

in Armonia

S T A R B E N E C O N S E S T E S S I

Periodico Trimestrale
anno 4 - N. 2
Maggio 2009

AMBIENTE

Le qualità dell'acqua

ARCHITETTURA

Un'erboristeria feng shui

ALIMENTAZIONE

Il riso

DIETA A COLORI

La melograna

FITNESS

In forma
con il pilates



CMP DI ROSERIO
MILANO

POSTE ITALIANE SPA SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE - D.L. 353/2003
(CONV. IN L. 27/02/2004 N. 46) ART.1, COMMA 1 DCB - MILANO.



ORGANO DI STAMPA DELL'ASSOCIAZIONE ANNI VERDI VOLONTARIATO ONLUS

TURISMO

Laura Franceschi

Per attivare i 5 sensi



Un B&B e il suo territorio per vivere la magia del passato, ma con tutti i comfort.

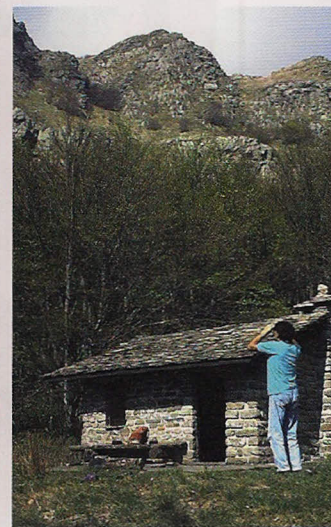
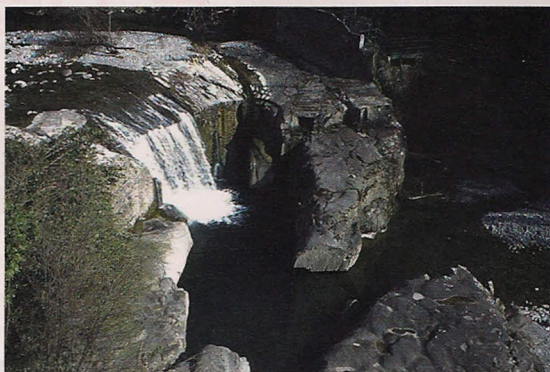
Immaginiamo un turista che voglia vivere la sua vacanza immerso nella natura in tutti i sensi e con tutti i sensi e arriva a Mochignano Chiesa, piccolo borgo contadino in un lembo di Toscana che si mescola alla Liguria e all'Emilia.

Poche le case al centro della vallata, poche le persone, tanti gli animali liberi

di gironzolare per le vie del borgo - quelli della famiglia di contadini che mantengono vitale e produttiva la campagna - e un B&B dal nome romantico, Poggio delle Rondini, voluto e gestito da Angela Macaluso, una giornalista di Milano che continua la sua attività promuovendo le bellezze di una terra non sua, ma vissuta come tale.

Da ogni punto della casa il panorama è incantevole, in ogni stagione: lo sguardo spazia sulla valle e il suo imponente castello medievale, scende a balze verso il bacino artificiale che si apre come un occhio nel verde, e poi raggiunge Bagnone detta la "perla della Lunigiana" col suo teatro, il mercato del lunedì, i presepi sparsi tra vie e porticati medievali. In lontananza il paesino di Pastina.

A Mochignano la pace è totale, e da subito ci si sente bene e si percepisce il senso dell'infinito. Qui la magia della campagna si mescola al comfort dell'alloggio, slegando il turista da ogni contesto e proiettandolo in un viaggio a ritroso nel tempo dove l'azzurro del cielo e il verde spumeggiante che si fondono all'orizzonte sono gli ingredienti naturali di una infallibile ricetta per il relax. In questo salutare luogo di vacanza dove è possibile fare piacevoli passeggiate e tonificanti bagni nel torrente, nascosto dagli alberi ma presente col suo composto mormorio, si può girare in mountain bike, salire a piedi sul crinale dell'Appennino Tosco-Emiliano oppure partire alla volta dei centri storici, da Pontremoli a Sarzana e Lucca, o visitare Portovenere, le Cinque Terre, l'isola di Palmaria e, ancora, conoscere la storia che dai librai ambulanti di Montereale conduce al rinomato Premio Bancarella, vagare tra i luoghi in cui Dante Alighieri soggiornò e trasse ispirazione per il canto VIII del Purgatorio, incamminarsi lungo l'antico tracciato della Via Francigena, e le sue derivazioni (una per tutte la Via del Volto



Santo che passa da Bagnone) come i pellegrini della seconda metà del VII secolo, quella moltitudine di fedeli, nobili e gente comune insieme, donne e uomini, che la percorrevano diretti a Luni per l'incontro con il Santo Graal e quindi a Roma alla tomba di Pietro.

E per finire - oltre allo spirito anche il corpo vuole la sua parte - si potranno gustare testaroli, spalla cotta, torte d'erbi, funghi, castagne, cinghiale e altri prodotti di stagione per attivare in un colpo solo vista, tatto, gusto, olfatto e anche l'udito prestando attenzione alla parlata locale, un misto di più regioni, come è la terra di Lunigiana. Tanti gli eventi tra cui segnaliamo la manifestazione dedicata alle energie rinnovabili che si terrà a Sarzana dal 4 al 7 giugno.

*Poggio delle Rondini - Loc. Mochignano
Chiesa 6 - 54021 Bagnone (MS)
tel 0187.429426 - cell 347.2943811
mail@poggiodellerondini.it
www.poggiodellerondini.it*