

Supplemento al periodico mensile di informazione culturale e pubblicitaria ValleyLife, Iscr. Trib di Perugia, del 17/05/2007 n.23/2007. Iscrizione R.O.C. 18175 Dir. Resp. Simone Bancini. Grafica: Serena Lombardi. Stampa: Oplaprint

# wiba®

Generators



**WIBA GENERATORS:**  
L'AMBIZIONE CHE GENERA ENERGIA  
The Ambition that Generates Energy

Anno XXII nr. 174 | INVERNO 2024

# ValleyLife

**AREZZO E CASENTINO** RIVISTA PANEUROPEA

# perlauto

motive solutions

**1** **Garanzia**  
fino a 2 anni  
e tagliando compresi

**2** **Consegniamo**  
a domicilio  
in tutta Italia

**3** **Acquistiamo**  
auto usate con  
pagamento immediato

Perlauto Motive Solutions è specializzata nella vendita e post vendita di auto usate, aziendali, fuoristrada e veicoli commerciali.

Perlauto Motive Solutions is specialized in sales and post-sales of second hand cars, business cars, off road vehicles and commercial ones.



## Selezioniamo il miglior usato per voi.

**15**  
GIORNI SODDISFATTI  
O RIMBORSATI

**7**  
DA 1 A 7 ANNI  
DI GARANZIA

**75**  
CONTROLLI QUALITÀ

**KM**  
CERTIFICATI

automercato@perlauto.eu

**Arezzo**  
Viale Giovanni Amendola, 32  
☎ + 39 0575 1820227

**PARTNER**  
**Carpoint**  
DIVISIONE USATO

**Grosseto**  
Via della Pace, 1  
☎ + 39 338 4810068

www.perlauto.eu



INVERNO 2024

### EDITORE, DIRETTORE RESPONSABILE

Dr. Simone Bandini (Tel. 3397370104)

### DIRETTRICE EDITORIALE

Dott.ssa Serena Lombardi (Tel. 3478540228)

Dott.ssa Francesca Donatelli (Tel. 3405321042)

### PROJECT ASSISTANT

Simona Vagnoli (Tel. 3486392368)

Dott.ssa Barbara Frau (Tel. 3383945423)

### PROGETTO GRAFICO e ADVERTISING:

Serena Lombardi

### PHOTO CREDITS

Francesca Donatelli

### AUTORI

**Simone Bandini:** Editore e Direttore di Valley Life. Dott. in Filosofia.

**Serena Lombardi:** Direttore Editoriale di Valley Life "Arezzo e Casentino". Dott.ssa in Disegno Industriale, Visual Designer.

**Francesca Donatelli:** Direttore Editoriale di Valley Life "Arezzo e Casentino". Dott.ssa in Architettura, Photographer.

**Simona Vagnoli:** Travel blogger e content creator, collaboratrice editoriale di Valley Life "Arezzo e Casentino".

**Elisabetta Macinai:** Presidente ENPA Sezione Casentino.

**Daniele Ghelli:** Diplomatico Ottico, specializzazione in optometria alla Sio di Firenze.

**Marco Graziani:** Titolare del Centro Salute "Sanitaria Ortopedia La Rocca snc".

Le opinioni degli autori non sono necessariamente le opinioni dell'editore. © Valley Life - tutti i diritti riservati. Ne è vietata la riproduzione anche parziale.

This magazine has been closed during a wibbly-wobbly, timey-wimey stuff.

## ValleyLife

REDAZIONE, PUBBLICITÀ  
Via Pio Borri, 10  
Pratovecchio Stia (Ar) 52015  
casentino.arezzo@valleylife.it  
www.valleylife.it

**4** **Lotta di genere**  
*The Gender Struggle*

**6** **L'alchimia del cambiamento**  
*The Alchemy of Change*



**12** **WIBA GENERATORS:**  
L'ambizione che genera energia  
*Wiba Generators:  
the Ambition that Generates Energy*

**20** **OMAC ACTIVE CNC**  
Omac consolida  
la sua posizione nel mercato  
*Omac Consolidates  
its Position in the Market*

**24** **DANIELE L'OTTICO**  
Gli effetti delle lenti Miyosmart  
di Hoya per il controllo della miopia  
*The Effects of Hoya's Miyosmart Lenses  
for Myopia Control*

**28** **SANITARIA ORTOPEDIA LA ROCCA**  
Postura perfetta:  
i segreti per una corretta prevenzione  
*Perfect Posture:  
the Secrets to Proper Prevention*



**34** **BLAZE SHOP**  
Cloting-shoes-accessories  
Since 2001



**40** **LA BOTTEGA DELLE ESPERIENZE**  
Tra tortelli ed orecchiette:  
il richiamo del Casentino  
*Between Tortelli and Orecchiette:  
the Call of Casentino*

**62** **I SENTIERI DI ARIANNA**  
*Arianna's Paths*

**66** **CANILE INTERCOMUNALE  
DEL CASENTINO**  
I Cani che nessuno vuole  
*Dogs That No One Wants*

**68** **Insieme per il benessere  
degli animali da compagnia:**  
**LA MEDICINA  
DEL COMPORTAMENTO**  
*Together for the Well-being of Pets:  
Behavioural Medicine*  
Dott.ssa Maruska Fossi



**76** **VBC ARNOPOLIS ASD**  
Chi sono gli allenatori  
della VBC Arnopolis?  
*Who Are the Coaches  
at VBC Arnopolis?*

**84** **ASD CASENTINO ACADEMY**  
*Casentino Academy*



**88** **PARCO NAZIONALE  
FORESTE CASENTINESI**  
La natura e i bambini  
*Nature and Children*

**92** **MUSEI ED ECOMUSEI  
DEL CASENTINO**  
Orari e Info  
*Museums and Ecomuseums  
of the Casentino,  
Info and Opening Hours*



If you have house in  
Arezzo or Casentino  
area please subscribe  
for free and ask for your  
complimentary copy

# LOTTA DI GENERE

## The Gender Struggle

di Simone Bandini

*"Tardi si pente del duello chi ha già l'elmo".  
(Decimo Giunio Giovenale)*

Più che di una lotta – tra orde di donne intrepide (dolcemente complicate) e schieramenti di maschi bruti e acefali – si tratta di un assedio cieco e deliberato che, a nostro parere, assume tratti di scarsa consapevolezza, risentimento ed evidente manipolazione. Una situazione grottesca, che tuttavia non si pensi sia fine a sé stessa, innocua.

Questo attacco frontale al genere maschile che è ormai la moda del momento, raccoglie un eterogeneo spiegamento di forze, dalle fazioni post-femministe in crisi esistenziale, 'svuotate' da una vittoria sul campo ormai schiacciante, alle forze pseudo progressiste in crisi d'identità – e per questo fortemente decadenti, demoniache e dissolutrici. Passiamo oltre l'immagine consegnata da taluni rappresentanti della moderna virilità che si dipingono il volto rosso sangue e indossano il cilicio, quale auto-fustigazione e ammissione d'imperitura colpa: un peccato mortale e originale, un'appartenenza maledetta: quella al 'patriarcato'. Si salvi chi può!

Utilizzare il male per fare del male, per distruggere. Diciamo noi. A sostegno di questa analisi e al di fuori di ogni sospetto, si citi qui Hannah Arendt, filosofo (e non filosofo, che non si può sentire): *"Il peggior male non è dunque il male radicale, ma è un male senza radici. E proprio perché non ha radici, questo male non conosce limiti"*. Solo il bene è profondo e può essere radicale; il male è invece banale, superficiale e si contrappone al pensiero – che invece attinge in profondità, e per questo, ironicamente, non riesce a comprenderlo. Il male si diffonde così in 'superficie', nell'indifferenza e nei luoghi comuni, come un fungo ammorbando il mondo intero.

Tragedie come l'omicidio di Giulia Cecchetti – temibili derivate del vuoto etico, estetico, emotivo ed operativo della gioventù odierna, e non escluderei nemmeno la generazione precedente con quarantenni a spipolare sullo smartphone da mane a sera – diventano in questa temperie sotto-culturale occasioni strumentali di condanna al genere maschile. Così un fatto cruento, malvagio in senso assoluto, si trasforma in un linciaggio di genere, contro il 'maschio' e le sue imperdonabili aberrazioni costitutive.

E un tale processo, una tale cagnara, non fa che ledere l'onore e il sentimento di rispetto e cordoglio che si dovrebbero avere e tenere per la vittima e la sua famiglia. Non è dignitosa questa caciara, ad uso e consumo della politica e della 'rivoluzione gender'.

Ciò che sorprende, ancora di più, è l'atteggiamento *'politically correct'* del governo conservatore in carica – che a gran voce annuncia campagne di sensibilizzazione a colpi di 'educazione sentimentale', nelle scuole. La toppa peggiore del danno. Come se un assassino potesse essere un potenziale riflesso della nostra tradizione classica – che di contro non può che educare l'animo umano alla gentilezza e alla giustizia. Mah!

*"He who wore a helm, repents of the duel when it is too late."  
(Decimus Junius Juvenal)*

More than a fight – between hordes of intrepid (sweetly complicated) women and ranks of brute and headless males – it is a blind and deliberate siege that, in our opinion, takes on traits of lack of awareness, resentment and obvious manipulation. A grotesque situation, but one that should not be thought to be an end in itself, harmless.

This frontal attack on the male gender, which is now the fashion of the moment, gathers a heterogeneous deployment of forces, from post-feminist factions in existential crisis, 'emptied' by a now overwhelming victory on the field, to pseudo-progressive forces in identity crisis – and therefore strongly decadent, demonic and dissolving. Let us pass over the image given by certain representatives of modern manhood who paint their faces blood-red and wear a hairpiece, as self-flogging and admission of imperishable guilt: a mortal and original sin, a cursed belonging: that of 'patriarchy'. Save yourself if you can!

To use evil to do evil, to destroy. We say. In support of this analysis and beyond all suspicion, let us quote here the philosopher Hannah Arendt: *"The worst evil is therefore not radical evil, but is an evil without roots. And precisely because it has no roots, this evil knows no bounds."* Only the good is profound and can be radical; Evil, on the other hand, is banal, superficial and opposed to thought – which instead draws deeply, and for this reason, ironically, it cannot understand it. Evil thus spreads to the 'surface', in indifference and clichés, like a mould polluting the whole world.

Tragedies such as the murder of Giulia Cecchetti – fearsome drifts of the ethical, aesthetic, emotional and operational emptiness of today's youth, and I wouldn't even exclude the previous generation with forty-year-olds splurging on their smartphones from morning to night – become instrumental occasions of condemnation of the male gender in this sub-cultural climate. Thus a bloody act, evil in the absolute sense, is transformed into a gender-based lynching, against the 'male' and its unforgivable constitutive aberrations.

And such a mechanism, such a mess, only harm the honour and the feeling of respect and condolences that should be had and kept for the victim and his family. This confusion is not dignified, for the use and consumption of politics and the 'gender revolution'. What is even more surprising, is the *'politically correct'* attitude of the current conservative government – which loudly announces awareness campaigns with 'sentimental education' in schools. The patch worse than the damage. As if a murderer could be a potential reflection of our classical tradition – which on the other hand can only educate the human soul to kindness and justice.

La 'lotta di genere' è oggi la nuova 'lotta di classe'. E i suoi promotori hanno una simile estrazione culturale: dall'egualitarismo comunista al livellamento post-capitalista il passo è breve. I generi maschile e femminile – ormai de-generati, depotenziati, indefiniti – si disgregano e smarriscono in indifferenziate 'unità di consumo', senza vita reale, emotivamente vuote, ad uso del mercato e dei suoi demiurghi.

Tenetevela, una vita meramente operativa!

Siamo giunti alla battaglia finale. E non è affatto un'operazione occulta. L'obiettivo è la distruzione della nostra storia, delle nostre origini (patriarcali, ahimè!), di ogni legame tradizionale col passato. L'annientamento di ogni identità di genere porterà alla cancellazione della famiglia che conosciamo e, ben presto, anche l'amore (che rende immortale ciò che è mortale) sarà solo una bizzarra anticaglia, un inciampo da censurare e gestire. Quello che possiamo fare? Ribellarci. Poiché uomo e donna sono complementari, funzionali e si completano nella loro prodigiosa alterità. Non cedete alla logica della contrapposizione. Amatevi come un tempo.

The 'gender struggle' is today the new 'class struggle'. And its promoters have a similar cultural background: from communist egalitarianism to post-capitalist levelling is a short step. The male and female genders – now de-generated, disempowered, undefined – disintegrate and lose themselves in undifferentiated 'consumption units', without real life, emotionally empty, for the use of the market and its demiurges.

Keep it for yourself, your purely operational life!

We have come to the final battle. And it's not a covert operation at all. The goal is the destruction of our history, of our origins (patriarchal, alas!), of any traditional link with the past. The annihilation of all gender identity will lead to the erasure of the family we know and, soon, even love (which makes immortal what is mortal) will be just a bizarre antiquity, a stumbling block to be censored and managed.

What can we do? Rebel. Because man and woman are complementary, functional and complement each other in their prodigious otherness. Do not succumb to the logic of opposition. Love each other as in the past.



ASCOLTO CONSIGLIATO  
Recommended listening:

Elisa, "Ecco che"



# L'ALCHIMIA DEL CAMBIAMENTO

## The Alchemy of Change

di Simona Vagnoli

*Panta rei (πάντα ῥεῖ) "tutto scorre": le parole profetiche di Eraclito risuonano ancora oggi come un eco eterno che sussurra il segreto del cambiamento, illuminando la realtà mutevole dell'esistenza umana.*

Questa forza inarrestabile può manifestarsi come una scelta consapevole o come un impulso esterno che spinge l'essere umano fuori dalla zona di comfort con conseguenze sia positive che negative e ciascun individuo, come alchimista della propria vita, è immancabilmente chiamato a sperimentare l'arte di trasformare le sfide in opportunità e accogliere l'imprevedibile percorso evolutivo.

Quando la spinta viene dal desiderio di realizzazione e crescita personale, ci inoltriamo audacemente nel viaggio del cambiamento volontario e ci impegniamo a compiere scelte intenzionali che ci spingano verso nuove direzioni e ci consentano di esplorare l'infinita potenzialità del nostro essere. È un cammino intriso di determinazione e coraggio, in cui abbandoniamo le rive familiari per solcare gli oceani dell'incertezza, illuminati da nuove passioni e talenti nascosti con un profondo atto di fiducia in noi stessi.

Come una farfalla che emerge dal suo bozzolo, pronta a spiegare le ali e a volare verso nuove prospettive, abbracciamo il potere della scelta e spicchiamo il volo al ritmo dei nostri sogni e desideri, rompendo volontariamente le catene delle abitudini.

Tuttavia, anche quando questo processo è frutto di un intenso desiderio, le sfide sono inevitabili. Dobbiamo essere pronti a lasciar andare ciò che ci trattiene, a superare le nostre paure, a lottare per i nostri ideali senza farsi scalfire dai venti contrari e a sostenere immensi sacrifici. Nonostante la forza di andare avanti derivi dalla propria aspirazione, la lotta per la trasformazione è serrata, allo stesso modo di chi, nella situazione opposta, resiste. Molto più spesso, infatti, il cambiamento ci trova impreparati, materializzandosi in una tempesta improvvisa che sconvolge l'esistenza. Come naufraghi gettati in acque agitate, ci sentiamo travolti dalla forza di eventi che non possiamo controllare, da un forte senso di smar-

*Panta rei (πάντα ῥεῖ) "everything flows": Heraclitus' prophetic words still resonate today like an eternal echo that whispers the secret of change, illuminating the changing reality of human existence.*

This unstoppable force can manifest itself as a conscious choice or as an external impulse that pushes the human being out of the comfort zone with both positive and negative consequences and everyone, as the alchemist of his own life, is invariably called to experiment with the art of transforming challenges into opportunities and welcoming the unpredictable evolutionary path.

When the drive comes from the desire for personal fulfillment and growth, we boldly step into the journey of voluntary change and commit to making intentional choices that propel us in new directions and allow us to explore the infinite potential of our being. It is a journey steeped in determination and courage, in which we leave the familiar shores to sail the oceans of uncertainty, illuminated by new passions and hidden talents with a deep act of self-confidence.

Like a butterfly emerging from its cocoon, ready to spread its wings and fly to new perspectives, we embrace the power of choice and soar to the rhythm of our dreams and desires, voluntarily breaking the chains of habits. However, even when this process is the result of intense desire, challenges are inevitable.

We must be ready to let go of what is holding us back, to overcome our fears, to fight for our ideals without being affected by headwinds, and to make immense sacrifices. Although the strength to move forward comes from one's own aspiration, the struggle for transformation is fierce, in the same way as those who, in the opposite situation, resist.

Much more often, in fact, change finds us unprepared, materializing in a sudden storm that upsets existence. Like castaways thrown into troubled waters, we feel overwhelmed by the force of events that we cannot control, by a strong sense of bewilderment and upset, forced to face the unknown and reconsider our beliefs. In this case, it is even more necessary to find one's inner



rimento e turbamento, costretti ad affrontare l'ignoto e a riconsiderare le nostre convinzioni. In questo caso è necessario ancor più scovare la propria forza interiore, la resilienza e la capacità di adattamento per trasformare le avversità in opportunità, e finalmente, dopo un percorso più o meno lungo e travagliato, trovare la bellezza nel caos.

Qualsiasi sia la natura del cambiamento spesso è accompagnato da un'ombra imponente, la più temibile di tutte le emozioni: la paura. Questo sentimento si insinua nell'anima, generando smarrimento e incertezza di fronte ad un futuro che si staglia come un'immensa tela bianca, piena di infinite ma sconosciute possibilità. Così come il mare si ritira in presenza di una marea tumultuosa, l'anima si ritrae, timorosa di abbandonare la sicurezza della riva familiare.

Ma il cambiamento non è altro che un viaggio inevitabile di trasformazione in cui siamo chiamati a confrontarci con le dualità e le contraddizioni della vita. È in questo spazio intermedio, tra la luce e l'ombra, la gioia e il dolore, la certezza e l'incertezza, che la crescita più profonda si manifesta: ogni fine segna l'inizio di qualcosa di nuovo e ogni perdita apre le porte ad un percorso in cui ci liberiamo dagli schemi del passato, ci apriamo alle potenzialità del presente e abbracciamo il mistero del futuro scoprendo che le nostre capacità di adattamento e di trasformazione sono più grandi di quanto potessimo immaginare.

Ma quindi: quanto dista la paura dal coraggio?

strength, resilience and ability to adapt to transform adversity into opportunity, and finally, after a more or less long and troubled path, find beauty in chaos.

Whatever the nature of change, it is often accompanied by a towering shadow, the most fearsome of all emotions: fear. This feeling creeps into the soul, generating bewilderment and uncertainty in the face of a future that stands out like an immense blank canvas, full of infinite but unknown possibilities. Just as the sea retreats in the presence of a tumultuous tide, the soul retreats, fearful of abandoning the safety of the familiar shore.

But change is nothing more than an inevitable journey of transformation in which we are called to confront the dualities and contradictions of life. It is in this in-between space, between light and shadow, joy and sorrow, certainty and uncertainty, that the deepest growth manifests itself: every end marks the beginning of something new and every loss opens the doors to a path in which we free ourselves from the patterns of the past, open ourselves to the potential of the present and embrace the mystery of the future, discovering that our capacities for adaptation and transformation are more bigger than we could have imagined.

But then, how far is fear from courage?



ASCOLTO CONSIGLIATO  
Recommended listening:

Keane, "Everybody's changing"



## SERENA LOMBARDI

Direttore Editoriale Valley Life Casentino Arezzo

VISUAL GRAPHIC DESIGNER

*Grafica è creazione e si serve della Curiosità e dell'immaginazione.  
La creatività nasce solo in seguito alla curiosità!*

Creatività significa generare qualcosa che prima non c'era.  
Si *crea* quando si inventano situazioni originali alla scoperta del bello, si scoprono forme in precedenza non conosciute, si introducono nuovi elementi.  
Per conseguire *esperienze creative* è importante l'immaginazione in quanto il pensiero creativo del grafico deve avere luogo al di là dei limiti conosciuti, fuori dagli schemi.  
È necessario sviluppare la curiosità, allontanarsi dalle idee convenzionali.  
La *curiosità* è quindi il *motore della creatività*, un atteggiamento mentale che ci porta lontano dall'ordinario.  
Curiosità e osservazione sono elementi base e fondamentali per un grafico.

*"Crea, inventa, sperimenta, essi curioso, immagina, cresci, assumiti dei rischi, rompi le regole, fai errori e divertiti!  
Riempi la carta con i respiri del tuo cuore!"*



## FRANCESCA DONATELLI

Direttore Editoriale Valley Life Casentino Arezzo

PHOTOGRAPHER

### Fotografia e Cuore

La fotografia è per me principalmente legata al ricordo.

Ricordo: dal latino: re-indietro cor-cuore. Richiamare in cuore.

La fotografia è spesso considerata un'arte che tocca il cuore delle persone.

La fotografia è un potente mezzo per esprimere una vasta gamma di emozioni, tra cui amore, gioia, tristezza e rabbia. Può raccontare storie romantiche o familiari, mostrare la bellezza dei paesaggi, ma anche la sofferenza e le difficoltà delle persone, celebrando allo stesso tempo la diversità e l'unicità dell'umanità.

Le fotografie possono influenzare il cuore come forma d'arte, portando sollievo, ispirando sentimenti di gratitudine e meraviglia, ma anche compassione e desiderio di cambiamento se raccontano una storia di ingiustizia.

La fotografia può essere un modo per rivelare la vera essenza di una persona, mostrando il suo cuore e la sua anima. Attraverso la fotografia, si può mettere in risalto la bellezza interna ed esterna, mostrando la personalità e le emozioni di un individuo.

La fotografia è il modo che abbiamo di legare al nostro cuore il nostro passato, di consultarlo, per capire ed essere capaci di cura, ora e nel futuro. Per essere consapevoli di chi siamo, da dove veniamo e dove potremmo andare. Per non perdere niente e nessuno della nostra vita.

La fotografia e il cuore sono strettamente legati, poiché l'arte di catturare immagini può toccare le corde più profonde delle emozioni umane, come lo scrivere ed il raccontare.



La squadra Valley Life Casentino Arezzo  
con l'editore SIMONE BANDINI

Fotografie di Francesca Donatelli



**Divò**  
Cocktail Risto-Club

P.zza San Francesco, 1 Arezzo (Ar)

+ 0575 494216

[www.divococktailclub.it](http://www.divococktailclub.it)  
[info@divococktailclub.com](mailto:info@divococktailclub.com)

follow us  



informazione pubblicitaria

**wiba**<sup>®</sup>  
Generators

**wiba**<sup>®</sup>  
Generators

**wiba**<sup>®</sup>

# WIBA GENERATORS: L'AMBIZIONE CHE GENERA ENERGIA

Wiba Generators: the Ambition that Generates Energy

DI SIMONA VAGNOLI

*I fratelli Carlo e Antonio Ucciero*

*Cover story*

informazione pubblicitaria



Carlo (sx) e il fratello Antonio (dx)

*Nel panorama sempre più dinamico dell'industria metalmeccanica, un nuovo nome si sta facendo strada nel settore dei Gruppi Elettrogeni ed ha scelto il Casentino, più precisamente Soci, per una nuova sede operativa.*

WIBA GENERATORS ha la sede legale e produttiva a Napoli, ma ha individuato in Toscana la base strategica per affermarsi in tutto il centro e il nord Italia. "Ancora devo abituarli al silenzio di Soci ma sono sicuro di aver fatto la scelta giusta! Mi sto innamorando del territorio, del paesaggio e delle persone che mi hanno stupito per la loro gentilezza e disponibilità" spiega Carlo Ucciero (CEO della WIBA) con l'entusiasmo di chi crede fortemente nel proprio progetto. Carlo, dopo aver lavorato per 20 anni come direttore commerciale di un'azienda concorrente di grande rilievo da cui ha saputo trarre preziose competenze e lezioni per migliorarsi, ha deciso infatti di affrontare una sfida - che lui stesso definisce "da pazzi" - avventurandosi nel mondo degli imprenditori, con l'apertura di una propria azienda nel settore dei Gruppi Elettrogeni nel bel mezzo della pandemia di COVID-19 e della conseguente crisi mondiale. La sua vasta esperienza nel settore e la sua determinazione hanno spianato la strada per la creazione di un gruppo che sta crescendo rapidamente, offrendo

*In the increasingly dynamic panorama of the metalworking industry, a new name is making its way in the Generating Sets sector and has chosen Casentino, more precisely Soci, for a new operational hub.*

WIBA GENERATORS has its registered and production headquarters in Naples but has identified Tuscany as the strategic base to establish itself throughout central and northern Italy. "I still have to get used to Soci's silence but I'm sure I made the right choice! I am falling in love with the territory, the landscape and the people who have amazed me with their kindness and helpfulness" explains Carlo Ucciero (CEO of WIBA) with the enthusiasm of someone who strongly believes in his project. Carlo, after working for 20 years as a commercial director of a major competitor from which he was able to draw valuable skills and lessons to improve himself, decided to take on a challenge - which he himself defines as "crazy" - venturing into the world of entrepreneurs, with the opening of his own company in the Generating Sets sector in the midst of the COVID-19 pandemic and the consequent global crisis. His extensive experience in the sector and his determination have paved the way for the creation of a group that is growing rapidly, offering timely and efficient commercial and technical responses, thanks to

risposte commerciali e tecniche tempestive ed efficienti, grazie a una mentalità giovane e un approccio dinamico che mira a soddisfare le esigenze dei clienti con soluzioni personalizzate e ad adattarsi velocemente alle mutevoli dinamiche del mercato. Accanto a Carlo, c'è il fratello, Antonio che, come lui, ha dimostrato un grande coraggio nel lasciare il posto fisso che aveva da 15 anni. Senza esitazione, ha seguito Carlo in questa avventura riconoscendo l'opportunità unica di essere parte di qualcosa di straordinario, guidato da una fede incrollabile nel progetto e dalla convinzione che insieme potessero fare la differenza nel settore, contro tutti i pareri contrari che immancabilmente pendono sulla testa di chi ha il coraggio di abbracciare l'incertezza e di perseguire i propri sogni, ispirando gli altri a fare lo stesso. Carlo e Antonio dimostrano di essere un grande esempio di determinazione e spirito imprenditoriale e sono la prova tangibile che il successo non si raggiunge solo attraverso la sicurezza e la comodità, ma attraverso la sfida, la passione e la tenacia. Ed è per questo che nel loro team accolgono solo persone con una forte voglia di mettersi in gioco e crescere professionalmente, che si sentono parte del progetto e lo abbracciano con la loro stessa carica e forza di volontà, dimostrando passione, senso di responsabilità e iniziativa: "Le persone fanno la differenza" precisa Carlo. Per adesso la sede di Napoli conta 10 dipendenti, ma l'espansione nazionale ed internazionale li spinge a continuare la loro ricerca di professionisti che condividano la loro visione di un lavoro dinamico, in cui il merito può portare a grandi risultati.

a young mentality and a dynamic approach that aims to meet customer needs with customized solutions and to adapt quickly to changing market dynamics. Next to Carlo, there is his brother Antonio who, like him, has shown great courage in leaving the permanent job he had for 15 years. Without hesitation, he followed Carlo on this adventure recognizing the unique opportunity to be part of something extraordinary, driven by an unwavering faith in the project and the belief that together they could make a difference in the industry, against all the contrary opinions that invariably hang over the heads of those who have the courage to embrace uncertainty and pursue their dreams, inspiring others to do the same. Carlo and Antonio prove to be a great example of determination and entrepreneurial spirit and are tangible proof that success is not only achieved through safety and comfort, but through challenges, passion and tenacity. And that's why in their team they only welcome people with a strong desire to get involved and grow professionally, who feel part of the project and embrace it with their own energy and willpower, demonstrating passion, a sense of responsibility and initiative: "People make the difference" Carlo points out. For now, the Naples office has 10 employees, but national and international expansion pushes them to continue their search for professionals who share their vision of dynamic work, in which merit can lead to great results.

Wiba generators: gruppi elettrogeni







Gruppo elettrogeno militare



Gruppo elettrogeno per un concerto all'aperto

Oltre all'apertura di una filiale in Albania per servire il mercato dei Balcani (Albania, Macedonia, Montenegro, Kosovo ecc.), in Camerun per coprire l'Africa occidentale, nei Paesi Bassi per servire meglio il Nord Europa (Paesi Bassi, Francia, Belgio, Germania, Lituania ecc) e con la società già registrata in UK "WIBA GENERATORS LTD", l'arrivo in Casentino lascia presagire tutto il loro desiderio di espandersi velocemente e ancora oggi i fratelli Ucciero sono alla ricerca di professionisti che condividano la loro visione di un lavoro dinamico, in cui il merito può portare a grandi risultati, incluso l'opportunità di espandersi a livello internazionale.

La determinazione e l'approccio stimolante di Carlo e del suo gruppo li hanno resi una forza da temere, alimentando la loro costante volontà di superare i limiti e di offrire il massimo ai clienti. "Siamo un pesciolino rosso che danza svelto e inarrestabile tra i giganti lenti dell'oceano schivando agilmente le insidie lungo il percorso." Sottolinea Antonio.

In addition to the opening of a branch in Albania to serve the Balkan market (Albania, Macedonia, Montenegro, Kosovo etc.), in Cameroon to cover West Africa, in the Netherlands to better serve Northern Europe (Netherlands, France, Belgium, Germany, Lithuania etc.) and with the company already registered in the UK "WIBA GENERATORS LTD", the arrival in Casentino foreshadows all their desire to expand quickly and even today the Ucciero brothers are looking for professionals who share their vision of dynamic work, where merit can lead to great results, including the opportunity to expand internationally.

The determination and inspiring approach of Carlo and his team have made them a force to be feared, fueling their constant desire to push the boundaries and deliver the best to customers. "We are a goldfish that dances fast and unstoppable among the slow giants of the ocean, nimbly dodging the pitfalls along the way." Antonio points out.

WIBA si occupa della produzione, fornitura, installazione, assistenza e noleggio di Gruppi Elettrogeni da 5 kVA a 3000 kVA per molti settori diversi tra di loro. Le fabbriche, ad esempio, hanno bisogno di una fonte di energia d'emergenza per mantenere sempre attiva la linea di produzione nel caso in cui manchi la corrente nazionale; gli alberghi, i supermercati e gli ospedali per evitare interruzioni di corrente che potrebbero compromettere il funzionamento degli ascensori, degli impianti di aria condizionata, dei frigoriferi industriali e delle attrezzature mediche. Nei cantieri edili i Gruppi Elettrogeni sono indispensabili per alimentare i macchinari. L'esercito, le ONGs e i campi umanitari ne hanno estrema necessità per svolgere tutte le loro attività ovunque nel mondo, così come i data center e il settore delle telecomunicazioni per evitare perdita di dati e garantire una connessione stabile e continua. I concerti all'aperto richiedono Gruppi Elettrogeni per alimentare le casse, l'illuminazione, i bar e i servizi igienici.

WIBA deals with the production, supply, installation, service and rental of Generating Sets from 5 kVA to 3000 kVA for many different sectors. Factories, for example, need an emergency power source to keep the production line running at all times in case there is a power failure; hotels, supermarkets and hospitals to avoid power outages that could compromise the operation of elevators, air conditioning systems, industrial refrigerators and medical equipment. On construction sites, Generators are essential to power machinery. The military, NGOs and humanitarian camps are in dire need of it to carry out all their activities anywhere in the world, as well as data centers and the telecommunications sector to avoid data loss and ensure a stable and continuous connection. Open-air concerts require Generator Sets to power the speakers, lighting, bars, and toilets.

Noleggio Gruppo Elettrogeno - Settore Marino





Carlo Ucciero (CEO) 20 anni fa in Africa con manutentori di Gruppi Elettrogeni Africani

La lista dei settori dove sono indispensabili non finisce mai. Il Gruppo Elettrogeno è quel classico prodotto che si trova ovunque ma che non si nota fin quando non si inizia a pensarci: serve ovunque per garantire una fornitura affidabile laddove la rete elettrica potrebbe essere interrotta o instabile, consentendo alle attività di proseguire senza interruzioni e garantendo il comfort e la sicurezza delle persone coinvolte.

Il calendario dei due fratelli è denso di viaggi già programmati in Europa, Asia, Africa e Stati Uniti dove intendono mantenere un contatto diretto con i propri clienti, senza intermediari e troppi step burocratici, anche nelle zone più remote e difficili.

WIBA ha fatto il suo debutto nel suggestivo contesto del Casentino, assicurando il successo del Tropical Party, un evento estivo gratuito dedicato alla musica e al divertimento che ha coinvolto centinaia di partecipanti.

Il suo significativo contributo, nonostante il pubblico potesse non essere consapevole di chi stava lavorando dietro le quinte, ha dimostrato la capacità di WIBA di creare esperienze memorabili e di impattare positivamente la comunità locale anche durante iniziative culturali e di intrattenimento.

Mentre molte aziende scelgono di sponsorizzare l'industria sportiva, WIBA ha abbracciato la passione per il blues e ha deciso di sostenere appositamente questo settore musicale.

È infatti sponsor ufficiale di BLUES HIGHWAY.IT, un'organizzazione nata per supportare "The Blues" in Italia e nel mondo, grazie alla quale già molte Blues Band hanno avuto il supporto per farsi conoscere e affermare nell'industria musicale. E come poteva Carlo, non ideare anche una serie di quadri di controllo identificati con il nome Memphis, per omaggiare la culla del Blues?

The list of sectors where they are indispensable never ends. The Generator Set is that classic product that you can find everywhere but that you don't notice until you start thinking about it: it is used everywhere to ensure a reliable supply where the electricity grid could be interrupted or unstable, allowing activities to continue without interruption and ensuring the comfort and safety of the people involved.

The calendar of the two brothers is full of trips already planned in Europe, Asia, Africa and the United States where they intend to maintain direct contact with their customers, without intermediaries and too many bureaucratic steps, even in the most remote and difficult areas.

WIBA made its debut in the evocative setting of Casentino, ensuring the success of the Tropical Party, a free summer event dedicated to music and fun that involved hundreds of participants. His significant contribution, despite the fact that the public may not have been aware of who was working behind the scenes, demonstrated WIBA's ability to create memorable experiences and positively impact the local community even during cultural and entertainment initiatives. While many companies choose to sponsor the sports industry, WIBA has embraced the passion for the blues and decided to support this music industry specifically.

In fact, it is the official sponsor of BLUES HIGHWAY.IT, an organization created to support "The Blues" in Italy and around the world, thanks to which many Blues Bands have already had the support to make themselves known and establish themselves in the music industry. And how could Carlo not also design a series of control panels identified with the name Memphis, to pay homage to the cradle of the Blues?



Quadro di controllo "Memphis"

WIBA mette a disposizione un vasto catalogo di Gruppi Elettrogeni industriali e marini disegnati e prodotti direttamente nella sede di Napoli ed installati in ogni parte del mondo e in esclusiva per il territorio italiano garantisce la possibilità di noleggio da 9 a 900 kVA.

I prodotti comprendono sia modelli standard che personalizzati, da 5 a 3000 kVA e sono equipaggiati con motori Perkins, Fpt, Baudouin, MTU, MAN, Doosan, Kubota, Yanmar ed alternatori come Mecc Alte, Marelli, Stamford, Linz, Leroy Somer. WIBA attualmente è presente con Gruppi Elettrogeni disponibili in Italia, Inghilterra, Paesi Bassi, Irlanda, Camerun, Albania, Ucraina ed Etiopia. In tutta Italia operano centri assistenza che offrono sopralluoghi, controllo di sistema, consegna e posizionamento, installazione, messa in servizio, revisione, manutenzione ordinaria e straordinaria, nonché fornitura di pezzi di ricambio e formazione degli operatori.

Inoltre, WIBA si occupa della manutenzione anche dei Gruppi Elettrogeni di altri marchi e vende kit di ricambio con olio motore anche su Amazon.

WIBA offers a vast catalogue of industrial and marine Generating Sets designed and produced directly in the Naples headquarters and installed in every part of the world and exclusively for the Italian territory guarantees the possibility of rental from 9 to 900 kVA.

The products include both standard and customized models, from 5 to 3000 kVA and are equipped with Perkins, Fpt, Baudouin, MTU, MAN, Doosan, Kubota, Yanmar engines and alternators such as Mecc Alte, Marelli, Stamford, Linz, Leroy Somer. WIBA is currently present with Generating Sets available in Italy, England, Netherlands, Ireland, Cameroon, Albania, Ukraine and Ethiopia. Service centres operate throughout Italy offering inspections, system control, delivery and positioning, installation, commissioning, overhaul, ordinary and extraordinary maintenance, as well as the supply of spare parts and operator training. In addition, WIBA also takes care of the maintenance of Generator Sets of other brands and also sells spare kits with engine oil on Amazon.

# wiba®

**Generators**  
follow us  

**SEDI**  
SEDE OPERATIVA DI NAPOLI  
WIBA SRL  
Via Argine n. 313-315  
Zona Industriale  
Napoli, 80147  
Italia  
Tel: +39 081 1872 5525  
Tel: +39 081 180 86803  
www.wiba.it  
www.wibagenerators.com

Sede operativa in Toscana  
WIBA SRL  
Via Emma Perodi, Soci  
toscana@wiba.it

Sede Balcani  
WIBA GENERATORS  
Robert Shvarc Street Tirana, Albania  
Tel: +355 692574799  
Email: balkans@wiba.it

Sede UK  
WIBA GENERATORS LTD  
82, JAMES CARTER ROAD, MILDENHALL,  
BURY ST EDMUNDS, IP28 7DE,  
ENGLAND, UK  
TEL: 0044 7464037264INFO@WIBAGENERATORS.COM

Sede Netherlands  
WIBA GENERATORS BV  
NIEUWLANDEDIJK 133,  
LAGE ZWALUWE  
4926 AP  
NETHERLANDS  
TEL: 0031 6 80106144



Carlo e Antonio

## OMAC CONSOLIDA LA SUA POSIZIONE NEL MERCATO

Omac Consolidates its Position in the Market

A CURA DI SIMONE BANDINI

Fotografie di Francesca Donatelli



Fabio Mangani, FONDATORE

*Parliamo con Giampiero Laurenzano, manager della Omac e braccio destro del fondatore Fabio Mangani, dell'aria che tira in Italia e in Europa nel settore della meccanica di precisione.*

La Omac conta 25 dipendenti, una superficie di proprietà di oltre 1000 metri quadrati e 13 macchine a controllo numerico di ultima generazione; tra queste un centro di lavoro robotizzato che lavora h24 anche in assenza di personale. "Uno dei nostri obiettivi è proprio quello di portare avanti il progetto che stiamo seguendo da anni, legato alla 'Industria 4.0'; un nuovo modo di 'leggere' la manifattura che poggia su due colonne portanti: interconnessione e automatizzazione dei processi di produzione - nonché digitalizzazione dei processi aziendali", aveva affermato Laurenzano in una delle ultime interviste.

"Questo processo di ulteriore automatizzazione - prosegue Giampiero - ci ha spinto a nuovi investimenti e creato nuovi posti di lavoro. Il periodo della pandemia aveva generato la rincorsa all'accaparramento di materie prime. Similarmente aveva agito il Bonus Edilizio promosso dal passato governo Conte".

Oggi la situazione internazionale è bruscamente, nuovamente mutata, e si prevedono alcune difficoltà congiunturali: "Nel settore automotive si sta andando a grandi passi verso l'elettrico, dove la Cina è molto più competitiva dell'Europa. In Germania sono in calo la produzione industriale (-1,4%, dato settembre '23) e il PIL (-0,4%, sempre

*We talk to Giampiero Laurenzano, manager of Omac and right-hand man of the founder Fabio Mangani, about the air that blows in Italy and Europe in the precision mechanics sector.*

Omac has 25 employees, an area of over 1000 square meters and 13 state-of-the-art numerical control machines; These include a robotic machining center that works 24 hours a day even in the absence of staff. "One of our goals is to carry on the project that we have been following for years, linked to 'Industry 4.0'; a new way of 'reading' manufacturing that rests on two pillars: interconnection and automation of production processes - as well as digitalization of business processes," said Laurenzano in one of his last interviews.

"This process of further automation," Giampiero continues, "has pushed us to make new investments and create new jobs. The pandemic period had generated the run-up to the hoarding of raw materials. Similarly, the Building Bonus promoted by the past Conte government had acted."

Today, the international situation has changed abruptly, again, and some economic difficulties are expected: "In the automotive sector, we are making great strides towards electric, where China is much more competitive than Europe. In Germany, industrial production (-1.4%, September '23 figure) and GDP (-0.4%, also 2023 data) are down.

"But the company's data are always encouraging: "We are closing the year with turnover in line with

dato 2023)".

Ma i dati dell'azienda sono sempre incoraggianti: "Stiamo chiudendo l'anno con il fatturato in linea con i precedenti 2022 e 2021. Il 2024 è, in un certo senso, tutto da immaginare, alla luce dei movimenti di larga scala e dell'incertezza dei mercati internazionali, in primis europeo".

Ma c'è un altro aspetto critico che, inevitabilmente, spinge l'azienda all'automatizzazione: "C'è un oggettivo problema nel reperire le necessarie risorse umane: dalle figure professionali più specializzate e tecniche fino alla mansione del magazziniere".

Gestire le fluttuazioni e gli andamenti del mercato è un'ardua faccenda: "Per fronteggiare le nuove condizioni che si stagliano all'orizzonte, stiamo cercando nuovi clienti e nuovi mercati per metterci al riparo da eventuali sorprese e rendere la 'torta' il più grande possibile. I nostri settori di punta sono quello biomedicale, il packaging e l'oleodinamico".

"In tutto questo - conclude Fabio Mangani - che nel frattempo si è unito alla nostra compagnia - è necessario seguire ancora più attentamente i nostri clienti abituali ed espanderci con un giusto equilibrio, onde evitare eccessi indesiderati di servizio e produzione".

the previous 2022 and 2021. 2024 is, in a sense, all to be imagined, in light of large-scale movements and uncertainty in international markets, primarily European".

But there is another critical aspect that, inevitably, pushes the company to automate: "There is an objective problem in finding the necessary human resources: from the most specialized and technical professional figures to the task of the warehouse worker".

Managing market fluctuations and trends is a difficult task: "To cope with the new conditions on the horizon, we are looking for new customers and new markets to protect ourselves from any surprises and make the 'cake' as big as possible. Our <leading sectors are biomedical, packaging and hydraulics".

"In all of this," concludes Fabio Mangani, who in the meantime has joined our company, "it is necessary to follow our regular customers even more carefully and expand with the right balance, in order to avoid unwanted excesses of service and production."



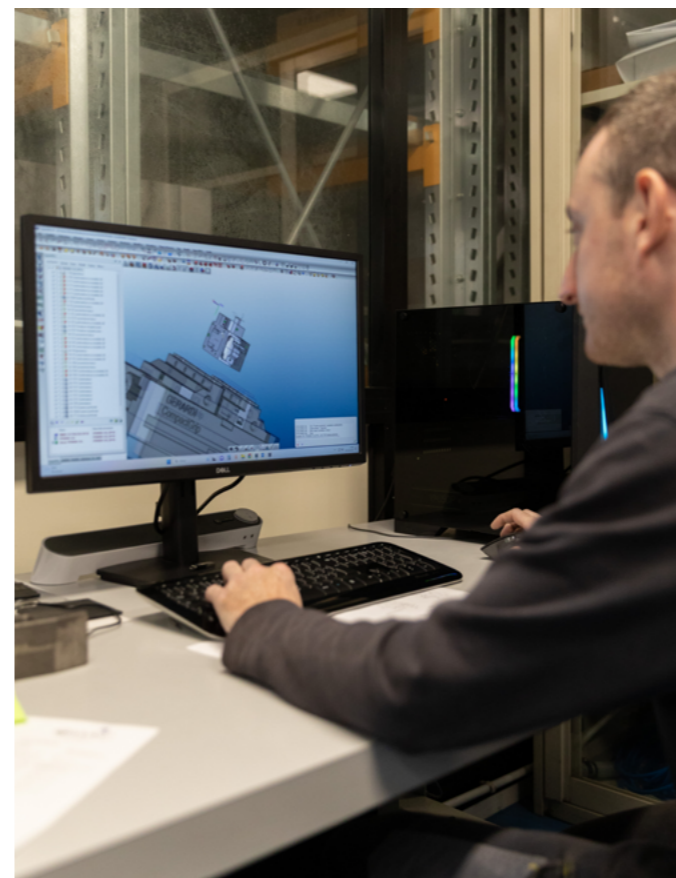
Omac Active Cnc

Via Romena, 11 Loc. Porrena · Poppi (Ar)

+39 0575 550469

www.omac.it - omac@omac.it follow us  

Tecnologia CAD-CAM



Giampiero Laurenzano, General Manager



Strutture & Coperture



Facciate & Rivestimenti

**EDILIZIA**

Campaldino Legnami, un'eccellente storia di leadership nel settore del legno che ha le sue radici nel 1945, ed è stata tramandata attraverso le generazioni della famiglia Vezzosi. La nostra lunga e orgogliosa esperienza ci ha permesso di sviluppare una notevole competenza nella produzione di materiali legnosi destinati all'edilizia.

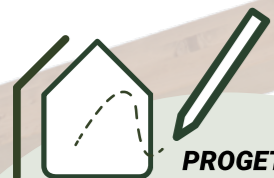
Ci distinguiamo per la fornitura di materiali di alta qualità che coprono una vasta gamma di applicazioni, dalle componenti fondamentali per la struttura degli edifici, alle componenti più piccole che coinvolgono il nucleo edilizio, caratterizzati da una combinazione di estetica raffinata e funzionalità senza pari.



**CURIOSITÀ:  
NUOVO SITO!**

**Preparati a scoprire il futuro dell'eccellenza nel mondo del legno!**

A gennaio, il nostro nuovo sito rivoluzionerà il settore con un restyling all'avanguardia, offrendo non solo una panoramica sui prodotti di prima qualità che forniamo, ma anche servizi di consulenza e progettazione all'insegna dell'innovazione. Entra nel nostro mondo e sperimenta ciò che l'artigianato del legno può offrire, proiettato verso un futuro di successo e visione all'avanguardia.



**PROGETTAZIONE E  
CONSULENZA!**

Il nostro obiettivo è offrire consulenza e servizi di alto livello ad altri studi professionali, aziende del settore contract ed edili, sia nel campo edilizio/strutturale che nell'ambito del design d'interni. Nel nostro team, contiamo su una squadra di architetti, ingegneri, geometri e tecnici altamente specializzati nella progettazione e nel calcolo delle strutture in legno, curando anche l'aspetto più estetico legato all'architettura, con l'aiuto anche di software per la modellazione e renderizzazione.

Ci impegniamo costantemente nell'innovazione e nella sostenibilità, posizionando Campaldino Legnami come il punto di riferimento per imprese edili, architetti, progettisti e artigiani. La nostra vasta gamma di servizi professionali copre tutte le esigenze, dalla lavorazione alla realizzazione, con una particolare attenzione al riciclo e all'economia circolare.



Edilizia completa: grezzi avanzati



ernestomeda

Lasciati ispirare dai nostri progetti



## Gli effetti delle lenti Miyosmart di Hoya per il controllo della miopia

The Effects of Hoya's Miyosmart Lenses for Myopia Control

DI DANIELE GHELLI

*Le esperienze testate nel punto vendita di Daniele L'Ottico.*

*In una scorsa edizione di Valley Life abbiamo parlato della miopia, delle sue caratteristiche e di quello che oggi si può fare per il controllo della sua crescita. Abbiamo parlato della tecnologia che Hoya ha brevettato e che, dopo anni di sperimentazione, ha immesso nel mercato dal 2020. Da subito siamo entrati nel progetto di Hoya per il controllo della miopia, diventando un "Centro Specializzato Hoya" e iniziando la distribuzione delle lenti Miyosmart, con tecnologia D.I.M.S.*

Abbiamo iniziato con spirito critico: non perché non credessimo nel progetto, anzi, al contrario, per dimostrare a noi e alla nostra clientela come queste lenti dessero risultati reali. Così abbiamo fatto una raccolta dati sui portatori di queste lenti e, via via, abbiamo inserito tutti i 'portatori' e i 'non portatori' all'interno del nostro test.

*The experiences tested in Daniele L'Ottico's store.*

*In a previous edition of Valley Life we talked about myopia, its characteristics and what can be done today to control its growth. We talked about the technology that Hoya has patented and that, after years of experimentation, it has been on the market since 2020. We immediately joined Hoya's project for myopia control, becoming a "Hoya Specialized Centre" and starting the distribution of Miyosmart lenses, with D.I.M.S. technology.*

We started with a critical spirit: not because we didn't believe in the project, on the contrary, to demonstrate to ourselves and our clients how these lenses gave real results. So, we did a data collection on the wearers of these lenses and, gradually, we included all the 'wearers' and 'non-wearers' within our test.

Questo nostro lavoro di raccolta è stato oggetto anche della mia tesi in optometria.

Abbiamo fatto ricerca sugli studi scientifici presentati nei vari portali del settore e sulle conclusioni almeno fino al 2020. Il nostro lavoro di raccolta ci ha dimostrato la validità delle lenti Hoya a tecnologia D.I.M.S. e confermato i dati della sperimentazione durata ben sei anni. In questi tre anni di distribuzione in Italia i dati si sono confermati, come nella sperimentazione asiatica.

Quest'anno è uscito uno studio universitario fatto in Italia su soggetti di razza caucasica, europei, che conferma la statistica mondiale: ovvero il rallentamento della crescita miopica del 60% e del 59% nella crescita della lunghezza assiale dell'occhio, con conseguente controllo della crescita della miopia.

Tornando al nostro lavoro interno, i dati di tre anni di applicazione su circa 40/45 portatori, ci dicono che in questo periodo solo quattro portatori hanno sostituito le lenti e, quasi tutti, a seguito di importanti sviluppi fisici.

Ricordiamo che questa tecnologia va applicata il prima possibile in quanto ha lo scopo non di fare regredire la miopia, ma di rallentare il suo sviluppo, il suo avanzare. Quindi prima si inizia meglio è, perché più basso sarà il valore di miopia che ci aspettiamo alla fine dello sviluppo fisico del soggetto.

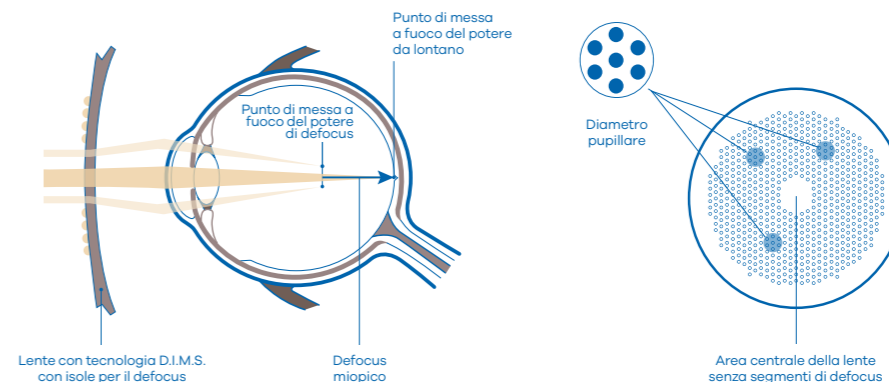
This collection work of ours was also the subject of my thesis in optometry.

We have been researching the scientific studies presented in the various portals of the sector and the conclusions at least until 2020. Our collection work has shown us the validity of Hoya lenses with D.I.M.S. technology and confirmed the data of the six-year trial. In these three years of distribution in Italy, the data have been confirmed, as in the Asian trial.

This year a university study was published in Italy on Caucasian subjects, Europeans, which confirms the world statistic: that is, the slowing of myopic growth by 60% and 59% in the growth of the axial length of the eye, with consequent control of myopia growth. Returning to our internal work, the data of three years of application on about 40/45 wearers, tell us that in this period only four wearers have replaced the lenses and, almost all, as a result of important physical developments.

We remind you that this technology must be applied as soon as possible as it is intended not to reverse myopia but to slow down its development, its advance. So, the sooner you start, the better, because the lower the myopia value that we expect at the end of the subject's physical development.

The group of boys not treated by lenses with D.I.M.S.





Il gruppo di ragazzi non trattati dalle lenti con tecnologia D.I.M.S. hanno avuto tutti variazioni di correzione mediamente ogni 6/7 mesi, con conseguente aumento di gradazione.

Un dato è stato molto interessante: il confronto tra un ragazzo adolescente partito da -0.75 e un altro soggetto partito da -3.00. Dopo tre anni, il soggetto non utilizzatore di D.I.M.S. ha superato il ragazzo portatore di lenti D.I.M.S.

Questo articolo ha l'intento di far conoscere meglio i risultati ottenuti che, assieme a buone abitudini di igiene visiva ovvero posture e distanze di lavoro corrette, un uso, di cellulari e tablet più controllato e meno ossessivo, certamente potranno aiutare le nuove generazioni e i nuovi miopi. Un'opportunità insomma che fino ad oggi non c'era, non esisteva e di cui ora possiamo approfittare. Una novità che si basa su dati scientifici testati e certificati da ormai quasi dieci anni di sperimentazione nel mondo.

Per tutte le informazioni e per approfondire l'argomento, vi aspettiamo nel nostro punto vendita di via Roma 204 a Ponte a Poppi (Ar).

technology all had correction variations on average every 6/7 months, with a consequent increase in prescription.

One finding was very interesting: the comparison between an adolescent boy who started from -0.75 and another subject who started from -3.00. After three years, the non-D.I.M.S. user has surpassed the D.I.M.S. lens wearer.

This article aims to raise awareness of the results obtained which, together with good visual hygiene habits, i.e. correct postures and working distances, a more controlled and less obsessive use of mobile phones and tablets, will certainly help the new generations and the new myopic people. In short, an opportunity, which until now did not exist and which we can now take advantage of. A novelty that is based on scientific data tested and certified by almost ten years of experimentation around the world.

For all the information and to learn more about the subject, we are waiting for you in our store in via Roma 204 in Ponte a Poppi (Ar).



Photo: Carlo Gabrielli



**sempre un occhio di riguardo  
per il tuo stile**

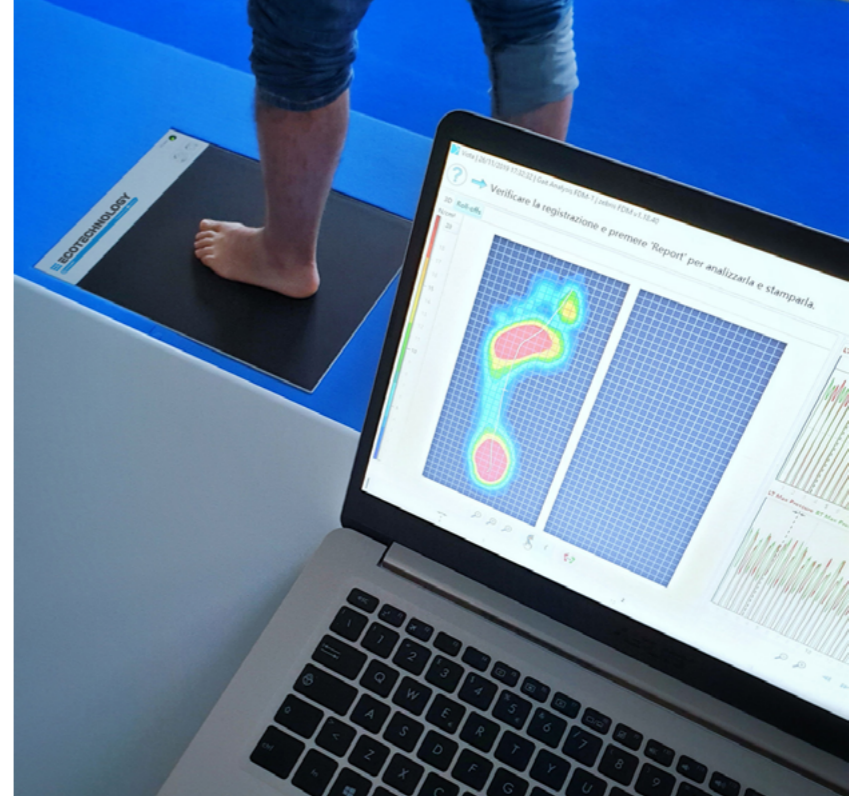


@danielelottico\_poppi

Daniele L'Ottico  
Via Roma 204b · Ponte a Poppi (Ar)  
www.danielelottico.com · 0575 520544

### I BENEFICI DI MIYOSMART





## Postura perfetta: i segreti per una corretta prevenzione

Perfect Posture: the Secrets to Proper Prevention

DI MARCO GRAZIANI

*Scoprire qual è la nostra postura e come camminiamo può essere utile a capire quali possibilità ci sono per alleggerire e alleviare dolori e fastidi, risolvere i nostri problemi o semplicemente per migliorare la nostra resistenza nello stare in piedi e nel camminare.*

*Finding out what our posture is and how we walk can be useful to understand what possibilities there are to lighten and relieve pain and discomfort, solve our problems or simply to improve our resistance in standing and walking*

La parola prevenzione assume un significato importantissimo quando si parla di problemi posturali. La prevenzione è fondamentale soprattutto nei bambini e nei giovani, assumendo un ruolo prezioso ed effettivamente curativo nel momento in cui viene fatta attraverso un lavoro d'equipe con diverse figure professionali.  
All'interno del nostro negozio è possibile effettuare la valutazione baropodometrica del passo: un'analisi sia statica che dinamica, fatta sulla nostra pedana baropodometrica che individua pressioni e baricentri per una valutazione posturale generica.

The word prevention takes on a very important meaning when it comes to postural problems. Prevention is fundamental, especially in children and young people, taking on a valuable and effectively curative role when it is done through teamwork with different professionals.  
In our lab it is possible to carry out the baropodometric assessment of the gait: both a static and dynamic analysis, done on our baropodometric platform that identifies pressures and barycenter for a generic postural assessment.

Durante la visita che dura circa 30 minuti si possono individuare problemi posturali di ogni genere da correggere con i plantari più adatti. Si possono creare plantari per diversi trattamenti: talalgia al piede piatto pronato e il piede cavo supinato, piede reumatico o diabetico, metatarsalgia da sovraccarico, fascite plantare e per riposizionare eventuali dismetrie degli arti inferiori.

During the visit, which lasts about 30 minutes, postural problems of all kinds can be identified to be corrected with the most suitable insoles. Orthotics can be created for different treatments: talalgia in the pronated flat foot and supinated cavus foot, rheumatic or diabetic foot, metatarsalgia due to overload, plantar fasciitis and to reposition any dysmetria of the lower limbs.

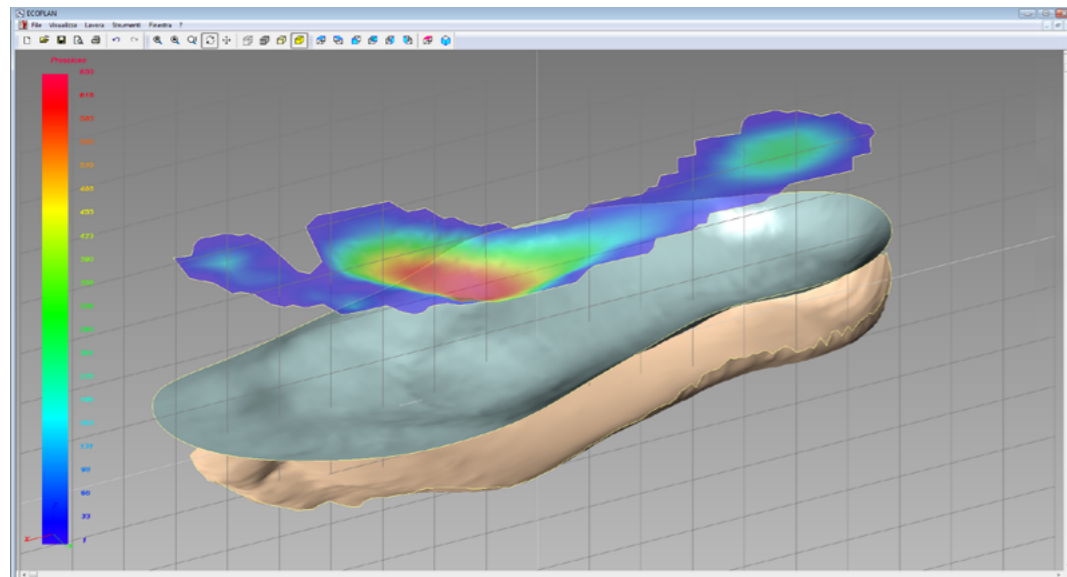


La progettazione del plantare, che deve essere eseguita esclusivamente da un tecnico ortopedico, inizia con una scansione in 3D e prosegue con la simulazione computerizzata in cadcam. In questa fase il tecnico ortopedico è già in grado di rilevare con precisione gli eventuali sovraccarichi e realizzare la prima elaborazione ai volumi dei plantari.

Sono possibili interventi e correzioni istantanee, fino al raggiungimento del valore ottimale, ogni dato è riportato e salvato con precisione millimetrica e oggettiva.

The design of the insole, which must be carried out exclusively by an orthopaedic technician, starts with a 3D scan and continues with the computer simulation in cadcam. In this phase, the orthopaedic technician is already able to accurately detect any overloads and carry out the first volume processing of the insoles.

Instantaneous interventions and corrections are possible, until the optimal value is reached, every data is reported and saved with millimetric and objective precision.



Conclusa la progettazione, i dati vanno alla fresa cam, che inizia la lavorazione senza intervento manuale dell'uomo che non è in grado di replicare millimetricamente quanto elaborato dal pc; questo garantisce una precisione assoluta. La mano dell'uomo servirà invece poi per sagomare i volumi esterni del plantare in base alla calzatura in cui saranno utilizzati.

Once the design is completed, the data goes to the cam cutter, which begins the processing without manual intervention of the man who is not able to replicate millimetrically what is processed by the PC; This ensures absolute precision. The man's hand, on the other hand, will then be used to shape the external volumes of the insole according to the footwear in which they will be used.



Nei casi più gravi si effettua la classica lavorazione con calco in gesso.

Consigliamo l'inserimento del plantare all'interno di un tipo di calzatura che permetta la massima efficacia delle correzioni derivanti dal plantare personalizzato. Infatti, utilizzando calzature con spazi interni che non permettono al piede di stare ben disteso sopra al plantare si rischia di rendere minore la riuscita delle correzioni per cui il plantare è stato pensato.

È buona norma iniziare a indossare la nuova ortesi plantare per 2/4 ore al giorno in modo che il piede e la postura si abituino alla correzione, dopodiché una volta acquisite le correzioni, è consigliabile utilizzare i plantari il più possibile durante la quotidianità dell'intera settimana.

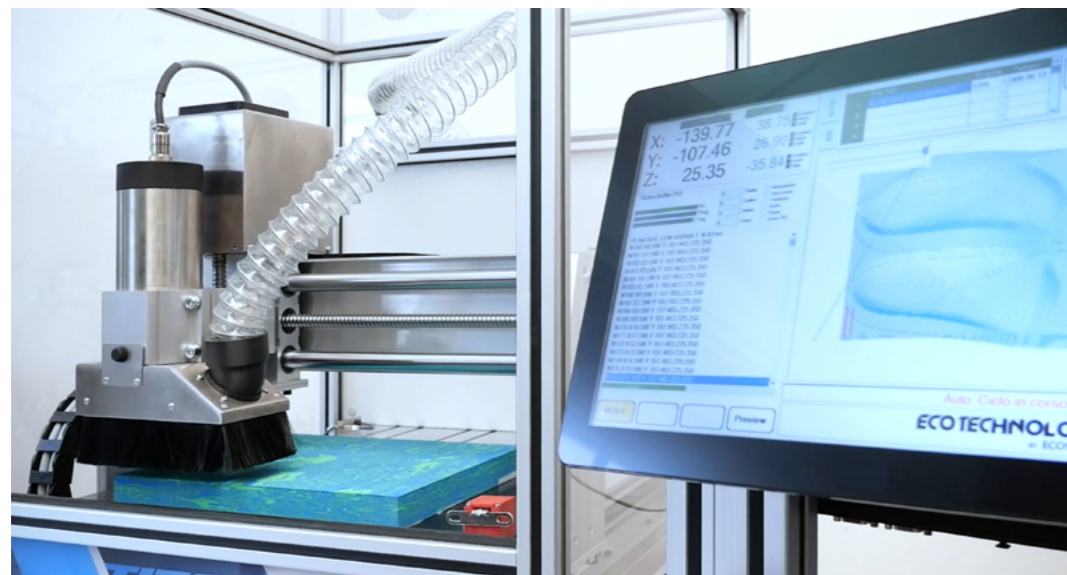
Se poi a volte sporadicamente per necessità estetiche si dovessero indossare per qualche ora calzature dove il plantare non può essere inserito, questo non inficia la riuscita del trattamento.

In the most serious cases, the classic work with plaster cast is carried out.

We recommend the insertion of the insole inside a type of footwear that allows the maximum effectiveness of the corrections deriving from the customized insole. In fact, using footwear with internal spaces that do not allow the foot to lie flat on top of the insole, there is a risk of reducing the success of the corrections for which the insole was designed.

It is a good idea to start wearing the new orthotic insole for 2/4 hours a day so that the foot and posture get used to the correction, after which once the corrections have been acquired, it is advisable to use the insoles as much as possible during the daily life of the entire week.

If, sometimes, sporadically, for aesthetic reasons, footwear has to be worn for a few hours where the insole cannot be inserted, this does not affect the success of the treatment.





Centro Salute "Sanitaria Ortopedia La Rocca snc"  
di Graziani Marco e Michele & C.

Via Roma, 222 - Ponte a Poppi (Ar)

Tel-Fax 0575 049031

info@sanitaliarocca.it  
www.sanitaliarocca.it

segui su  





### LIFT DEFINE

RIDEFINISCI LA TUA GIOVINEZZA  
CON LA NUOVA LINEA  
EFFETTO LIFTING ANTI-GRAVITÀ.

**BECOS**  
Ama la tua Bellezza



Via Camillo Benso Conte di Cavour, 17 (Centro storico) Poppi (Ar) ☎ +39 0575 529314 / +39 339 3677975



## Centro Diagnostico Polispecialistico

Il Florentia Medical dispone di attrezzature diagnostiche di ultima generazione. Da poco è stata installata la nuovissima **MOC DEXA Stratos** come soluzione completa per la salute delle ossa che permette di effettuare la diagnosi dell'osteoporosi con metodo **DEXA** nei distretti dell'anca, colonna vertebrale e Total Body a differenza di quanto avviene con gli esami MOC del piede che hanno scarsa valenza clinica. **Il Reumatologo Dr. Stefano Barbagli** è a disposizione per approfondimenti clinici e piani terapeutici per i nostri pazienti.





- **Visita Reumatologica + MOC € 115**  
(referto immediato)
- **MOC DEXA € 65**  
(referto immediato)
- **Risonanza magnetica a partire da € 100**  
(referto entro 24h on line)
- **Ecografia da € 70**  
(referto immediato)
- **RX a partire da € 60**  
(referto entro 24h on line)
- **ECG € 35**  
(referto immediato)

Orario continuato dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 20

### Florentia Medical Group

- 📍 Via dei Montefeltro, 1/F 52037 - Sansepolcro (AR)
- ☎ **info & prenotazione 0575 1381739**
- 📞 + 39 373 6207606
- ✉ info@florentiamedical.it
- 🌐 <https://florentiamedical.it>



seguici su  



**BLAZE SHOP**  
CLOTHING - SHOES - ACCESSORIES  
*SINCE 2001*



*Le origini-streetwear men/woman*

Blaze Shop store multibranding, situato nel centro storico di Bibbiena.

Con una selezione di oltre 40 brand nazionali ed internazionali, che spazia dallo streetwear al fashion, Blaze shop offre per l'uomo e per la donna, abbigliamento, calzature e accessori dei migliori brand, in uno spazio espositivo di oltre 300 mq.

Dal 2001 Blaze Shop è sinonimo di avanguardia, qualità e professionalità.

Blaze Shop è anche on line con Blazeshop.it e con Blazelab.it per un piacevole shopping a casa vostra con spedizioni in tutto il mondo.

Blaze Shop puoi seguirlo sui canali social: Instagram - Facebook - TIK TOK

**Orari**

lunedì e domenica dalle 16 alle 20  
dal martedì al sabato: 9-13 16-20

Blaze Shop multibranding store, located in Bibbiena's historic centre.

With a selection of over 40 national and international brands, ranging from streetwear to fashion, Blaze shop offers clothing, footwear and accessories from the best brands for men and women, in an exhibition space of over 300 square meters.

Since 2001 Blaze Shop has been synonymous with avant-garde, quality and professionalism.

Blaze Shop is also online with Blazeshop.it and Blazelab.it for a pleasant shopping at home with shipments all over the world.

You can follow Blaze Shop on social media: Instagram - Facebook - TIK TOK

**Opening Hours**

Monday and Sunday from 4 pm to 20 pm  
Tuesday to Saturday: 9am-1pm 4pm-8pm



*Le origini-streetwear men/woman*



**BRANDS:**

- |                           |                        |
|---------------------------|------------------------|
| <b>A</b> ACUPUNCTURE      | <b>N</b> NEW BALANCE   |
| <b>B</b> BECOME           | <b>O</b> OBEY          |
| <b>C</b> CYCLE            | <b>P</b> PATAGONIA     |
| <b>D</b> DATE             | <b>PHOBIA</b>          |
| <b>DICKIES</b>            | <b>PLEASE</b>          |
| <b>DOLLY NOIR</b>         | <b>PUMA</b>            |
| <b>DR MARTENS</b>         | <b>R</b> REVISE        |
| <b>F</b> FREITAG          | <b>S</b> SCHOTT        |
| <b>H</b> HAMAKI-HO        | <b>SO ALLURE</b>       |
| <b>HAVEONE</b>            | <b>STANCE</b>          |
| <b>I</b> ICON DENIM       | <b>STEVE MADDEN</b>    |
| <b>IMPERIAL</b>           | <b>T</b> TENSIONE IN   |
| <b>J</b> JEFFREY CAMPBELL | <b>THE NORTH FACE</b>  |
| <b>K</b> KANGOL           | <b>TRYPEE</b>          |
| <b>KARL KANI</b>          | <b>U</b> UGG           |
| <b>M</b> MARC ELLIS       | <b>V</b> VANS          |
| <b>MERCI</b>              | <b>VISION OF SUPER</b> |
| <b>METALGIENCHI</b>       | <b>W</b> WHITE SAND    |
| <b>MOA</b>                | <b>WINDSOR SMITH</b>   |
| <b>MORATO</b>             |                        |



La galleria-men



Il salotto-woman



**BLAZE**  
SHOP

SPORTSWEAR  
FASHION  
ACCESSORIES  
COOL IDEAS

BIBBIENA CENTRO STORICO  
via XXVIII Agosto, 2 - Bibbiena (Ar)

follow us   

[blazeshop.it](http://blazeshop.it)  
[blazelab.it](http://blazelab.it)



*Francesco con la moglie Amanda e le figlie Sophie e Amelie*

*Servizio fotografico realizzato da Francesca Donatelli*

*Pleasure*

# TRA TORTELLI ED ORECCHIETTE: IL RICHIAMO DEL CASENTINO

*Between Tortelli and Orecchiette: the Call of Casentino*

DI FRANCESCA DONATELLI



La Bottega delle Esperienze

*Passeggiando per Stia, lungo i portici che salgono ai giardini del paese, giungiamo alla "Bottega delle Esperienze". La gente del posto e i più nostalgici si ricorderanno del ristorante che c'era prima, dal nome così particolare e quasi esotico: il 'Caranbar'. Degli anni passati resta solo un nome scritto nella ceramica dove si trova il civico. Affacciandosi alla porta di quello che da fuori sembra ancora lo stesso locale, si sente invece un profumo diverso, di mare, di tradizioni mescolate, di famiglia e casa. Infatti, dal gennaio 2022, qui si è accolti dal sorriso di Chef Francesco Fumarola – che ci racconta la sua storia.*

Francesco, con la moglie Amanda e le figlie Amelie e Sophie, arriva in Casentino ormai due anni fa, per aprire un suo ristorante dove applicare quella che dice essere la sua filosofia: un luogo dove mangiare sì, ma anche dove poter acquistare prodotti di qualità e continuare l'esperienza tra i fornelli di casa propria o sorseggiando un buon vino da lui consigliato. L'accento di Francesco lo tradisce, pugliese di nascita, da 22 anni vive in Toscana. Da Martina Franca in provincia di Taranto, arriva la prima volta a Pisa per fare il militare, poi Firenze, dove, finita la leva, inizia a lavorare in diversi ristoranti. Grazie al suo lavoro nel 2007 va in Brasile a San Paolo, con uno chef mandato da Antinori, per cucinare ad un evento al 'Terraço Italia' e lì conosce Amanda. Non nasce subito l'amore, ma nel 2009 lei gli scrive un'e-mail per dirgli che andrà in Europa l'anno dopo e forse passerà a Firenze.

*Walking through Stia, along the arcades that go up to the gardens of the village, we reach the "Bottega delle Esperienze". Locals and the most nostalgic will remember the restaurant that was there before, with such a peculiar and almost exotic name: the 'Caranbar'. From past years only a name remains written in the ceramics where the house number is located. Looking out the door of what from the outside still looks like the same place, you can smell a different scent, of the sea, of mixed traditions, of family and home. In fact, since January 2022, here you are greeted by the smile of Chef Francesco Fumarola – who tells us his story.*

Francesco, with his wife Amanda and daughters Amelie and Sophie, arrived in Casentino two years ago, to open his own restaurant where he can apply what he says is his philosophy: a place to eat, yes, but also where you can buy quality products and continue the experience in the kitchen of your own home or sipping a good wine recommended by him. Francesco's accent betrays him, Apulian by birth, he has been living in Tuscany for 22 years. From Martina Franca in the province of Taranto, he arrived for the first time in Pisa to serve in the military, then Florence, where, after completing his military service, he began working in various restaurants. Thanks to his work, in 2007 he went to São Paulo, Brazil, with a chef sent by Antinori, to cook at an event at the 'Terraço Italia' and there he met Amanda. Love didn't happen right away, but in 2009 she wrote him an e-mail to tell him that she was going to Europe the following year and maybe move to Florence.

Amanda anticipa la sua partenza e cerca lavoro in Grecia dove ha un'amica, che vista la situazione del suo paese all'epoca, le dice di andare a Firenze dal suo amico. Amanda velocemente scrive a Francesco "Arrivo il giorno X, vieni a prendermi? No aeroporto". Francesco rimane di sasso. Dove arriverà Amanda? Decide di andare lo stesso e dalle porte del gate esce lei! In portoghese "no aeroporto" significa "in aeroporto". Il mistero è svelato e loro possono iniziare una vita insieme, quella che dopo qualche anno, insieme alle bambine, li porterà in Casentino.

Amanda anticipates her departure and looks for a job in Greece where she has a friend, who, given the situation in her country at the time, tells her to go to Florence to her friend. Amanda quickly writes to Francesco "I'm coming on the X day, are you coming to pick me up? No airport." Francis is stunned. Where will Amanda go? She decides to go anyway and she comes out of the gate doors! In Portuguese, "no aeroporto" means "at the airport". The mystery is revealed and they can start a life together, the one that after a few years, together with the girls, will take them to Casentino.



Lo chef

Francesco arriva in Casentino grazie ad un suo ex datore di lavoro, il signor Sandro, che nel suo ristorante, negli anni '80, ospitava spesso tre cugini casentinesi, con i quali nasce un rapporto di amicizia e stima. Il settore della ristorazione dopo il periodo della pandemia è cambiato, vivere in città è cambiato. Comincia a nascere in Amy e Francesco la voglia di scoprire nuovi luoghi e grazie ad una nevicata a Porciano e ad un'offerta degli amici casentinesi a cui non si può dire di no, attraversano il passo della Consuma e arrivano a Pratovecchio. Sembra che ci sia un ristorante da comprare, una nuova attività da iniziare e una casa nel bosco ad aspettare la famiglia di Francesco. Tutto chiama verso il Casentino, non troppo lontano da Firenze e lontanissimo dalla Puglia, dove pure hanno pensato di tornare. All'inizio non tutto va come in una favola e l'occasione del ristorante sfuma dalle mani dello Chef. Cosa fare? Aprire il ristorante in un trullo? Tornare indietro? Ormai si è già trasferito e il desiderio di avere un proprio ristorante in questa valle non lo lascia in pace. Ma ecco che tutto ad un tratto c'è una nuova possibilità: il 'Caranbar' è in vendita. In pochissimo tempo nasce la 'Bottega delle Esperienze', dove Chef Francesco riversa tutta la sua passione, le sue tradizioni e le sue conoscenze.

Francesco arrived in Casentino thanks to his former employer, Mr. Sandro, who in his restaurant, in the 80s, often hosted three Casentino cousins, with whom a relationship of friendship and esteem was born. The restaurant industry has changed after the pandemic period, living in the city has changed. Amy and Francesco begin to feel the desire to discover new places and thanks to a snowfall in Porciano and an offer from their Casentino friends to whom they cannot say no, they cross the Consuma pass and arrive in Pratovecchio. It seems that there is a restaurant to buy, a new business to start and a house in the woods waiting for Francesco's family. Everything calls towards the Casentino, not too far from Florence and very far from Puglia, where they have also thought of returning. At first, not everything goes like a fairy tale and the opportunity of the restaurant fades from the hands of the Chef. What to do? Opening the restaurant in a trullo? Revert? By now he has already moved and the desire to have his own restaurant in this valley does not leave him in peace. But all of a sudden there is a new possibility: the 'Caranbar' is for sale. In a very short time, the 'Bottega delle Esperienze' was born, where Chef Francesco poured all his passion, his traditions and his knowledge.

Tortelli



Pane con il lievito madre

In una valle che si nutre di terra, porta un menu estasiante di pesce, senza lasciare che i nuovi conterranei si lamentino troppo però. Nascono due menù paralleli di carne e pesce, che accontentano tutti, ma senza uscire dalla filosofia di Francesco. Francesco fa tutto: dalla panificazione con lievitazione di addirittura 30 ore, farine di grani antichi e un lievito madre di quaranta anni, alla pasta fresca. Introduce nel suo menù il tortello imparato dalle donne di Lonnano, ma fa la sua piccola variante al profumo di rosmarino e le orecchiette pugliesi fatte sul tagliere della nonna, ricavato dalle tavole del letto più di cento anni prima. Tra le paste fresche troviamo i 'fruciddi', che le donne pugliesi facevano col ferro dell'ombrello - e i più celebri 'cavatelli'.

Cavatelli allo scoglio



Crudo di mare

In a valley that feeds on land, he brings an enrapturing menu of seafood, without letting the new countrymen complain too much though. Two parallel menus of meat and fish were created, which satisfied everyone, but without leaving Francis' philosophy. Francesco does everything: from bread making with leavening for as long as 30 hours, ancient grain flours and a forty-year-old sourdough, to fresh pasta. He introduces into his menu the tortello learned from the women of Lonnano, but makes his own small variant with the scent of rosemary and the Apulian orecchiette made on his grandmother's cutting board, made from the boards of the bed more than a hundred years earlier. Among the fresh pasta we find the 'fruciddi', which Apulian women made with the iron of the umbrella - and the most famous 'cavatelli'.



Tagliolino con farina di porcini

Carpaccio di tonno rosso



Carpaccio di pesce bianco



Gran fritto con verdure



Bollicina con crudo di mare

La carne la propone nelle varianti classiche di bistecca e filetto, ma prediligendo le tradizioni della sua terra, cucinando le 'bombette' e la 'cervellata', salsiccia pugliese fatta col vino cotto che lui stesso produce in Puglia in anfore antiche.

I sapori e gli aromi si mescolano nella Bottega di Francesco, ma arriva tantissimo l'odore del mare, come quando ti accosti la conchiglia all'orecchio e ne senti il rumore.

I suoi cavalli di battaglia sono il gran crudo di pesce che sistema e agghinda come se dovesse vestire una principessa e il fritto delizioso che ha una particolarità tutta sua: impanato con farina universale gluten-free lo rende adatto a tutti i palati.

He offers meat in the classic variants of steak and fillet, but preferring the traditions of his land, cooking the 'bombette' and the 'cervellata', an Apulian sausage made with cooked wine that he himself produces in Puglia in ancient amphorae.

Flavours and aromas mix in Francesco's Bottega, but the smell of the sea comes through a lot, like when you put the shell to your ear and hear its noise.

Its workhorses are the great raw fish that arranges and dresses up as if it were to dress a princess and the delicious fried food that has a peculiarity of its own: breaded with gluten-free universal flour it makes it suitable for all tastes.



E a volte richieste più difficili, tipo "Cosa può mangiare un vegetariano?" Anche per chi decide di non mangiare esseri viventi, Chef Francesco ha la sua risposta, che può essere una ricetta studiata ed elaborata o un'invenzione del momento. Non vi aspettate il menù turistico, tradotto in inglese, con gli spaghetti Bolognese. Entrate, chiudete gli occhi, assaporate un calice di vino, viaggiate con la mente e assaggiate le creazioni di Francesco. Non è solo cibo, è un'esperienza. Quella che viene dalla passione e dall'amore. L'amore di Amanda che ha creato un piccolo chef all'uncinetto, che espone assieme ad altre sue creazioni nel locale, i quadri che un'artista lascia lì in esposizione e ritraggono uccelli di ogni razza. La cura del dettaglio, l'olio in tavola non più in quelle odiose bustine monouso a cui la pandemia ci ha nostro malgrado abituati, i bicchieri di ceramica per l'acqua, le tovaglie di stoffa che sanno di pulito e nostalgia. L'esperienza vera è lasciarsi andare a tutto questo e tornare a casa con la pancia ed il cuore pieni.

And sometimes more difficult questions, such as "What can a vegetarian eat?" Even for those who decide not to eat living beings, Chef Francesco has his own answer, which can be a studied and elaborate recipe or an invention of the moment. Don't expect the tourist menu, translated into English, with spaghetti Bolognese. Come in, close your eyes, savor a glass of wine, travel with your mind and taste Francesco's creations. It's not just food, it's an experience. The one that comes from passion and love. The love of Amanda who has created a small crochet chef, who exhibits together with her other creations in the restaurant, the paintings that an artist leaves there on display and portray birds of all breeds. The attention to detail, the oil on the table no longer in those hateful disposable sachets to which the pandemic has accustomed us in spite of ourselves, the ceramic cups for water, the cloth tablecloths that taste clean and nostalgic. The real experience is to let go of all this and go home with a full belly and heart.

La bottega ha un menù generico, distinto tra carne e pesce, che ti costringe a chiedere, a parlare, a comunicare con lo chef ed il personale di sala. Ogni giorno una sorpresa ed una nuova esperienza. Con cosa sarà stasera il cavatello? Che sapore avrà il risotto, il cui ingrediente principale è il riso Acquerello, invecchiato un anno, acquistabile in bottega? "Mi scusi chef: cosa è la 'Catalana'? e la 'Trabaccolara'?"

The shop has a generic menu, divided between meat and fish, which forces you to ask, to talk, to communicate with the chef and the dining room staff. Every day a surprise and a new experience. What will the cavatello be with tonight? What will the risotto taste like, whose main ingredient is Acquerello rice, aged for a year, which can be purchased in the shop? "Excuse me, chef: what is the 'Catalana'? and the 'Trabaccolara'?"

Catalana di pesce con frutta



L'Arte Romantica



Le prelibatezze



La Bottega delle Esperienze  
Via Adamo Ricci, 19 - Pratovecchio Stia (AR)  
+39 349 5052678  
info@labottegadellesperienze.it  
labottegadellesperienze.it

seguici su  



L'arte di Amanda





# MAESTRINI

DISTRIBUZIONE FOOD & BEVERAGE



**Servizio di fornitura Food & Beverage per:**




- Ristoranti e attività • Lounge & Cocktails Bar
- Catering e Banqueting • Wedding events

- ✓ Assistenza      ✓ Logistica
- ✓ Consulenza    ✓ Formazione



**Maestrini, al fianco dell' Ho.Re.Ca. da oltre 100 anni.  
Selezioniamo i migliori prodotti per regalare esperienze.  
Passione, innovazione e ricerca.**

  Maestrini Distribuzione

 via G. di Vittorio 7, Zona Industriale - Rassina (Ar)  info@maestrinidistribuzione.com  + 39 0575 592018

**Dal cuore della vallata casentinese e dalle sue botaniche autoctone,  
timo, rosmarino e camomilla, nascono:**

# I'GINNE & L'AMARO DEL CASENTINO

## I'Ginne

I'Ginne Nicchie di Toscana è stato concepito come qualcosa unico nel suo genere, forse la vera espressione di naturalezza e genuinità associata a un distillato.

Prodotto da Gin purissimo ed erbe aromatiche casentinesi dell'Azienda Agr. Cuore Verde di Castel Focognano. **Ginepro, timo, camomilla e rosmarino bio**, espressioni di una zona che esprime tradizioni e profumi intensi.

Le erbe utilizzate hanno una tale carica di aromi e di clorofille da rendere, al gin, un colore più scuro che rende bene alla vista la sua estrema naturalezza e un sensazionale connubio di profumi.

Un racconto **naturale al 100%** nel mondo dei distillati.

## L'Amaro

L'Amaro Botanico Nicchie di Toscana, nasce da un'idea: dare corso a una serie di prodotti a carattere naturale e di origine puramente botanico.

È l'espressione tangibile di natura, creato utilizzando una base di erbe generiche come il rabarbaro, la china, la liquirizia che danno una certa rotondità al prodotto insieme ad una infusione di erbe raccolte nel Casentino, di estrazione biologica e di origine controllata e tracciata.

Fondamenta aromatiche forti. Il colore ambrato ed erbaceo è stato lasciato intatto per preservare naturalezza e il concetto di un prodotto tipicamente territoriale.

*Il loro vestito si riempie  
di stile ed eleganza grazie  
al Panno Casentino,  
storico e famoso in tutto il mondo.*



 **MAESTRINI**  
DISTRIBUZIONE FOOD & BEVERAGE

# ALBERI REALISTICI PER UN NATALE AUTENTICO



*Dipingere è la mia passione e il recupero creativo la mia missione!  
È possibile creare ambienti armoniosi e moderni, cambiando look ai propri mobili demodè.*



*Sara Lovari Art*

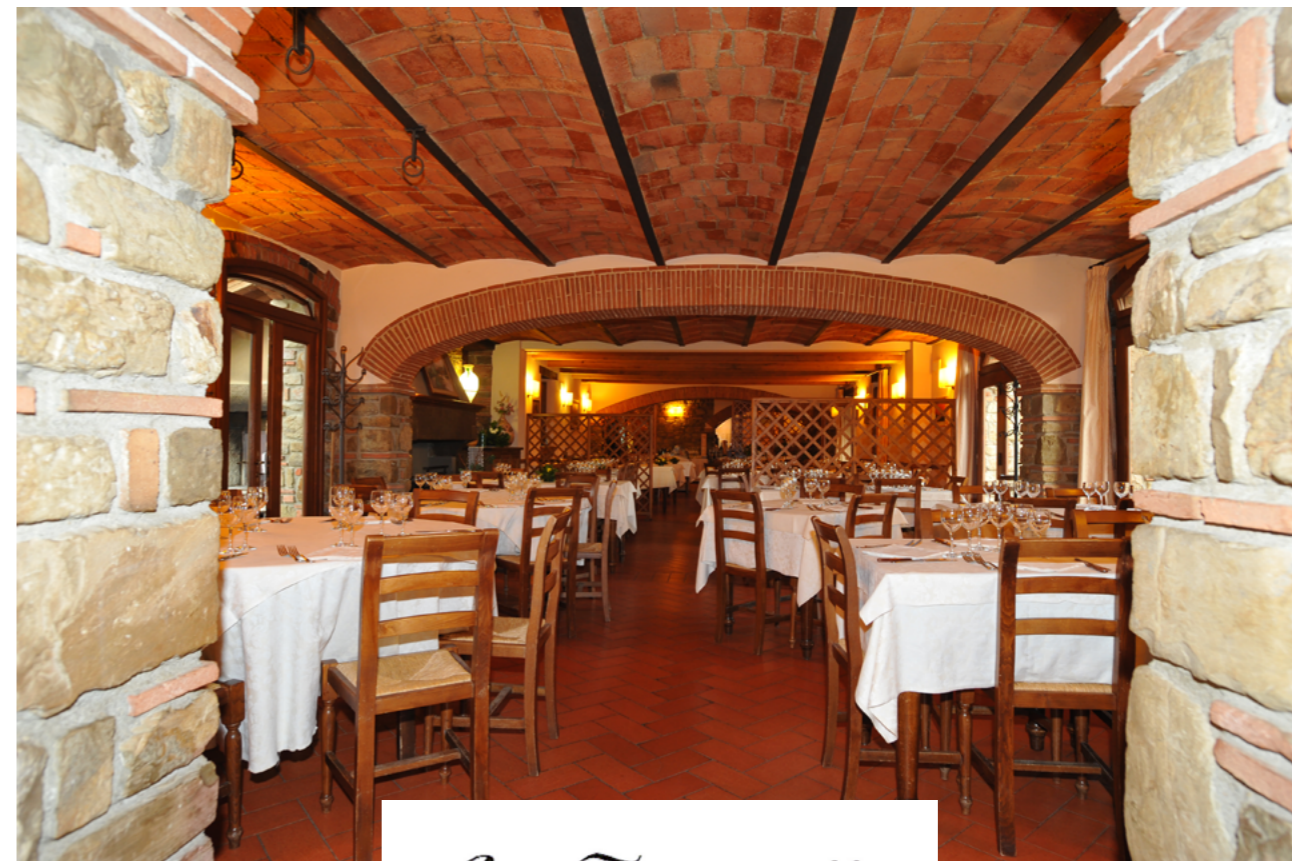
*Utilizzo le cose cose semplici  
per spiegare la vita,  
che semplice non è.*



Studio SaraLovariArt  
Piazza Soldani, 12 - Poppi (Ar)  
[www.saralovariart.it](http://www.saralovariart.it)

Instagram Facebook SaraLovariArt



+39 347 0875234



## La Torricella



Hotel Ristorante

Hotel Ristorante "La Torricella"  
Via Torricella 14, Poppi (Ar) / Tel. 0575 527046 / 331 2929881  
[www.latorricella.com](http://www.latorricella.com) / [info@latorricella.com](mailto:info@latorricella.com)

follow us  

  
**FORNO DONATI**  
— il pane *in* Casentino —

Forno Donati, via Tosco Romagnola, 44 · Partina · Bibbiena (Ar) · Tel. 0575 561357  
Dispensa Donati, piazza Roma, 3/4 · Centro Storico · Bibbiena (Ar) · Tel. 0575 453911  
[www.fornodipartina.it](http://www.fornodipartina.it) · [info@fornodipartina.it](mailto:info@fornodipartina.it)

seguici su  



MACELLERIA  
**FRACASSI**  
DAL 1927

VITELLONE BIANCO APPENNINO CENTRALE  
**CHIANTINA**





*il Vinaio*

**DAL VINAIO L'ORTOLANO**  
SPECIALITÀ LOCALI E PRIMIZIE DI STAGIONE



**Prodotti tipici**  
**Salumi e Formaggi Casentinesi**  
**Vini selezionati**  
**Frutta e verdura di stagione**  
**Grandi eccellenze italiane**

Via Roma, 110  
Ponte a Poppi · Poppi (Ar)

+39 0575 529115  
segui su  

Fotografie di Francesca Donatelli

Piazza Mazzini, 24 - Rassina  
Castel Focognano (Ar)

segui su



+39 0575 591480  
macelleriafracassi@alice.it

Fotografie di Francesca Donatelli

PER UNA  
**IDRATAZIONE**  
DURANTE  
TUTTA  
**LA MATTINA**



SCEGLI LA  
**COLAZIONE**  
EQUILIBRATA



PER INFORMAZIONI  
**+39 377 9903735**



Valley Life rivista trimestrale a distribuzione gratuita nasce per dare voce alle piccole, medie imprese ed istituzioni del territorio per raccontare tramite ricchi e curiosi redazionali e formule pubblicitarie personalizzate la propria storia. Valley Life con un team di esperti offre la possibilità ai propri clienti, tramite una distribuzione capillare e la sua presenza sul web e nei social, di farsi conoscere da un ampio pubblico locale ed internazionale. La presenza su Valley Life è un investimento sull'immagine della propria attività, per presentarsi al pubblico locale e turistico per aumentare la propria popolarità, promuovere la propria offerta di beni o servizi o di novità esclusive.

# ValleyLife

**Prenota il tuo spazio su Valley Life !  
Contattaci !**

+ 39 347 8540228  
Serena Lombardi · *Direttrice editoriale*  
+ 39 340 5321042  
Francesca Donatelli · *Direttrice editoriale*

REDAZIONE, PUBBLICITÀ  
Via Pio Borri,10 Pratovecchio Stia (Ar) 52015  
casentino.arezzo@valleylife.it · www.valleylife.it



È una passione,

non chiede permesso

e tu non puoi più fare a meno

di quelle emozioni,



non è tantomeno bussa,

**UN ANNO  
DI  
EMOZIONI**

di quelle sensazioni,

*maneggio nel cuore  
del Casentino*



entra prepotente



clubippicosandonato.it  
segui su



**sei destinato a vivere così: tra una caduta  
e una carezza!**



+39 3347915686  
+39 3385960934

Strada Comunale  
di S. Donato, 23  
Pratovecchio Stia (AR)





Arianna e le 'sue' burraie.

## I Sentieri di Arianna

### Arianna's Paths

DI SIMONE BANDINI

*La nostra esistenza è costellata di sentieri – alcuni con una destinazione possibile e reale, altri ipotetici e interrotti. Si può dire, anzi, che il senso stesso nostro vivere sia percorrerli, con audacia e perseveranza. Camminare dunque, tra vette, boschi e radure, non è che un'allegoria di questo incedere, spesso nel 'vuoto', alla ricerca del nostro 'pieno'. Ne parliamo con la guida escursionistica Arianna Lobina che da qualche anno raduna gruppi di appassionati trekkers avventurandosi nella Toscana appenninica.*

**VALLEY LIFE:** *Buongiorno Arianna, camminando hai trovato la tua dimensione? Cosa ti ha spinto a farlo?*  
 "Sì, camminare è la cosa che amo fare di più. Quando mi chiedono "cosa vuoi fare da grande?", lo rispondo sempre "camminare almeno fino a 70 anni e se andrà bene anche di più". Amo stare nel bosco, sentire gli odori ed ascoltare i suoi suoni, camminare sui sentieri (ma anche fuori dai sentieri), osservare tutto quello che si può incontrare durante una camminata: dal più piccolo fiore alla casa abbandonata, dalla cascata al cimitero di paese. Non posso immaginare la mia vita senza il camminare. È il modo che utilizzo per ritrovare la mia tranquillità ed il mio equilibrio. Abito a Santa Brigida, un piccolo paesino circondato da boschi e da tanti sentieri. Diciamo che il bosco è sempre stato nel mio DNA, mio nonno era un taglialegna. Se da piccola ero spesso con lui, mi sono poi allontanata da questa realtà nel periodo adolescenziale.

*Our existence is studded with paths – some with a possible and real destination, others hypothetical and interrupted. It can be said, indeed, that our very meaning of life is to walk them, with boldness and perseverance. Walking, therefore, among peaks, woods and clearings, is nothing but an allegory of this walk, often in the 'void', in search of our 'fullness'. We talk about it with the hiking guide Arianna Lobina who for some years has been gathering groups of passionate trekkers venturing into the Apennine Tuscany.*

**VALLEY LIFE:** *Good morning Arianna, have you found your dimension while walking? What prompted you to do this?*  
 "Yes, walking is the thing I love to do the most. When people ask me "what do you want to be when you grow up?", I always answer "walk at least until you are 70 and if it will be good even more". I love being in the woods, smelling and listening to its sounds, walking on the paths (but also off the paths), observing everything that can be encountered during a walk: from the smallest flower to the abandoned house, from the waterfall to the village cemetery. I can't imagine my life without walking. It's the way I use to regain my peace of mind and balance. I live in Santa Brigida, a small village surrounded by woods and many paths. Let's say that the forest has always been in my DNA, my grandfather was a woodcutter. If as a child I was often with him, I then moved away from this reality in the adolescent period.

Ho ricominciato a camminare verso i 25 e piano piano è sbocciato l'amore che ancora oggi c'è. Sono una persona molto curiosa e quando andavo nel bosco mi facevo tante domande soprattutto sugli alberi e sulle piante. Da diversi anni avevo in testa l'idea di fare un corso per diventare Guida Ambientale e con il Covid 19 non ho avuto più scuse per rimandare questo mio sogno".

**V.L.:** *Quando hai cominciato la tua attività?*

"Sono guida da novembre 2021. Ho frequentato un corso di specializzazione per diventare guida ambientale durato ben 9 mesi: un parto praticamente, ma sono stati i 9 mesi più belli della mia vita. Ho conosciuto tante persone con i miei stessi interessi, girato la Toscana in lungo ed in largo, visto posti sconosciuti, macinato migliaia di km a piedi ed in macchina. Soprattutto mi sono formata, ho studiato ed imparato tantissime cose: botanica, zoologia, primo soccorso, storia locale, geologia, etc. Ovviamente, il corso ha dato solo un'infarinatura generale e, ad oggi, sto facendo diversi aggiornamenti per continuare ad imparare".

*Al limitare del bosco.*



I started walking again towards 25 and slowly the love that is still there today blossomed. I am a very curious person and when I went to the woods asking myself many questions, especially about trees and plants. For several years I had the idea of taking a course to become an Environmental Guide in my head and with Covid 19 I had no more excuses to postpone this dream of mine".

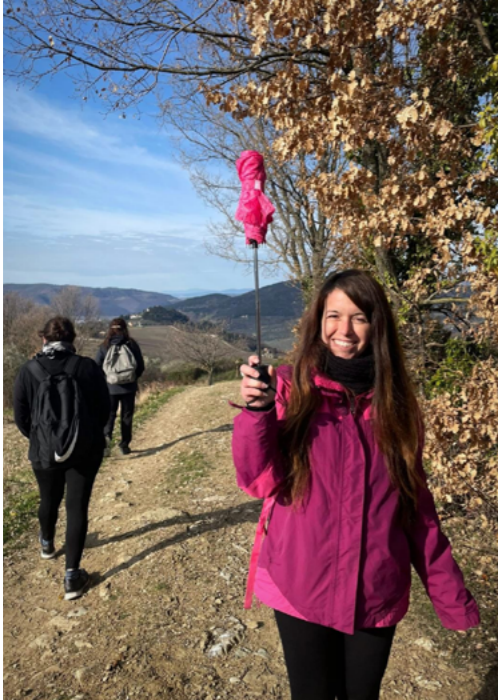
**V.L.:** *When did you start your business?*

"Since November 2021. I attended a specialization course to become an environmental guide that lasted 9 months: a birth practically, but they were the best 9 months of my life. I met many people with the same interests as me, travelled the length and breadth of Tuscany, saw unknown places, travelled thousands of kilometres on foot and by car. Above all, I trained, studied and learned many things: botany, zoology, first aid, local history, geology, etc. Obviously, the course has only given a general smattering and, to date, I am making several updates to continue learning".

*A spasso per l'Appennino.*







Arianna Lobina, guida escursionistica dal 2020.



Un'abetia avvolta dalla nebbia.

V.L.: *Come si è sviluppata negli anni?*

"Partiamo dal principio: il 20 febbraio 2020 mi sono laureata in Archeologia (nonostante il 110 e lode non è servito a nulla) e pochi giorni dopo Conte ha chiuso tutto. Mi sono quindi ritrovata serrata in casa a guardare serie tv, fare dolci, a girare in giardino. In questo periodo ho iniziato a pubblicare dei post con foto sul gruppo del mio paese "Sei di Santa Brigida se..." per raccontare la storia e qualche curiosità sui bellissimi luoghi che abbiamo intorno. Poi una sera ho avuto un'illuminazione: "Perché non creare una pagina mia dove mettere tutte queste cose?". E così ho fatto. Scegliere il nome è stato molto facile: invece che il classico "Filo di Arianna" sono venuti fuori "I Sentieri di Arianna". Sulla mia pagina ho quindi iniziato a consigliare sentieri da percorrere in autonomia mettendo descrizione, foto e rimandando al percorso sull'applicazione 'Wikiloc'. È stato bellissimo vedere che la gente andava davvero a camminare sui 'miei' sentieri! Poi sono diventata ufficialmente una Guida Ambientale Escursionistica e in diversi sono venuti a scoprire boschi e sentieri con me".

V.L.: *Quali sono oggi le escursioni che proponi? Quanto sono lunghi i tuoi sentieri e, tecnicamente, che difficoltà possono avere? Sono adatti a tutti?*

"Oggi propongo vari tipi di escursioni, dalle più semplici alle più difficili. La cosa 'ganza' è che leggendo il nome dell'escursione potete già capire la difficoltà: se vedete un "Glutei Trek" dovete sapere che ci sono salite ripide, un "Super Glutei Trek"...non ve lo dico neanche! Ci sono poi i "Magna Trek" o i "Sagra Trek" o gli "Schiaccia Trek" dove sicuramente finiamo con le gambe sotto al tavolo! Ultime, ma non meno importanti, le "Scarpinahe" escursioni lunghe, ma con un dislivello leggero. Tendenzialmente faccio escursioni al di sopra dei 10 km, anche perché sennò mi annoio! Alcune sono adatte a tutti, altre (ma non tante) sono destinate ad escursionisti più esperti, soprattutto quando si esplorano zone un po' più wild".

V.L.: *How has it developed over the years?*

"Let's start from the beginning: on February 20, 2020, I graduated in Archaeology (despite the 110 laude it was useless) and a few days later Prime Minister of Italy Conte closed everything. So, I found myself locked in the house watching TV series, making deserts, walking around in the garden. In this period, I started to publish posts with photos on the group of my country "You are from Santa Brigida if..." to tell the story and some curiosities about the beautiful places around us. Then one evening I had an epiphany: "Why not create my own page where I can put all these things?" And so I did. Choosing the name was very easy: instead of the classic "Arianna's Thread" they came up with "Arianna's Paths". On my page I then started to recommend trails to walk independently by putting description, photos and referring to the route on the 'Wikiloc' application. It was great to see that people really went to walk on 'my' paths! Then I officially became an Environmental Hiking Guide and several came to discover woods and trails with me."

V.L.: *What are the excursions you propose today? How long are your trails and, technically, how difficult can they be? Are they suitable for everyone?*

"Today I offer various types of excursions, from the easiest to the most difficult. The 'cool' thing is that by reading the name of the excursion you can already understand the difficulty: if you see a "Bottom Trek" you should know that there are steep climbs, a "Super Bottom Trek"... I won't even tell you! Then there are the "Magna Trek" or the "Sagra Trek" or the "Schiaccia Trek" where we surely end up with our legs under the table! Last, but not least, the "Scarpinahe" long hikes, but with a slight difference in altitude. I tend to hike above 10 km, also because otherwise I get bored! Some are suitable for everyone, others (but not many) are intended for more experienced hikers, especially when exploring slightly wilder areas".

V.L.: *Ci sono attività anche per i bambini?*

"Sì, ma se me lo avessi chiesto sei mesi fa ti avrei risposto: assolutamente no! Pensavo di non avere un bel feeling con i più piccini, invece mi sono dovuta ricredere. Ho fatto dei progetti con alcune scuole nel Comune di Pontassieve ed è stato bellissimo. Vedere i bambini esplorare il bosco e conoscerlo attraverso dei giochi pensati e realizzati da me è stata una grande soddisfazione.

Dopo questi progetti ho iniziato anche ad organizzare delle escursioni specifiche per i bambini, ma devo ancora imparare tanto. Inizierò infatti a breve un corso per l'accompagnamento in bosco dei bambini dai 2 ai 14 anni; formarmi, migliorarmi e tenermi costantemente aggiornata per me sono cose importantissime!".

V.L.: *Notiamo che diverse escursioni terminano con feste paesane od attività ricreative. Ti piacerebbe coinvolgere aziende e strutture del territorio in queste tue giornate?*

"Sì! Mi piacerebbe un sacco, anzi sono sempre alla ricerca di posti particolari da far conoscere alle persone che vengono a camminare con me. E poi, parliamoci chiaro, il finale con degustazione o con merenda piace sempre parecchio! Secondo me, queste collaborazioni potrebbero essere un bel modo per far star bene i miei camminatori e dall'altra parte, per le aziende e per le strutture, per farsi conoscere. Quindi, contattatemi!".

V.L.: *Are there activities for children as well?*

Yes, but if you had asked me six months ago I would have answered: absolutely not! I thought I didn't have a good feeling with the little ones, but I had to change my mind. I did some projects with some schools in the Municipality of Pontassieve and it was beautiful. Seeing the children explore the forest and get to know it through games designed and created by me was a great satisfaction.

After these projects, I also started to organize specific excursions for children, but I still have a lot to learn. In fact, I will soon start a course for the accompaniment of children from 2 to 14 years old in the woods; Training, improving myself and keeping myself constantly updated are very important things for me!"

V.L.: *We notice that several excursions end with village festivals or recreational activities. Would you like to involve local companies and structures in these days?*

"Yes! I would love to, in fact I am always looking for special places to introduce to the people who come to walk with me. And then, let's face it, the finale with tasting or snack is always very popular! In my opinion, these collaborations could be a nice way to make my walkers feel good and on the other hand, for companies and structures, to make themselves known. So, contact me!"

*Info per le escursioni e le attività in programma - Info for excursions and scheduled activities:  
I Sentieri di Arianna, Tel. 334 2126444 / [www.isentieridiarianna.it](http://www.isentieridiarianna.it) / [isentieridiarianna@gmail.com](mailto:isentieridiarianna@gmail.com)*





### In memoria di Bruno, morto in canile

Addio Bruno, addio nuvola bianca. Ti ricorderemo sempre. Ricorderemo quel tuo ondeggiare goffo e gioioso, la tua bontà, la tua calma. La tua buffa testardaggine, degna di un maremmano che si rispetti.

Ti ricorderemo per lo splendido legame con la tua inseparabile compagna di avventure e di sventure: Bianca. Lei frizzantina ed eterna adolescente, tu riflessivo e saggio.

Ti ricorderemo per il coraggio e l'ottimismo, per quell'allegria che le sbarre del canile non sono riuscite a spengere. Ti ricorderemo perché sei l'emblema della libertà perduta, tu che hai vissuto libero nella natura per tanto tempo, prima che l'uomo decidesse per te...

Avremmo voluto ridartela quella libertà ma non ci siamo riusciti.

Aiutaci da lassù a trovare una famiglia per Bianca, ora sola di te.

Aiutaci a trovare una famiglia per tutti i cani grandi che nessuno vuole. Ce ne sono tanti in canile, molti di loro muoiono soli in un box. Diciamolo, diciamolo ad alta voce senza nascondere l'amara realtà.

La morte di Bruno, preceduta da quella di Zeno e di Hannibal, amplifica in tutti noi una preoccupazione costante: per i cani di taglia grande il canile è spesso un luogo senza uscita. Ne abbiamo tanti al momento, alcuni giovanissimi, altri un po' in là con gli anni e non possiamo neanche pensare alla possibilità che per loro non esista una famiglia.

### In Memory of Bruno, Who Died in a Kennel

Goodbye Bruno, goodbye white cloud. We will always remember you. We will remember your awkward and joyful swaying, your goodness, your calmness. Your funny stubbornness, worthy of a self-respecting Maremman.

We will remember you for the wonderful bond with your inseparable companion of adventures and misfortunes: Bianca. She's bubbly and eternal teenager, you're thoughtful and wise.

We will remember you for your courage and optimism, for that joy that the bars of the kennel could not extinguish. We will remember you because you are the emblem of lost freedom, you who lived free in nature for so long, before man decided for you..

We would have liked to give you back that freedom, but we couldn't.

Help us from up there to find a family for Bianca, now alone of you.

Help us find a family for all the big dogs that no one wants. There are many of them in kennels, many of them die alone in a box. Let's say it, let's say it out loud without hiding the bitter reality.

Bruno's death, preceded by that of Zeno and Hannibal, amplifies a constant concern in all of us: for large dogs, the kennel is often a dead-end place. We have many of them at the moment, some very young, others a little older and we can't even think about the possibility that a family does not exist for them.

OTTO è un meraviglioso gigante che si trova in canile da poco, per rinuncia di proprietà.

Ha 8 anni, è socievole, equilibrato, buono. Prima di entrare in canile ha convissuto felicemente con una cagnolina di piccola taglia. Pur essendo imponente è assolutamente gestibile: bravo al guinzaglio, abituato alla macchina e ai luoghi affollati. Ha avuto una buona socializzazione e ha fatto tante esperienze.

OTTO is a wonderful giant who has recently been in a kennel, due to the renunciation of ownership. He is 8 years old, sociable, balanced, good. Before entering the kennel, she lived happily with a small dog. Despite being imposing, it is absolutely manageable: good on a leash, accustomed to cars and crowded places. He had a good socialization and had a lot of experiences.

PINO è un bellissimo meticcio maremmano di circa un anno. È molto attivo, dinamico, a tratti irruento ma recettivo e collaborativo. Accanto ad una persona esperta, che sappia completare il percorso iniziato, può dare grandi soddisfazioni.

PINO is a beautiful Maremma mongrel about a year old. He is very active, dynamic, at times impetuous but receptive and collaborative. Alongside an expert person, who knows how to complete the path started, can give great satisfaction.

GELINDO è un meticcio di 5 anni, dall'aspetto particolare ed accattivante. È molto bravo al guinzaglio e in passeggiata. Ha un carattere piuttosto forte e anche per lui cerchiamo una persona che abbia una certa esperienza.

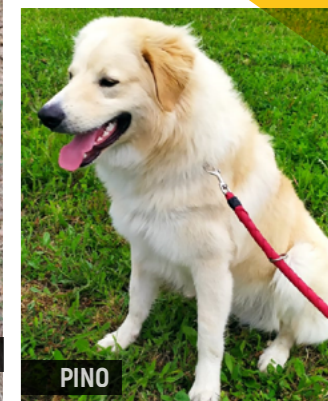
GELINDO is a 5-year-old mixed breed, with a particular and captivating appearance. He is very good on a leash and on walks. He has a rather strong character and we are also looking for a person who has some experience for him.

LIBERO è un giovane meticcio pastore, davvero molto dolce e coccolone, ama la compagnia dell'uomo e le attenzioni. È dolce ed equilibrato, un po' timoroso al primo approccio. Non è abituato al guinzaglio, inizialmente ne era terrorizzato, forse memore di un passato trascorso alla catena. Per lui sarebbe ideale trovare una casa in zona tranquilla con ampio spazio recintato, così che possa proseguire il suo percorso di confidenza col guinzaglio.

LIBERO is a young shepherd mongrel, very sweet and cuddly, he loves the company of man and attention. It is sweet and balanced, a little fearful at first approach. He is not used to the leash, initially he was terrified of it, perhaps mindful of a past spent on the chain. It would be ideal for him to find a house in a quiet area with a large fenced space, so that he can continue his path of confidence on a leash.



OTTO



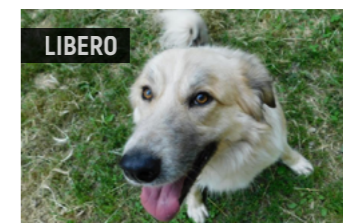
PINO

BARONE è un meticcio nero a pelo duro di taglia grande. Vive in canile da 4 anni, la metà della sua vita. Non ha mai ricevuto una vera richiesta d'adozione. La sua esuberanza giovanile si è ormai attenuata. Dopo una corsetta è già soddisfatto. L'umidità inizia a danneggiare le sue zampe, ha bisogno di una famiglia!

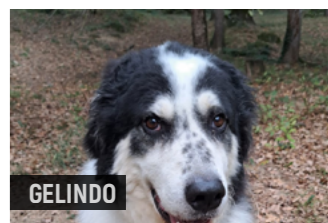
BARONE is a large-breed black wire-haired mongrel. He has been living in a kennel for 4 years, half of his life. She never received a real request for adoption. His youthful exuberance has now faded. After a jog, he is already satisfied. Moisture starts to damage his paws, he needs a family!



BARONE



LIBERO



GELINDO

Vi aspettiamo in canile il sabato o la domenica mattina, dalle 9,30 alle 12,30. Durante la settimana è necessario accordarsi per le visite chiamando il 3475421445

(se non potessimo rispondere - come spesso accade in orario di lavoro - verrete richiamati appena possibile).

Elisabetta Macinai - Presidente E.N.P.A. Sezione Casentino

We are waiting for you at the kennel on Saturday or Sunday morning, from 9.30 to 12.30. During the week it is necessary to arrange for visits by calling 3475421445

(if we cannot answer - as often happens during working hours - you will be called back as soon as possible).

Elisabetta Macinai - President of E.N.P.A. Casentino Section

Info: Canile Intercomunale del Casentino  
Intermunicipal Kennel of Casentino  
Loc. San Piero in Frassino Ortignano (Ar)



"Sissi", la gatta della Dott.ssa Maruska Fossi.

## Insieme per il benessere degli animali da compagnia: la Medicina del Comportamento

Together for the Well-being of Pets: Behavioural Medicine

DI SIMONA VAGNOLI

*Quando pensiamo alla medicina veterinaria, spesso immaginiamo i medici veterinari che curano le malattie fisiche degli animali. Tuttavia, dietro le quinte, esiste un mondo affascinante ed altrettanto importante che si occupa anche della loro salute mentale e comportamentale.*

*La Dottoressa Maruska Fossi della Clinica veterinaria Maruska Fossi di Bibbiena, specializzata proprio in Medicina del Comportamento, ci spiega quanto una corretta e tempestiva analisi e gestione dei disturbi comportamentali negli animali sia importante per un'armoniosa convivenza tra le specie.*

*Chi è esattamente il Medico veterinario esperto in comportamento e quali sono le principali competenze e responsabilità associate a questa figura professionale?*

Il Medico Veterinario esperto in comportamento è un professionista con un'ampia conoscenza di clinica medica, medicina interna e neuroscienze, necessaria per affrontare le complesse correlazioni tra disturbi comportamentali e patologie fisiche.

Svolge un ruolo cruciale nel comprendere e trattare tali disturbi per ripristinare il benessere psicologico ed emotivo degli animali da compagnia quali cani, gatti, conigli, furetti, cavalli, uccelli e alcuni animali esotici. Dopo aver fatto un'accurata diagnosi, stabilisce le linee guida per intervenire e indirizza il paziente verso altri professionisti con i quali collabora in stretta sinergia per garantire la riuscita del percorso di guarigione.

*When we think of veterinary medicine, we often imagine veterinarians treating the physical illnesses of animals. However, behind the scenes, there is a fascinating and equally important world that also deals with their mental and behavioral health. Dr. Maruska Fossi of the Maruska Fossi Veterinary Clinic in Bibbiena, specialized in Behavioral Medicine, explains how a correct and timely analysis and management of behavioral disorders in animals is important for a harmonious coexistence between species.*

*Who exactly is the Veterinary Doctor expert in behavior and what are the main skills and responsibilities associated with this professional figure?*

The Veterinary Behavior Expert is a professional with extensive knowledge of clinical medicine, internal medicine and neuroscience, necessary to address the complex correlations between behavioral disorders and physical pathologies. It plays a crucial role in understanding and treating such disorders to restore the psychological and emotional well-being of companion animals such as dogs, cats, rabbits, ferrets, horses, birds, and some exotic animals. After making an accurate diagnosis, he establishes the guidelines for intervention and directs the patient to other professionals with whom he collaborates in close synergy to ensure the success of the healing process.

*Quali sono i professionisti con i quali collabora il Medico Veterinario esperto in comportamento?*

Le altre figure che entrano in azione per risolvere i disturbi comportamentali degli animali sono tre.

Gli educatori intervengono nei cuccioli appena arrivati in famiglia (nel cane e nel gatto è preferibile che l'adozione avvenga dopo i 90 – 120 giorni di vita) per correggere tempestivamente eventuali comportamenti non corretti. In questa fase il percorso può durare solo pochi mesi in quanto lo sviluppo psicosomatico del cucciolo avviene nell'arco di poche settimane.

Gli istruttori e istruttori riabilitatori intervengono invece quando gli animali adulti necessitano di recupero o riabilitazione a causa di problemi comportamentali o di salute. In questa situazione la terapia può estendersi per un periodo di tempo prolungato, anche di diversi anni. Durante questo percorso, possono essere necessari anche psicofarmaci (che solo il Medico veterinario può prescrivere) come parte integrante del trattamento, con conseguenze più pesanti e spiacevoli per la famiglia e per l'animale.

La terza figura è quella dell'esperto specializzato nella relazione felina, che segue l'approccio cognitivo-relazionale e lavora in collaborazione con un medico veterinario, fornendo un supporto prezioso per affrontare le problematiche comportamentali specifiche dei gatti.

*Who are the professionals with whom the Veterinary Doctor expert in behavior collaborates?*

There are three other figures that come into action to solve animal behavioral disorders.

Educators intervene in puppies that have just arrived in the family (in dogs and cats it is preferable that adoption takes place after 90 – 120 days of life) to promptly correct any incorrect behavior. At this stage, the process can only last a few months as the psychosomatic development of the puppy takes place within a few weeks.

Trainers and rehabilitative instructors, on the other hand, intervene when adult animals need recovery or rehabilitation due to behavioral or health problems. In this situation, therapy may extend over a prolonged period of time, even several years. During this process, psychiatric drugs (which only the veterinarian can prescribe) may also be necessary as an integral part of the treatment, with heavier and more unpleasant consequences for the family and the animal.

The third figure is that of the expert specialized in feline relationships, who follows the cognitive-relational approach and works in collaboration with a veterinarian, providing valuable support to deal with the specific behavioral problems of cats.

*... e guardo il mondo da un oblò mi annoio un po'...*





"Perla", un cucciolo tranquillo sul tavolo visite.



"Sissy" e "Caccamo" che si godono le loro cucce rialzate.

**Ci fai alcuni esempi di interventi del Medico comportamentale?**

Per prima cosa è consigliabile consultare un Medico veterinario esperto in comportamento già prima di prendere un animale da compagnia, in particolare cani e gatti, in modo da orientarsi nella scelta della razza e delle dimensioni in base alle specifiche esigenze della famiglia e dell'animale e non solo per un fattore di gradimento estetico.

Facciamo alcuni esempi: cani come il Dalmata o il Weimaraner, ammirati per la loro estetica distintiva, presentano, ad esempio, caratteristiche di razza che richiedono particolari attenzioni ed è importante che i potenziali proprietari ne siano consapevoli prima di decidere di adottarli.

Inoltre, in veterinaria un problema comportamentale è spesso legato ad un disturbo alimentare ed anche in questo caso è necessario un intervento di un medico esperto. Nella nostra clinica, con la collega Dottoressa Sabrina Lorenzini specializzata in nutrizione, abbiamo aiutato molti pazienti proprio grazie alla complementarità delle nostre competenze.

**Can you give us some examples of Behavioral Physician interventions?**

First of all, it is advisable to consult a veterinarian who is an expert in behavior even before getting a pet, especially dogs and cats, in order to orient yourself in the choice of breed and size according to the specific needs of the family and the animal and not only for a factor of aesthetic satisfaction.

Let's take a few examples: dogs such as the Dalmatian or the Weimaraner, admired for their distinctive aesthetics, have, for example, breed characteristics that require special attention and it is important that potential owners are aware of this before deciding to adopt them.

In addition, in veterinary medicine a behavioral problem is often linked to an eating disorder and even in this case an intervention by an expert doctor is necessary.

In our clinic, with my colleague Dr. Sabrina Lorenzini specialized in nutrition, we have helped many patients thanks to the complementarity of our skills.

Alcuni cani di piccola taglia, come ad esempio i barboncini, nei primi anni di età manifestano problemi digestivi che, dopo una prima indagine sulle malattie metaboliche, rientrano per il 90% in casi di gastrite cronica da stress. Questi cani vengono talvolta trattati come peluche, sottovalutando la loro necessità di movimento e stimoli esterni.

Di contro, non è sufficiente nemmeno avere un grande giardino per garantire al cane il benessere mentale, in quanto deve instaurare anche una relazione di fiducia e complicità con il padrone, esplorare il mondo, passeggiare, conoscere altre specie animali e sapersi relazionare con gli umani.

Anche nel gatto, che a differenza del cane è un animale sociale facoltativo e sceglie lui stesso se stare o meno in compagnia, un problema come la cistite emorragica potrebbe non dipendere da un'infezione o da un calcolo ma essere identificata come cistite idiopatica da stress.

Per i felini è infatti molto importante un adeguato arricchimento ambientale che gli permetta di esprimere l'indole predatoria anche all'interno di un appartamento, attraverso giochi stimolanti, tiragraffi e nascondigli sospesi dove rifugiarsi.

È importante sottolineare che l'utilizzo di metodi coercitivi, come strattoni o guinzagli a strangolo o soluzioni fai da te per sensibilizzare i cani al rumore non sono raccomandati né efficaci per affrontare le problematiche comportamentali. Tali metodi possono solo causare danni fisici e psicologici all'animale.

Con il Natale alle porte, tutti questi esempi hanno un valore ancora più rilevante: la scelta di regalare un animale richiede una responsabilità consapevole e un impegno a lungo termine. È fondamentale informarsi adeguatamente, consultare esperti ed evitare l'acquisto impulsivo.

Some small dogs, such as poodles, in the first years of age show digestive problems which, after an initial investigation into metabolic diseases, fall for 90% in cases of chronic stress gastritis. These dogs are sometimes treated as stuffed animals, underestimating their need for movement and external stimuli.

On the other hand, it is not enough to have a large garden to ensure mental well-being for the dog, as he must also establish a relationship of trust and complicity with the owner, explore the world, walk, get to know other animal species and know how to relate to humans.

Even in cats, which unlike dogs are an optional social animal and choose for themselves whether or not to be in company, a problem such as hemorrhagic cystitis may not depend on an infection or stone but may be identified as idiopathic stress cystitis.

In fact, it is very important for felines to have adequate environmental enrichment that allows them to express their predatory nature even inside an apartment, through stimulating games, scratching posts and suspended hiding places where they can take refuge.

It is important to emphasize that the use of coercive methods, such as tugs or choke leashes or do-it-yourself solutions to sensitize dogs to noise are not recommended or effective in addressing behavioral issues. Such methods can only cause physical and psychological harm to the animal.

With Christmas just around the corner, all these examples have an even more relevant value: the choice to give an animal as a gift requires conscious responsibility and a long-term commitment. It is crucial to be properly informed, consult experts, and avoid impulse buying.

"Sissy", nella sua nuova palestra, bell'esempio di arricchimento ambientale.



Clinica Veterinaria Dr. Maruska Fossi  
Piazza della Stazione, 3  
Bibbiena Stazione (AR)  
+39 349 5052678 maruska.fossi@alice.it

Veterinary Clinic Dr. Maruska Fossi  
Piazza della Stazione, 3  
Bibbiena Train Station (AR)  
+39 349 5052678 maruska.fossi@alice.it



# AISPA

The Anglo-Italian Society for  
the Protection of Animals



## AISPA, Anglo-Italian Society for the Protection of Animals

FOR 70 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](http://www.aispa.org.uk) Email us at [info@aispa.org.uk](mailto: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 5AU

[www.aispa.org.uk](http://www.aispa.org.uk) • [info@aispa.org.uk](mailto:info@aispa.org.uk) • UK registered charity no. 208530

### 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.....



## La mia Vittoria:

avere sempre la soluzione giusta a portata di mano



Avvalersi di **Vittoria Assicurazioni** significa poter contare sulla **competenza ed esperienza di assicuratori** impegnati nel trovare le **migliori soluzioni** per soddisfare le tue esigenze

**Richiedi subito un preventivo, è facile e non costa nulla!**

**SUBAGENZIA di BIBBIENA**

Via Umbro Casentinese n.15  
52011 Bibbiena

**T. 0575/593304 Cell 340/4230807**

E-mail [gabrongiu@hotmail.it](mailto:gabrongiu@hotmail.it)  
Email sede ag\_049.01@agentivittoria.it

orari: lun, mart e ven 10.00/13.00 15.00/18.30 merc e giov su appuntamento



# Vittoria Assicurazioni

Prima della sottoscrizione leggere i Fascicoli Informativi reperibili nei Punti Vendita Vittoria Assicurazioni oppure sul sito [www.vittoriaassicurazioni.com](http://www.vittoriaassicurazioni.com)

**AGENZIA 049 AREZZO BELVEDERE**



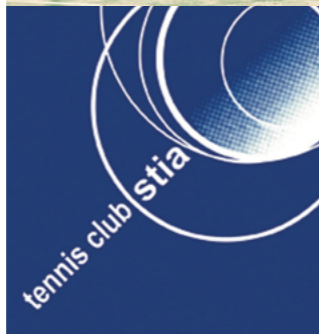
Alice Ugolini classifica 4.3 sarà titolare della coppa a squadre D.3 del 2024



Rachele Vangelisti titolare nella squadra arrivata 3° nella Coppa delle Torri a squadre regionale



Lavinia Romano classifica 4.5 titolare della squadra di Coppa delle Torri



anche le ragazze del Tennis Club Stia si affidano a STILNOVO per la propria preparazione atletica



Martina Caleri classifica 4.5 titolare della squadra di D3 femminile



Photo credits: Carlo Gabrielli



segui su



**PERSONAL TRAINER  
SMALL GROUP**



Via Kennedy, 10  
Pratovecchio Stia (Ar)

**Allenamento Funzionale  
Ginnastica Posturale  
Riabilitazioni  
Preparazioni Atletiche  
Yoga**

+39 0575583263   
info@stilnovofitness.it



## CHI SONO GLI ALLENATORI DELLA VBC ARNOPOLIS?

Who Are the Coaches at VBC Arnopolis?

DI SERENA LOMBARDI

Fotografie di Francesca Donatelli

*Sono menti brillanti e cuori appassionati, pronti a condividere con noi, in questa intervista, il loro amore per questo sport portandoci alla scoperta di passioni, strategie e obiettivi che guidano ogni squadra.*

*They are brilliant minds and passionate hearts, ready to share with us, in this interview, their love for this sport by leading us to discover the passions, strategies and goals that guide each team.*

“Sono **Michela Abenante** e insieme a **Michela Gouchon** ci occupiamo del fantastico gruppo del **S3**. Il nostro obiettivo è introdurre i bambini dai 5 ai 9 anni alla pallavolo in modo divertente, appassionante e accessibile infatti abbiamo adattato il gioco riducendo le dimensioni del campo e consentendo il blocco della palla.

È molto stimolante e divertente lavorare con loro perché hanno una capacità di apprendimento e miglioramento molto veloci, ma non è così facile. È necessario avere creatività, pazienza, voglia di mettersi in gioco, attenzione e passione. Dobbiamo lavorare sulla motricità generale, la coordinazione, la percezione degli spazi e sui gesti tecnici di base quali bagher, palleggio, battuta.

Quest'anno insieme alla società siamo riusciti a formare due gruppi di S3: uno si allena al Palazzetto dello Sport di Stia Pratovecchio e l'altro nella palestra di Castel San Niccolò”.

“I'm **Michela Abenante** and together with **Michela Gouchon** we take care of the fantastic **S3** group. Our goal is to introduce children from 5 to 9 years old to volleyball in a fun, exciting and accessible way, in fact we have adapted the game by reducing the size of the court and allowing the ball to be blocked. It's very challenging and fun to work with them because they have a very fast learning and improvement ability, but it's not that easy. It is necessary to have creativity, patience, desire to get involved, attention and passion. We need to work on general motor skills, coordination, perception of space and basic technical gestures such as bagher, dribbling, batting. This year, together with the club, we have managed to form two groups of S3: one trains at the Palazzetto dello Sport in Stia Pratovecchio and the other in the gym of Castel San Niccolò”.

“Mi chiamo **Michela Gouchon** e sono l'allenatrice dell'**U12 sotto leva (anno 2013/2014)**. Insieme a Michela Abenante mi occupo anche del gruppo del minivolley e sono il libero della prima squadra di serie B2.

La mia squadra dell'U12 è composta da bimbe/i più giovani del solito per questa categoria che però hanno ugualmente tanta voglia di lavorare, di migliorarsi ed imparare cose nuove. Novità di quest'anno, per provare ad avvicinarsi sempre più alla pallavolo dei “grandi”, sono i 3 allenamenti settimanali, che si svolgono nel Palazzetto dello sport di Stia.

La passione e il divertimento sono gli ingredienti principali che condiscono le ore che trascorriamo in palestra. Ritengo infatti che, soprattutto a quest'età, divertirsi e gioire con i propri compagni di squadra sia una delle cose fondamentali e più belle in assoluto!

Uno dei miei obiettivi principali per questa stagione è quello di far crescere questa squadra sia dal punto di vista motorio che tecnico. Per loro è infatti molto importante sviluppare capacità motorie basilari (quali coordinazione, equilibrio o mobilità articolare) ed assimilare fin da subito i fondamentali di base della pallavolo, per poi arrivare piano piano anche all'attacco vero e proprio. Sono molto orgogliosa del mio gruppo e dei progressi che è riuscito a fare in questi primi mesi di lavoro insieme. Sarà un piacere proseguire questo percorso per vedere fino a dove potremo arrivare!”

“My name is **Michela Gouchon** and I am the coach of the **U12 team (2013/2014)**. Together with Michela Abenante I also take care of the minivolley group and I am the libero of the first team of Serie B2. My U12 team is made up of girls who are younger than usual for this category but who still have a great desire to work, improve and learn new things. New this year, to try to get closer and closer to the volleyball of the “grown-ups”, are the 3 weekly trainings, which take place in the Sports Hall of Stia.

Passion and fun are the main ingredients that season the hours we spend in the gym. In fact, I believe that, especially at this age, having fun and rejoicing with your teammates is one of the most fundamental and beautiful things ever!

One of my main goals for this season is to grow this team both from a motor and technical point of view. In fact, it is very important for them to develop basic motor skills (such as coordination, balance or joint mobility) and immediately assimilate the basic fundamentals of volleyball, and then slowly get to the actual attack.

I am very proud of my group and the progress it has made in these first months of working together. It will be a pleasure to continue this journey to see how far we can go!”

*Le piccolissime del MINIVOLLEY e dell'UNDER 12 (anno 2013/2014) con le allenatrici Michela Abenante (sx) e Michela Gouchon (dx).*





UNDER 12 (anno 2012), allenatrice Michela Trinca.

"Mi chiamo **Michela Trinca** e sono allenatrice dell'**Under 12** e alzatrice della B2. Il mio è un gruppo molto numeroso di bimbe entusiaste di giocare e divertirsi insieme. La seconda allenatrice è Giorgia Bulla (centrale della B2) ed è un aiuto importante per seguire al meglio gli esercizi e supportarle il più possibile. Il nostro obiettivo è farle crescere dal punto di vista motorio e tecnico ma puntiamo anche a insegnare i valori dello sport di gruppo come sapersi organizzare, aiutare la compagna in difficoltà e gioire insieme. Stiamo lavorando molto sulla battuta in quanto primo gesto per iniziare un'azione e sono molto contenta perché vedo progressi non solo in questo fondamentale. Compongo gli allenamenti in modo da fornirgli più strumenti possibili per risolvere le situazioni durante il gioco e vedo già i miglioramenti anche delle bimbe che hanno iniziato quest'anno e questo mi rende fiera del loro impegno. Per loro non è solo un momento di svago ma diventa anche un impegno e in quanto tale imparano a prendersi le proprie responsabilità che le aiutano a crescere. Ci alleniamo sia a Stia che a Strada e spesso molte persone curiose si affacciano e noi siamo felici di mostrare la bellezza di questo sport".

"My name is **Michela Trinca** and I am the coach of the **Under 12** team and the B2 lifter. Mine is a very large group of girls who are excited to play and have fun together. The second coach is Giorgia Bulla (B2 centre) and is an important help to follow the exercises in the best possible way and support them as much as possible. Our goal is to make them grow from a motor and technical point of view, but we also aim to teach the values of group sport such as knowing how to organize oneself, help one's partner in difficulty and rejoice together. We are working a lot on batting as a first gesture to start an action and I am very happy because I see progress not only in this fundamental. I compose the training in such a way as to provide them with as many tools as possible to solve situations during the game and I already see the improvements even of the girls who have started this year and this makes me proud of their commitment. For them it is not only a moment of leisure but also becomes a commitment and as such they learn to take their responsibilities that help them grow. We train both in Stia and in Strada and often many curious people come and we are happy to show the beauty of this sport".

"Sono **Silvia Fornaini** ed alleno atlete nate nel **2010** che durante questa stagione avranno l'occasione di mettersi a confronto con "la pallavolo dei grandi". È l'anno pallavolistico più complesso per un atleta caratterizzato da grandi cambiamenti sia fisici che negli schemi di gioco. Il mio è un gruppo numeroso ed anche quest'anno ci sono state nuove iscrizioni alle quali è necessario dedicare maggiore attenzione e motivazione affinché si innalzi la qualità della tecnica del gruppo già esistente. Spero di riuscire ad incanalare nel modo corretto la loro fortissima passione verso questo sport così da raggiungere piano piano risultati sempre più positivi. Come ogni anno è sempre una sfida. Le sfide sono la cosa più bella e preziosa che la vita possa metterci davanti e se c'è una sfida significa che c'è anche una possibilità di riuscita e noi, come staff tecnico, stiamo tutti insieme lavorando con l'unico obiettivo di coinvolgere, motivare e far follemente innamorare di questo sport le ragazze fin dalla più tenera età".

"I am **Silvia Fornaini** and I train athletes born in **2010** who during this season will have the opportunity to confront themselves with "the volleyball of the greats". It is the most complex volleyball year for an athlete characterized by great changes both physically and in the game patterns. Mine is a large group and also this year there have been new registrations to which it is necessary to devote more attention and motivation so that the quality of the technique of the existing group is raised. I hope to be able to channel their strong passion for this sport in the right way so as to slowly achieve more and more positive results. Like every year, it's always a challenge. Challenges are the most beautiful and precious thing that life can put in front of us and if there is a challenge it means that there is also a possibility of success and we, as a technical staff, are all working together with the sole goal of involving, motivating and making girls fall madly in love with this sport from an early age".

UNDER 14 (anno 2011-2010), allenatrice Silvia Fornaini . Nella foto sostituita dall'allenatrice Michela Abenante.







UNDER 13 (anno 2011), allenatore Simone Piran.

UNDER 18, allenatore Simone Piran.



“Mi chiamo **Simone Piran** e sono allenatore dell'**under 13, under 18 e Prima divisione.**

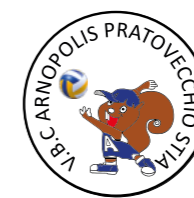
I gruppi che alleno sono gruppi che, a partire dall'U13 si affacciano alla pallavolo agonistica per salire poi di livello e difficoltà con U18 e 1° Divisione.

A loro sto cercando di trasmettere un'identità, dei valori, il rispetto delle regole e delle compagne che si spendono in fatica e impegno in campo. Tutto questo cercando di alzare e uniformare il livello tecnico in modo da poter camminare tutti assieme nella stessa direzione”.

“My name is **Simone Piran** and I am the coach of the **under-13s, under-18s and First Divisions.**

The groups I coach are groups that, starting from the U13, look at competitive volleyball and then go up in level and difficulty with U18 and 1st Division.

I'm trying to convey to them an identity, values, respect for the rules and teammates who spend themselves in effort and commitment on the pitch. All this while trying to raise and standardize the technical level so that we can all walk together in the same direction.”



Prima divisione, allenatore Simone Piran.



“Sono **Roberto Latini**, primo allenatore **B2** e insieme al secondo allenatore **Roberto Sordi**, vorrei evidenziare il nostro potenziale, ovvero il fatto di stare nelle prime tre posizioni di un campionato molto equilibrato in cui la differenza sarà fatta nel girone di ritorno, con scontri diretti e una classifica corta. Penso che questo potenziale si possa trasformare in un obiettivo molto stimolante per la squadra e per la società che quest'anno, più degli altri, ha fatto un ottimo lavoro sotto tutti i punti di vista. La squadra possiede una solida tenuta mentale, una grande determinazione e una forte motivazione ed anche se è più giovane rispetto a quella dell'anno scorso sta migliorando notevolmente. Ha sicuramente ancora un 30% di potenziale da esprimere su tutti i fondamentali ma mi aspetto che nel girone di ritorno ci possa essere un'esplosione del talento. Lavoriamo duramente condividendo passione e unità di vedute: tutte caratteristiche importanti che con il tempo si possono consolidare e migliorare per esser esponenziali nella parte più importante della stagione, a marzo, così da toglierci più soddisfazioni possibili a far divertire il nostro pubblico e soprattutto la nostra società”.

"I am **Roberto Latini**, first **B2** coach and together with second coach **Roberto Sordi**, I would like to highlight our potential, which is the fact that we are in the top three positions of a very balanced championship in which the difference will be made in the second round, with direct clashes and a short standings. I think this potential can be transformed into a very exciting goal for the team and for the club, which this year, more than the others, has done an excellent job from all points of view. The team has a solid mental toughness, great determination and strong motivation and even though it is younger than last year's team it is improving considerably. He certainly still has 30% potential to express on all the fundamentals but I expect that in the second half there could be an explosion of talent. We work hard sharing passion and unity of views: all important characteristics that over time can be consolidated and improved to be exponential in the most important part of the season, in March, so as to take away as much satisfaction as possible to entertain our audience and above all our club".



Roberto Latini



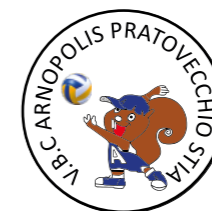
OMAC ACTIVE CNC  
Categoria NAZIONALE B2



Roberto Sordi





OMAC ACTIVE CNC - Categoria NAZIONALE B2. Primo allenatore Roberto Latini (dx), secondo allenatore Roberto Sordi (sx).



**V.B.C.  
ARNOPOLIS**

vbcarnopolis@virgilio.it  
**Palazzetto dello Sport**  
Via Rita Levi Montalcini  
Pratovecchio Stia (Ar)

follow us  



## CASENTINO ACADEMY

A CURA DI SERENA LOMBARDI

*L'Asd Casentino Academy, da due anni ormai, dopo un'affiliazione durata sei anni con il Parma Calcio, ha iniziato un percorso di crescita anche grazie alla partnership con l'Empoli Calcio. Questo passaggio è stato spontaneo e naturale, dopo che la società grazie anche al presidente Marco Vezzosi, è riuscita a strappare alla società del Parma, Giuseppe Pesce.*

Giuseppe, dopo anni di militanza nella squadra ducale come responsabile della Scuola Calcio, facendo una scelta di vita ha deciso di trasferirsi in Casentino e diventare uno dei punti di riferimento di questa società.

A quel punto, diciamo, il Parma era già in casa. Giuseppe ha portato tutta la sua esperienza in società facendo crescere a livello tecnico e organizzativo tutti i tecnici che, di conseguenza, hanno trasferito sul campo delle conoscenze, migliorando di fatto tutte le sedute di allenamento.

*For two years now, after a six-year affiliation with Parma Calcio, the Asd Casentino Academy has begun a path of growth also thanks to the partnership with Empoli Calcio. This transition was spontaneous and natural, after the company thanks also to the president Marco Vezzosi, she managed to snatch Giuseppe Pesce from the Parma club.*

Giuseppe, after years of militancy in the ducal team as head of the Football School, making a life choice decided to move to Casentino and become one of the points of reference of this club.

At that point, let's say, Parma were already at home. Giuseppe has brought all his experience to the club, making all the technicians grow on a technical and organizational level who, as a result, have transferred knowledge to the field, effectively improving all the training sessions.

E' fondamentale saper preparare una seduta di allenamento, pianificare la stagione al fine di cogliere i veri obiettivi da raggiungere, sia a livello tecnico individuale che di squadra; differenziare, inoltre, i vari approcci a livello cognitivo con i ragazzi in base alle fasce di età, avere un'idea condivisa dall'arrivo al campo dei bambini all'atteggiamento dentro gli spogliatoi, fino alla doccia e all'uscita dal campo: "Curare ogni minimo dettaglio per far sì che le famiglie si sentano tranquille quando i bambini vengono affidati ai nostri tecnici", raccontano.

"Ad implementare tutto questo - proseguono - le visite degli istruttori dell'Empoli e gli stage delle nostre squadre nel centro sportivo di Monte Boro dove i nostri ragazzi si confrontano con le diverse squadre, vivendo giornate a tutto tondo in un ambiente speciale".

It is essential to know how to prepare a training session, plan the season in order to grasp the real goals to be achieved, both on an individual and team technical level; also differentiate the various approaches at a cognitive level with the children according to age groups, have a shared idea from the arrival of the children at the camp to the attitude inside the locker rooms, up to the shower and exit from the field: "Take care of every detail to ensure that families feel calm when the children are entrusted to our technicians", Tell.

"To implement all this", they continue, "the visits of the Empoli instructors and the internships of our teams in the Monte Boro sports centre where our boys confront themselves with the different teams, living all-round days in a special environment."

**Giuseppe Pesce**  
responsabile tecnico





Nicola Venturini, al camp di Catania con lo staff Empoli.

Ultima visita, quella dei 2015, di mister Venturini: il responsabile dell'Empoli Giulio Pastecchia che ha scelto dei giocatori per un'amichevole con i pari età, in quel di Monte Boro, dopo essere stati visionati in uno dei tanti incontri in un allenamento interno dei 2015, sempre di Venturini con mister Ghelli.

Un'altra grande soddisfazione per il mister è stata la settimana che, questa estate egli ha passato in quel di Catania con gli allenatori dell'Empoli per giocare in un camp con una società affiliata.

L'Empoli ha dato la possibilità, scegliendo proprio Nicola tra i tecnici di tutte le affiliate di Italia, di vivere un'esperienza unica 24 ore su 24, su un campo con tecnici qualificati. Un'esperienza che poi verrà di certo riportata in società tra i tecnici più giovani, con i quali Nicola si confronta quotidianamente con la volontà di fornire tutti gli elementi per alzare il livello di gestione della Scuola Calcio. Un sodalizio, quello con l'Empoli, molto importante - che dimostra la volontà della società stessa di mettere a disposizione, nel tempo, tecnici qualificati per tutti i ragazzi della vallata.

Ringraziamo Nicola Venturini, responsabile della scuola calcio, per la sua disponibilità nel rispondere a questa intervista.

Coach Venturini's last visit in 2015: Empoli manager Giulio Pastecchia chose players for a friendly match with their peers, in Monte Boro, after being seen in one of the many matches in a 2015 home training session, also by Venturini with coach Ghelli.

Another great satisfaction for the coach was the week that, this summer, he spent in Catania with the Empoli coaches to play in a camp with an affiliated club.

Empoli gave the opportunity, by choosing Nicola among the coaches of all the clubs in Italy, to live a unique experience 24 hours a day, on a field with qualified technicians. An experience that will certainly be brought back to the club among the younger technicians, with whom Nicola is confronted daily with the desire to provide all the elements to raise the level of management of the Football School.

A very important partnership with Empoli - which demonstrates the club's desire to make qualified technicians available to all the boys in the valley over time.

We would like to express our gratitude to the head of the football school, Nicola Venturini, for his availability in answering this interview.

## ORGANIGRAMMA ALLENATORI

ANNO 2023/24	ISTRUTTORI
2017 2018 STIA scuola calcio	FIUMICELLI CIARPAGLINI BARTOLUCCI
2016 STIA	PUCCINI
2017 2018 POPPI scuola calcio	CECCONI FIORINI
2017 2018 SOCI scuola calcio	RAMPAZZO
2016 SOCI	BACANU
2015 ( stia poppi)	VENTURINI GHELLI
2014 B (poppi)	LARGHI ROMAGNOLI RAZZOLI
2013/2014 A (soci)	BARTOLINI FANTONI BONDI
2013 B (poppi)	FERRO A CIPRIANI
2012 (gruppo unico)	CAPORALINI FURIERI BINOZZI MARRI MASSAI
2011 A	VANTINI VALENTINI
2011 B	FABRIZI
PREPARATORI PORTIERI	SIMONE GRASSI

Presidente: **Marco Vezzosi** Vice-presidente: **Emanuel Paoli**  
 Settore giovanile Responsabile Tecnico: **Giuseppe Pesce**

ASD CASENTINO ACADEMY  
 Piazza Parco Pallafolls, 2  
 52014 Poppi (AR)  
 Matr. 952801



#PLAYFUN

asdcasentinoacademy@gmail.com  
 +39 347 240 43

f ASD Casentino Aca  
 Instagram asdcasentinoacac



## LA NATURA E I BAMBINI

Nature and Children

A CURA DELLA REDAZIONE

*Miniconf e il parco nazionale Foreste casentinesi, Monte Falterona e Campagna a fianco nella realizzazione di un progetto speciale per l'ambiente dedicato ai più piccoli al santuario della Verna.*

*In occasione del 50° anniversario di Miniconf e del 30° compleanno del Parco, le due realtà si sono unite per sensibilizzare i bambini sull'importanza della natura e della sostenibilità.*

Nel cuore dell'Italia, il Parco Nazionale delle Foreste casentinesi, Monte Falterona e Campagna è una delle aree naturali più affascinanti d'Europa, tesoro di biodiversità e scrigno di tradizioni culturali. E proprio in questo territorio Miniconf, azienda leader nel settore dell'abbigliamento per bambini, ha posto le proprie radici dal 1973, mantenendo sempre al centro del proprio DNA i bambini e il rispetto per l'ambiente.

L'unione tra le due realtà non poteva dunque che nascere spontanea, in un anno di rispettive celebrazioni: in occasione del proprio 30° compleanno, infatti, il Parco nazionale ha annunciato una speciale collaborazione con la comunità francescana e la cooperativa 'In Quietè' per la ristrutturazione e il ripristino dell'antico Orto dei Frati presso il santuario della Verna (Ar). Un'opera di restauro che non solo ripristina un sito di grande valore storico e culturale, ma crea un'area dedicata alla coltivazione di specie botaniche autoctone e alla divulgazione ambientale.

In questo contesto, Miniconf - che quest'anno festeggia 50 anni di storia - ha deciso di affiancare il Parco nella realizzazione di un'iniziativa pensata appositamente per i bambini: all'interno dell'antico Orto, infatti, sorgerà anche un MiniOrto per i più piccoli, progettato per avvicinarli alla natura, insegnando loro come prendersi cura delle piante e del territorio che li circonda.

*Miniconf and the Casentino Forests, Monte Falterona and Campagna National Park are working side by side in the creation of a special project for the environment dedicated to children at the Verna sanctuary. On the occasion of Miniconf's 50th anniversary and the Park's 30th birthday, the two realities have come together to raise awareness among children about the importance of nature and sustainability.*

In the heart of Italy, the National Park of the Casentino Forests, Monte Falterona and Campagna is one of the most fascinating natural areas in Europe, a treasure trove of biodiversity and a treasure trove of cultural traditions. And it is precisely in this area that Miniconf, a leading company in the children's clothing sector, has been planting its roots since 1973, always keeping children and respect for the environment at the centre of its DNA.

The union between the two realities could therefore only arise spontaneously, in a year of respective celebrations: on the occasion of its 30th birthday, in fact, the National Park announced a special collaboration with the Franciscan community and the cooperative 'In Quietè' for the renovation and restoration of the ancient Garden of the Friars at the sanctuary of La Verna (Ar). A restoration work that not only restores a site of great historical and cultural value, but creates an area dedicated to the cultivation of native botanical species and environmental dissemination.

In this context, Miniconf - which this year celebrates 50 years of history - has decided to support the Park in the creation of an initiative designed specifically for children: inside the ancient Garden, in fact, there will also be a MiniGarden for children, designed to bring them closer to nature, teaching them how to take care of the plants and the territory that surrounds them.

Lo spazio offrirà la possibilità ai bambini di consolidare la teoria con la pratica grazie ad attività esperienziali e coinvolgenti, che potranno essere svolte in autonomia o attraverso visite guidate. Il percorso all'interno del MiniOrto si svilupperà in 2 aree di circa 150mq totali: una botanica - con utensili per lavorare la terra, tavoli per rinvasare e giochi educativi - e un'altra forestale, con strumenti per conoscere, riconoscere, misurare e catalogare alberi, foglie e semi, approfondendo così la comprensione dell'ecosistema circostante e sviluppando un legame con il Parco.

"Siamo orgogliosi di contribuire allo sviluppo di un progetto così significativo per i bambini" - ha affermato Giovanni Basagni, fondatore e presidente Miniconf. "L'iniziativa del MiniOrto avvolge appieno il mondo del bambino, è un omaggio alla storia e alla cultura del territorio casentino e offre un'opportunità straordinaria di promuovere la consapevolezza ambientale fin dalla giovane età e creare nei bambini una profonda connessione con la natura".

"L'ente Parco - sono le parole del presidente Luca Santini - ha aderito con entusiasmo alla proposta dei Frati della Verna di collaborare ad un progetto di così alto livello per il recupero dell'antico Orto, la cui gestione è affidata ai giovani soci della cooperativa In Quietè; un luogo, l'Orto dei Frati, di grande significato spirituale, paesaggistico e naturalistico, e che già dal 2024 darà un importante contributo per rendere le celebrazioni dell'ottocentesimo delle Stimmate di San Francesco ancora più dense di significato.

The space will offer children the opportunity to consolidate theory with practice thanks to experiential and engaging activities, which can be carried out independently or through guided tours. The path inside the MiniGarden will develop in 2 areas of about 150 square meters in total: a botanical area - with tools for working the land, tables for repotting and educational games - and another forestry, with tools for knowing, recognizing, measuring and cataloguing trees, leaves and seeds, thus deepening the understanding of the surrounding ecosystem and developing a link with the Park.

"We are proud to contribute to the development of such a significant project for children," said Giovanni Basagni, founder and president of Miniconf. "The MiniOrto initiative fully envelops the world of children, is a tribute to the history and culture of the Casentino area and offers an extraordinary opportunity to promote environmental awareness from a young age and create a deep connection with nature in children."

"The Park Authority - these are the words of the president Luca Santini - has enthusiastically adhered to the proposal of the Friars of La Verna to collaborate in such a high-level project for the recovery of the ancient Garden, the management of which is entrusted to the young members of the In Quietè cooperative; a place, the Garden of the Friars, of great spiritual, landscape and naturalistic significance, and which as early as 2024 will make an important contribution to making the celebrations of the eight hundredth anniversary of the Stigmata of St. Francis even more meaningful.

Giovanni Basagni (sx), fondatore e presidente Miniconf SpA e Luca Santini (dx), presidente Ente Parco





*Santuario della Verna*

Partecipare al progetto assieme a Miniconf, in questo anno di comuni ricorrenze, è per il Parco nazionale un ulteriore motivo di orgoglio, perché rappresenta quel metodo di lavoro al quale l'Ente Parco punta sempre nelle sue azioni e strategie, che fa sistema con le migliori energie umane, economiche e professionali del territorio".

La partnership tra Miniconf e il Parco è molto più di una celebrazione di anniversari: è un impegno a costruire un futuro sostenibile, gettando le basi di consapevolezza e impegno ambientale per le prossime generazioni.

Participating in the project together with Miniconf, in this year of common anniversaries, is a further source of pride for the National Park, because it represents that working method to which the Park Authority always aims in its actions and strategies, which creates a system with the best human, economic and professional energies of the territory". The partnership between Miniconf and the Park is much more than a celebration of anniversaries: it is a commitment to build a sustainable future, laying the foundations of environmental awareness and commitment for the next generations.

**Parco Nazionale Foreste Casentinesi,  
Monte Falterona e Campigna.  
Tel. 0575 503037 / 337 1482463.**

Il Parco nazionale, 36.000 ettari di millenarie foreste segnate da una spiritualità profonda, di cui troviamo tracce nella stipe votiva etrusca del lago degli Idoli e nei due insediamenti cristiani di Camaldoli e La Verna, contiene la prima riserva naturale integrale costituita in Italia (Sasso Fratino).

Recentemente iscritto nella Green list IUCN, la massima istituzione per la protezione della natura al mondo, è "Patrimonio dell'umanità" UNESCO dal 2017.

Miniconf SpA è un'azienda specializzata nell'abbigliamento bambino, fondata nel 1973 ad Ortignano Raggiolo in provincia di Arezzo da Giovanni Basagni, cavaliere del Lavoro e attuale presidente e direttore generale. In cinquant'anni di attività, l'azienda casentinese è cresciuta mantenendosi sempre coerente con l'obiettivo di compendiare in modo virtuoso le esigenze del business e la dimensione etica, l'attenzione al consumatore e la tutela dell'ambiente, per cui ha ottenuto da oltre 15 anni la certificazione internazionale ISO 14001 che ne riconosce l'impegno e le strategie. Nel portfolio Miniconf sono 43 i monomarca in Italia, circa 70 negozi e shop in shop all'estero - 2 filiali estere: in Russia Minrus e in Spagna Miniconf Iberica. Quasi 1700 i multibrand serviti in Italia, con i marchi Sarabanda, Minibanda e iDO.

The National Park, 36,000 hectares of thousand-year-old forests marked by a deep spirituality, of which we find traces in the Etruscan votive shrine of Lake Idols and in the two Christian settlements of Camaldoli and La Verna, contains the first integral nature reserve established in Italy (Sasso Fratino). Recently inscribed on the IUCN Green List, the highest institution for the protection of nature in the world, it has been a UNESCO "World Heritage Site" since 2017.

Miniconf SpA is a company specialized in children's clothing, founded in 1973 in Ortignano Raggiolo in the province of Arezzo by Giovanni Basagni, Cavaliere del Lavoro and current president and general manager. In fifty years of activity, the Casentino-based company has grown while always remaining consistent with the goal of virtuously summarizing the needs of the business and the ethical dimension, attention to the consumer and environmental protection, for which it has obtained the international ISO 14001 certification for over 15 years, which recognizes its commitment and strategies. In the Miniconf portfolio there are 43 single-brand stores in Italy, about 70 stores and shop-in-shops abroad - 2 foreign branches: Minrus in Russia and Miniconf Iberica in Spain. Almost 1700 multi-brand stores were served in Italy, with the Sarabanda, Minibanda and iDO brands.

**MUSEI ED ECOMUSEI - ORARI E INFO**  
Museums and Ecomuseums - Info and Opening Hours

**MOLIN DI BUCCHIO**  
*Loc. Mulin di Bucchio - Stia*  
Il mulino è aperto tutto l'anno.  
Visite su prenotazione sabato e domenica:  
338 1007610  
molindibucchio@gmail.com - www.molindibucchio.it

**IL SENTIERO DEI CASTELLETTI**  
*Badia Prataglia - Poppi*  
Il sentiero è percorribile tutto l'anno.  
Informazioni: Pro Loco di Badia Prataglia  
338 2760819 - 335 7987844  
info@badia-prataglia.net

**STORIE D'ACQUA**  
*Capolona*  
Informazioni:  
Comune di Capolona 0575 421317  
Centro Servizi Rete Ecomuseale del Casentino 0575 507272

**CENTRO DI DOCUMENTAZIONE  
DELLA CULTURA ARCHEOLOGICA E DEL TERRITORIO**  
*Via Arcipretura - Subbiano*  
Informazioni e apertura su richiesta:  
Gruppo archeologico Giano: 338 3321499 - 328 5642276  
ecomuseo@casentino.toscana.it

**CASA NATALE DI GUIDO MONACO**  
Apertura su richiesta:  
Pro Loco di "Guido Monaco" 349 6822929  
Comune di Talla 0575 597512  
Centro Servizi Rete Ecomuseale del Casentino 0575 507272  
ecomuseo@casentino.toscana.it

**CENTRO DI DOCUMENTAZIONE  
SULLA CULTURA RURALE DEL CASENTINO**  
Informazioni e apertura su richiesta:  
Comune di Castel Focognano 0575 5154307  
Centro Servizi Rete Ecomuseale del Casentino 0575 507272  
ecomuseo@casentino.toscana.it

**ECOMUSEO DELLA POLVERE DA SPARO  
E DEL CONTRABBANDO**  
*Loc. San Vincenzo - Chitignano*  
Informazioni: Associazione I Battitori 339 6617113  
Comune di Chitignano 0575 596713  
ecomuseo@casentino.toscana.it

**ECOMUSEO DELLA CASTAGNA E DELLA TRANSUMANZA**  
*Raggiolo*  
Settembre/Novembre: Domeniche e festivi dalle 15 alle 17  
Altre aperture su chiesta.  
Informazioni Associazione "La Brigata di Raggiolo"  
347 3308906 - 338 7293424  
www.raggiolo.it - labrigatadiraggiolo@gmail.com  
Comune di Ortignano Raggiolo 0575/539214

**ECOMUSEO DELLA VALLESANTA**  
*Vallesanta - Chiusi della Verna*  
Informazioni e orari:  
Centro Servizi Rete Ecomuseale del Casentino 0575 507272  
ecomuseo@casentino.toscana.it  
Pro Loco di Corezzo 338 3027194

**SENTIERO DELLE BONIFICHE AGRARIE E  
RACCOLTA RURALE "CASA ROSSI"**  
*Via Nazionale, Soci - Bibbiena*  
Aperta tutto l'anno su richiesta:  
Famiglia Rossi 0575 560034 - francescomariarossi@libero.it  
Visita alla casa museo effettuata in compagnia dei proprietari

**BOTTEGA DEL BIGONAI E MOSTRA PERMANENTE  
SULLA GUERRA E LA RESISTENZA IN CASENTINO**  
*Moggiona - Poppi*  
Informazioni e aperture su richiesta:  
Pro Loco di Moggiona  
334 3050985 - 346 0827756 - 349 0660945

**CASTELLO DEI CONTI GUIDI DI POPPI,  
SPAZIO ESPOSITIVO- INFORMATIVO DELL'ECOMUSEO**  
*Poppi*  
Info e prenotazioni: info@castellopoppi.it  
0575 520516 - 350 1974405

**MUSEO DELLA PIETRA LAVORATA**  
*Strada in Casentino - Catel San Niccolò*  
Informazioni e aperture su prenotazione:  
Proloco Strada in Casentino 339 8685830 - 340 2932121

**ECOMUSEO DEL CARBONAI - BANCA DELLA  
MEMORIA "GIUSEPPE BALDINI" - CASA DEI SAPORI**  
*Loc. Cetica - Catel San Niccolò*  
Museo all'esterno aperto tutto l'anno.  
Informazioni apertura mostre interne:  
Pro Loco "I Tre Confini": 339 2777155 - 393 3555059  
proloco@cetica.it - www.cetica.it

**MUSEO DELLO SCI - MUSEO DEL BOSCO E  
DELLA MONTAGNA - COLLEZIONE ORNITOLOGICA C.BENI**  
*Via dei Berignoli - Stia*  
Domenica e festivi ore 10,00/12,30 e 16,00/19,00  
Info e aperture su richiesta: Sci Cub Stia  
338 2720488 - 347 7341266 - 0575 583965  
ecomuseo@casentino.toscana.it  
federicococchi44@gmail.com  
info@studiotecnico Bresciani.it

**MUSEO DEL CASTELLO DI PORCIANO**  
*Loc. Porciano - Stia*  
Domenica 10:00 - 12:00 e 16:00 - 19:00  
Informazioni: 346 3810373  
info@castellodiporciano.com - www.castellodiporciano.com

**CENTRO MULTIMEDIALE DANTESCO**  
*Castello del Palagio Fiorentino - Stia*  
dal 4/11 al 31/12 e dal 7/01 al 26/03  
Sabato e Domenica 15:00 - 18:00  
Informazioni: 338 3888057  
dantemultimedialer@gmail.com



**ARCA**  
MUSEO ARCHEOLOGICO  
DEL CASENTINO  
PIERO ALBERTONI

Info e contatti  
0575 956527  
info@arcamuseocasentino.it

**Orari / Hours:**

ORARIO INVERNALE

(dal 23/12 al 6/01)

**Tutti i giorni / Everyday**  
9:30-12:30 / 15:30-18:30

Chiuso a Natale e Capodanno

(dal 7/01 al 30/04 e dal 1/10 al 22/12)

**Venerdì, Sabato e Domenica / Friday, Saturday and Sunday**  
9:30-12:30 / 15:30-18:30



**PLANETARIO  
DEL PARCO**  
DELLE FORESTE CASENTINESI  
MONTE FILTERONA E CAMPIGNA

Cooperativa Óros  
+39 3701579443 solo WhatsApp  
prenotazioni@parcoforestecasentinesi.it

Ufficio Informazioni 0575 503029  
promozione@parcoforestecasentinesi.it



MUSEO DELL' ARTE DELLA LANA  
E MUSEO DEL FERRO BATTUTO  
Lanificio di Stia

Tel. 0575 582216 - 338 4184121  
info@museodellartedellalana.it

**Orari:**

Estivo (dal 1 giugno al 30 settembre)  
Invernale (dal 1 ottobre al 31 maggio)

**Martedì - Mercoledì - Venerdì**

10:00 - 13:00

**Giovedì - Domenica**

10:00 - 13:00 / 16:00 - 19:00 in orario estivo

10:00 - 13:00 / 15:00 - 18:00 in orario invernale

**Sabato**

16:00 - 19:00 in orario estivo

15:00 - 18:00 in orario invernale

**Mese di agosto**

**aperto dal Martedì alla Domenica**

10:00 - 13:00 / 16:00 - 19:00

*La biglietteria chiude mezzora prima dell'orario di chiusura*  
Chiuso: il lunedì, 1 gennaio, domenica e lunedì di Pasqua,  
25 aprile, 1 maggio, 15 agosto, 1 novembre, 25-26-31 dicembre

**Hours:**

Summer hours (from June 1st to September 30th)

Winter hours (from October 1st to May 31st)

**Tuesday - Wednesday - Friday**

10:00 a.m. - 1:00 p.m.

**Thursday - Sunday**

10:00 a.m. - 1:00 p.m. / 4:00 p.m. - 7:00 p.m. during summer

10:00 a.m. - 1:00 p.m. / 3:00 p.m. - 6:00 p.m. during winter

**Saturday**

4:00 p.m. - 7:00 p.m. during summer

3:00 p.m. - 6:00 p.m. during winter

**August**

**the museum is open from tuesday to sunday**

10:00 a.m. - 1:00 p.m. / 4:00 p.m. - 7:00 p.m.

*The ticket office closes half an hour before closing time*  
The museum is closed on Mondays, January 1st, Easter Sunday, April 25th,  
May 1st, June 2nd August 15th, November 1st, December 25th, 26th and 31st



Tel. +39 366 3052558  
info@biennaleartefabbrile.it



**Orari / Hours:**

**dal Martedì al Sabato**

*from Tuesday to Saturday*

9:30-12:30 e 15:30-18:30

**Domenica e Festivi**

*Sunday and Public Holidays*

10:00-12:30



Via delle Monache, 2  
Bibbiena (Ar)



**Orari / Hours:**

**dal 01/04 al 30/09**

**dal Lunedì al Giovedì**

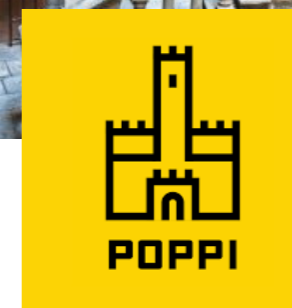
*from Monday to Wednesday*

10:00 - 19:00

**dal Venerdì alla Domenica e Festivi**

*from Friday to Sunday and Public Holidays*

10:00 - 20:00



**Castello dei Conti Guidi**

info@castellopoppi.it

Piazza della Repubblica

Poppi (Ar)

**dal 01/10 al 01/11**

tutti i giorni

*Everyday*

10:00 - 18:00

**dal 02/11 al 14/03**

**dal Venerdì alla Domenica e Festivi**

*from Friday to Sunday and Public Holidays*

10:00 - 18:00

*La biglietteria chiude mezzora prima dell'orario di chiusura*  
The ticket office closes half an hour before closing time





## Relax nel cuore del Casentino

Il centro benessere e la spa all'interno del Boutique Hotel Via Roma 33 offre ai suoi ospiti un'esperienza rigenerante.

**Approfitta dei nostri pacchetti per te o per una fantastica idea regalo**

## Relax in the heart of Casentino

The spa and wellness center inside Boutique Hotel Via Roma 33 offers guests a rejuvenating experience.

**Take advantage of our packages for you or for a fantastic gift idea**



### Relax Time

**€ 15,00 ora a persona**

Ingresso ai servizi della SPA e in omaggio una tisana rilassante  
*Entrance to SPA services and a complimentary relaxing herbal tea*



### Relax Free

**€ 49,00 a persona**

Ingresso ai servizi della SPA per 4 ore consecutive e in omaggio una tisana rilassante  
*Entrance to the SPA services for 4 consecutive hours and a complimentary relaxing herbal tea*



### Relax Lunch

**€ 70,00 a persona**

Ingresso ai servizi della SPA per 4 ore consecutive e in omaggio una tisana rilassante e pranzo (2 portate, vino al calice, acqua e caffè)  
*Entrance to SPA services for 4 consecutive hours and a complimentary relaxing herbal tea and lunch (2 courses, wine by the glass, water and coffee)*

Prenota con il codice **VALLEYLIFERELAX**  
riceverai un gradito omaggio\*

Via Roma, 33 | 52015 Pratovecchio Stia (AR) | Italy | info@viaroma33.com | Tel. +39 **333.9380839**

\* Effettua la prenotazione di un pacchetto relax utilizzando il codice "VALLEYLIFERELAX". A fronte dell'acquisto di un pacchetto relax riceverai un Voucher Relax Time utilizzabile dal giorno successivo. L'offerta è valida fino al 31/03/24. **Prenotazione obbligatoria.**  
*Make a reservation for any of our relaxation packages using the code "VALLEYLIFERELAX". Upon purchase you will receive a Voucher Relax Time that can be used from the next day. The offer is valid until 31/03/24. **Reservation required.***

