijuana, ma come sempre è accaduto nella miglior tradizione della razza umana, a decidere le sorti sono sempre interessi privati e speculazioni senza limiti di decenza, decisi a privare la popolazione mondiale della libertà di coltivare la pianta che avrebbe e che ancora potrebbe salvare il pianeta. Esatto, i proibizionismi sfrenati che in gran parte dei paesi del globo hanno combattuto e tutt'ora combattono una guerra senza quartiere, che più che contrastare l'uso ricreativo della cannabis indica hanno avuto l'effetto (nonché lo scopo) di proibire la coltivazione della canapa industriale, altresì smantellandone l'intero apparato produttivo. L'Italia era il secondo produttore mondiale di canapa nei primi decenni del 900, e senz'altro deteneva il primato in qualità, ma si sa, i giochi di potere guardano all'interesse e non al progredire sostenibile. Fu così perciò che i cavalieri di ventura del nuovo secolo stabilirono la totale affermazione dei combustibili fossili su scala mondiale, ai danni dei prodotti derivanti dalla canapa.

Ormai tutti sanno che la canapa sativa può tranquillamente sostituire il petrolio, dai carburanti alle materie plastiche, dalle funi all'edilizia, ma essa può sostituire il cotone, la carta, i telai in genere (è celebre il tentativo ben riuscito negli anni venti da Henry Ford di costruire un'automobile completamente composta di canapa). Ma gli usi di questa pianta miracolosa sono infiniti: nell'alimentazione l'olio di canapa è un perfetto integratore naturale, al contempo in grado di apportare vitamine, i grassi polinsaturi positivi e gli omega ottimamente bilanciati. La coltivazione della canapa è incredibilmente efficace nel bonificare terreni contaminati da metalli pesanti, pesticidi e solventi per mezzo del suo apparato radicale. Va detto però che la dissoluzione dell'intero ciclo produttivo della canapa ha letteralmente cancellato una decina di professioni specializzate, e altresì impedito all'Italia di dimostrare la propria qualità nel realizzare numerosi prodotti derivati dalla sativa. In bassa Maremma e nell'Alta Tuscia coltivare la canapa era consuetudine all'interno di ogni nucleo familiare, e non esisteva podere che non avesse il proprio canapaio, dove la terra era "grassa" da permettere un buon raccolto.

La diffusione in Italia della canapa sativa su larga scala è avvenuta durante il Medioevo, tanto che scrittori e saggisti hanno pubblicato trattati di agricoltura, in particolare Pietro de Crescenzi nel suo *Opus ruralium commodorum*, opera fondamentale dell'epoca, dedica un intero capitolo alla canapa, dove riporta le tecniche generiche di coltivazione: "la canapa è della stessa natura del lino, e desidera somigliante aria e terra, ma non è bisogno ararla cotante volte; nondimeno chi desidera la canapa per funi, la dee seminare in terra grassissima, nella qual diverrà grande e avrà molta stoppa e grossa, per la grossezza della sua corteccia, e quanto più rada si semina, tanto più sarà ramoruta. Coloro che ne vorranno far panni, cioè sacca e lenzuola o camicie, la seminino in luoghi mezzanamente grassi e soluti, e spessi; né qua' luoghi verrà senza rami, quasi in modo di gran lino, e sarà convenevole a tutte le predette cose. E ancora sarà necessaria à pescatori per far reti, perocché la canapa meglio si difende nell'acqua che' lino, e similmente le reti fatte di lei. Seminasi nella fine di marzo e d'aprile, e sarchisi e colle mani se ne cavi l'erbe. Cogliesi la canapa quando i semi suoi sono maturi, cioè i maschi e legata in fastelli, si pongano in un luogo due fastelli insieme, sì che l'uno seme sia sopra l'altro, e le radici dall'altra parte: e copruesi le vette

Lavorazione della canapa - 1920

del seme con erba ovvero strame, sopra la quale si pone o pietra o terra, acciocché i semi si compian di maturare; e così si lasci stare sei o otto dì, e lesisene lo strame e le pietre, e porgasi sotto o presso à semi lenzuoli, e i semi sieno scossi, i quali caggiono agevolmente. Èl canape il qual fa seme, è detto maschio, e quello che fa seme, è detto femminino. Ma il femminino il qual non ha seme, tutto per dieci dì innanzi al maschio è divelto, quando comincia a imbiancare: e poi tutto insieme si macera nell'acqua, e vi si lascia stare insino a tanto che la stoppa si parta dal legno, e'l medesimo legno infracidato può esser trito, e specialmente quel ch'è sottile; e quello il quale è molto grosso e lungo siccome pertica, si può dipolare. La stoppa agevolmente si toglie, poiché sarà macerata nell'acqua e lavata e scossa, e poscia seccata. È nota, che del simigliante seme nasce la canapa ramosa, la quale moltio semi produce e infiniti, e altra non ramosa, che non fa seme".

Queste direttive sono rimaste in vigore fino a tempi recenti, così come le professioni specializzate che determinavano il processo di lavorazione della canapa da fibra, che contava almeno quattordici passaggi, da compiersi a mano o tutt'al più mediante attrezzi rudimentali. Il primo passo era ovviamente la semina, da effettuarsi in primavera, per

La raccolta della canapa all'Aia del Tufo

l'appunto tra fine marzo ed aprile; ogni famiglia seminava nel terreno adibito a canapaio il quantitativo necessario per il proprio fabbisogno. Quando la pianta era pronta si procedeva all'estirpazione, estraendo la pianta con la radice, oppure tagliandola con la roncola. Poi si procedeva all'essiccazione, ruotando i balzi sottosopra dopo tre giorni, per poi passare dopo la raccolta dei semi alla fase del macero. Riguardo questa pratica sono rintracciabili numerosi editti delle autorità di molte città italiane che vietavano di macerare le piante vicino ai centri abitati, a causa dell'odore nauseabondo che emanavano e al rischio di inquinamento delle acque. La macerazione avveniva in vasche naturali o artificiali, ma venivano usate anche le acque del lago di Bolsena. Dopodiché la canapa veniva asciugata e poi battuta affinché le parti legnose si staccavano dalla fibra. Dopo averla battuta la fibra grezza veniva pettinata, così da separarla dalle impurità e renderla morbida e lucente. Acquapendente ad esempio era famosa per gli artigiani capaci di pettinare la canapa egregiamente, un lavoro faticoso ed impegnativo. Il passo successivo era la filatura, un lavoro svolto esclusivamente dalle donne, mediante il fuso o il filatoio a ruota, poi il filo una volta avvolto veniva mano a mano affinato, dipanato, incannato, ordito per poi concludere il processo di lavorazione con la tessitura di corredi, di abiti o con l'intrecciamento delle funi.

Un lavoro lungo e difficile, dalla semina al prodotto finito, una notevole serie di processi che nella civiltà contadina offriva lavoro a numerose persone, definendo arti e mestieri, tutti scomparsi con l'arrivo della plastica e del nylon. Attualmente un po' in tutta Italia stiamo assistendo a un ritorno progressivo alla coltivazione della canapa sativa, anche se in questi lunghi decenni quella cultura come la si conosceva è quasi del tutto scomparsa. Tuttavia giovani agricoltori intraprendenti stanno cercando di investire su nuove frontiere, in particolare l'olio di semi, l'olio essenziale o la bioedilizia, tanto per citarne alcune, nella speranza che si possa assistere a un incremento a macchia d'olio in Italia della produzione, degli impianti di trasformazione e della distribuzione di prodotti a base di canapa, la pianta dai mille usi che salverà il pianeta.

## LA CANAPA DELL'AIA DEL TUFO

Il Bio Agriturismo Aia del Tufo, presente nel territorio di Sorano, è uno dei pochi esempi nella zona del tufo di azienda agricola che ha deciso di tornare a coltivare la canapa sativa, come un tempo facevano i loro avi. Oltre alla produzione di olio di semi e di farina nei progetti futuri ci sono la creazione di una birra artigianale alla canapa e di una produzione da destinare alla bio edilizia. Attualmente una parte del raccolto all'Aia del Tufo sta per essere destinato, appena raggiunta la maturazione delle piante, alla sperimentazione di olio essenziale di canapa ottenuto mediante corrente di vapore. Coltivare la canapa è tutt'altro che facile, soprattutto perché non esistono impianti di trasformazione nel centro Italia e il rapporto tra costi e ricavi è estremamente variabile. La speranza è che pian piano la coltura si diffonda e si ritorni a produrre i tessuti naturali di primissima qualità, oltre ai numerosi usi che oggi paradossalmente fanno tendenza. Domenica 11 giugno i campi di canapa dell'Aia del Tufo sono stati trasmessi su Linea Verde Estate. All'interno del programma, oltre alle tante coltivazioni interessanti che all'Aia del Tufo si praticano, sono state raccontate le caratteristiche agronomiche e i benefici salutari che si possono trarre dall'assunzione di questa pianta.

IL TUO LIBRO

Se hai un manoscritto nel cassetto...
può essere pubblicato!

Effigi
C&P Adver Effigi
Via Roma 14, 58031 Arcidosso (GR)
0564 967139 - cpadver@mac.com
334 856 91 59
cpadver-effigi.com

Agip
Dondolini Giovanni - Distributore Carburante Agip IMP 04984
Via N. Ciacci 513 - 58017 Pitigliano (GR)
Tel. 0564 616068 - 393 9742079 - dondolinigiovanni@libero.it
SELF 24H - PULIZIA AUTO

**Naturopata e Massoterapista** - vid@hotmail.it

# MELISSA OFFICINALIS L.

## *Melissa vera, Cedronella, Erba limona, Erba cedrina*

La parola '**melissa**' deriva dalla radice greca 'meli' che significa '**miele**', indubbiamente per il suo dolce nettare ed il suo profumo inebriante che attira api e insetti di ogni genere. Greci, Arabi e Latini ne consigliavano l'uso per calmare stati d'ansia e ne esaltavano i benefici sul sistema nervoso descrivendola addirittura come '*pianta che rallegra e conforta il cuore*', ideale soprattutto per lenire la malinconia e superare i momenti più critici della vita. Diffusa sia in Europa che in Asia occidentale, il fusto di questa pianta può raggiungere gli 80 cm di altezza ed è caratterizzato da una peluria diffusa anche sul fogliame di colore verde intenso. I **fiori** a calice mutano colore durante la fioritura, passando da un biancogiallastro al rosa pallido.

Ciò che si utilizza della melissa sono essenzialmente le foglie impiegate ancora oggi per calmare gli stati ansiosi e combattere i disturbi gastroenterici ad essi collegati. Un infuso a base di foglie di melissa, infatti, ha proprietà antinfiammatorie e antispasmodiche. Ottima per alleviare i dolori mestruali, crampi addominali, colite, mal di testa e disturbi digestivi. Potrete utilizzare le **foglie fresche di melissa anche in cucina**: aggiungete le foglie nell' insalata per godere delle sue proprietà digestive.

**Le proprietà rilassanti della melissa** permettono di utilizzarla sia per preparare delle tisane per riuscire a dormire meglio e per combattere l'**insonnia**, sia di realizzare dei **cuscini di erbe** che favoriscano il buon sonno, ad esempio potrete abbinare la melissa essiccata ad altre erbe e piante officinali tra cui troviamo la lavanda, la camomilla, il rosmarino e il timo per la preparazione dei vostri cuscini aromatici, balsamici e rilassanti.

La melissa viene consigliata in caso di **ansia**, soprattutto quando genera somatizzazioni a livello del **sistema gastrointestinale**.

Gli **oli essenziali** di cui sono ricche le foglie agiscono con un'azione rilassante sui muscoli e sul sistema nervoso, rinfrescante e antivirale.

### Controindicazioni

Se assunta in dosi modiche, non presenta effetti collaterali. Qualora venga assunta in **quantità eccessive**, potrebbe dare effetti diametralmente opposti a quelli per i quali viene assunta, per cui anziché risultare calmante, potrebbe risultare blandamente eccitante ed ansiogena. Non usare In caso di disturbi alla tiroide. Non usare l'olio essenziale in gravidanza e in allattamento.

### Modo d'impiego

**Infuso**: 1 cucchiaino raso di foglie essiccate, 250 ml d'acqua .Versare le foglie nell'acqua bollente e spegnere il fuoco. Coprire e lasciare in infusione per 10 minuti. Filtrare l'infuso e berlo al momento del bisogno. Adatto in caso di crampi addominali, colite spastica, nervosismo e nevralgie, dopo i pasti per digerire, prima di andare a dormire per usufruire dell'azione rilassante e blandamente sedativa. La tisana di melissa è indicata anche per sedare la fame nervosa provocata da stress e stati emotivi particolari.

**Decotto**: due cucchiaini di foglie fresche di melissa tritate ogni 250 ml d'acqua. Portate ad ebollizione l'acqua con le foglie di melissa fresche, lasciate sobbollire per 5 minuti, filtrate e versate.

**Tintura madre di melissa**: per un'azione digestiva 20 gocce in poca acqua tre volte al giorno dopo i pasti. Per ottenere un'azione rilassante assumere 40 gocce la sera prima di coricarsi.

### Come coltivare la Melissa

Trattandosi di una pianta assai resistente, può essere coltivata in qualsiasi posizione, preferibilmente in aree semi-ombreggiate, con **qualche ora di sole al giorno**, in vaso o meglio ancora in giardino, in un terreno profondo e leggermente umido.

**Non dev'essere concimata** e dovrete innaffiarla una volta alla settimana in mancanza di piogge. Seminata in primavera, la pianta fiorirà in estate. Raccogliere le foglie in fioritura.

SERVIZI FOTOGRAFICI
MATRIMONI E CERIMONIE

Nicola & Marco Tisi
Via Giovanni XXIII 39 - Pitigliano (GR)
graficart.nicolatisi@gmail.com
marcotisi8@gmail.com
Tisi Nicola 328 5455002
Tisi Marco 389 9618967

UnipolSai ASSICURAZIONI
ASSICOOP Toscana SpA
PITIGLIANO
Via Don F. Rossi, 34 • c/o locali CIA
SORANO
Via Petrarca, 2 • c/o locali CIA
Responsabile:
VALENTINA DAINELLI • Cell. 334 7317653
v.dainelli@assicooptoscana.it
www.assicoop.it

Tel. 3294924701 - anichinifra@gmail.com

*Piatti freddi, mangiare sano e completo senza rinunciare al gusto:*

# L'ALIMENTAZIONE PER L'ESTATE

Visto il periodo caldo che stiamo attraversando non possiamo non soffermarci sull'importanza e la necessità di ricorrere a piatti freddi che non solo si adattano bene al periodo ma possono essere utili al fine di stare bene ed aiutarci a raggiungere la giusta "silhouette". Piatto freddo coincide spesso anche con piatto unico e questo è un ottimo espediente per risparmiare tempo nella preparazione del pasto, soldi e calorie!

Ma vediamo adesso come formulare dei possibili pasti che possono essere sia salutari che buoni.

*A **colazione*** consiglio spesso di iniziare la giornata con *acqua e limone* che aiuta a stomaco vuoto a depurare l'intestino dalle scorie metaboliche e a digerire meglio gli alimenti che introdurremo successivamente.

Un altro alimento importante per iniziare al meglio la giornata è un *frutto fresco* o un *estratto* o una *spremuta*, utili per fare un carico di vitamine, sali minerali e fibra. La prima colazione può essere proseguita con delle *gallette di riso o di mais integrali*, che ci forniscono energia senza causare gonfiore (prive di glutine) e picchi glicemici eccessivi (presenza di fibra), soprattutto se abbinate con una o più fonte proteiche tra: prosciutto crudo, bresaola, salmone, frutta secca, uova. La mattina se gradito possiamo assumere come bevanda un *latte vegetale fresco*, come ad es. latte di soia o di riso o di avena o di mandorla, magari macchiato con un buon caffè o con un preziosissimo thè verde (ottimo antiossidante).

***Per il pranzo*** le combinazioni possono essere infinite; ciò che non deve mai mancare è una *base di verdura*, utile sia come contorno che come piatto unico se abbinata con una fonte proteica come il *tonno* (insalatona mista). A quest'ultima è possibile aggiungere anche della frutta secca o dell'avocado o vari semi (di lino, di sesamo, di zucca, etc.). Non solo delle insalatone, ma possiamo utilizzare con praticità della pasta fredda integrale, del riso freddo integrale, dei legumi interi (es. tonno e fagioli), finendo poi il pranzo con della *frutta fresca mista*, tipo macedonia o con dello *yogurt bianco*. Durante il pomeriggio può essere utile magiare della frutta fresca o bere un estratto di frutta mista con varie combinazioni.

***A cena*** consiglio di stare leggeri, di non sovraccaricare di amidi (pasta, pane, pizza), ma di concentrarsi su un *secondo piatto* (preferendo spesso il pesce) abbinato con un contorno abbondante di *verdura* e della *frutta fresca*. Un pasto leggero, se si viene da un pranzo particolarmente pesante, può essere composta da yogurt bianco e frutta fresca. Se è gradito il gelato sarebbe ottimale consumarlo all'interno del pasto (meglio a pranzo) al posto della frutta.

Anche se le temperature sono alte consiglio a tutti di muoversi molto, scegliendo magari delle ore della giornata meno calde, come ad es. alla mattina presto prima della colazione, in serata prima di cena, oppure una bella passeggiata rilassante prima di andare a dormire, con frequenza giornaliera e con un minutaggio minimo di 40 minuti.

Ricordo inoltre che, soprattutto d'estate, *risulta fondamentale bere a sufficienza acqua*, che può essere integrata da limone, e mangiare molta verdura e frutta per prevenire disidratazione e carenze vitaminiche dovute all'eccessiva sudorazione.

Buone vacanze a tutti, in salute e leggerezza!

Ristorante Gustand dal 1905 Guastini di Paola Ballerini
Piazza Petruccioli , 34 - 58017
PITIGLIANO GR
TEL 0564 615148 - www.gustand.it - info@gustand.it

BRANDO RACING
AUTOFFICINA • RIPARAZIONE AUTO E MOTO • MODIFICHE • TRASFORMAZIONI
Z. A. San Quirico di Sorano (GR)
www.brandoracing.it
Tel. 0564 619077 - Mob. 345 7731324

il COMPLEMENTOGGETTO
dell'arredo

Black
OutleT

ANTEPRIMA
Sconti fino al 70%
sui COMPLEMENTI d'Arredo

Via Santa Chiara 59, Pitigliano (GR)
lombardelliarredamenti.it - 0564 616823

Il Pozzo Antico

Locanda del Pozzo Antico

RISTORANTE PIZZERIA
Via Generale Orsini, 21
Pitigliano (GR)
Tel. 0564 614405

Vuoi scoprire le Bellezze e i Segreti del territorio?

GUIDE TURISTICHE E AMBIENTALI

RAFFAELLA AGRESTI
347 05 58 178

ELISABETTA PERI
347 70 06 452

SILVIA ZUCCHI
347 19 16 174