



LE STAZIONI TERMALI: TRADIZIONE ITALIANA DEL BENESSERE GLOBALE

TERME DI BOARIO "CURA UT VALEAS"

Un soggiorno dove il benessere inizia dalla fonte. Le Terme di Boario si sono sempre più sviluppate e imposte fino all'attuale livello, diventando famose in campo nazionale ed internazionale. Per una vacanza nuova, salutare, modellata sui propri gusti e sulle proprie esigenze personali.

DARFO BOARIO TERME: LA SUA STORIA

In una "valigia ideale" bisogna mettere la gioia di trascorrere un periodo alle Terme ed il desiderio di riuscire a stare bene con se stessi. Venire alle Terme di Boario significa poter scegliere fra numerose possibilità di cure, ma, in un ventaglio così ampio, capita a molti di voler aggiungere alle terapie prescritte altre sedute. Se accappatoio, ciabatte e teli bagno vengono forniti dalle Terme, è consigliabile portarsi costume e cuffia per effettuare eventuali "Piscine termali", tuta e scarpe ginniche per la ginnastica con programma personalizzato nella "Palestra" del Centro Termale, oppure per effettuare il Percorso Vita ed il Percorso ansietà situati nel parco. Oltre alla ricetta del medico di famiglia correttamente compilata, l'unica riconosciuta in regime di convenzione dal S.S.N., non bisogna scordare il libretto Sanitario, ed il Codice Fiscale, indispensabili per l'iter di accettazione.

Darfo Boario Terme, importante centro termale della Valcamonica sulle sponde del fiume Oglio, conta oggi circa 15.000 abitanti. Il Comune è suddiviso in 11 frazioni. Se il nome di Darfo ha origini controverse, Boario deriverebbe da "Fo rum Bovarium", indicante l'antica esistenza in loco di un mercato del bestiame. Per opera dei Romani, giunti in queste terre nel 16 a.C., l'originaria zona paludosa della Valle Camonica vede sorgere i primi nuclei abitati, tra cui Darfo, che raggiunge in breve tempo un notevole sviluppo economico ed urbano. Risale al XV secolo la conoscenza delle acque di Boario quando cominciarono ad esserne studiate le virtù terapeutiche. Dopo un lungo periodo di oblio, furono riscoperte nel XIX sec. Come centro di cura, Boario nasce però attorno alla fine del '700, con la costruzione del Casino Boario. Nella seconda metà dell'Ottocento, con la moda di "passare le acque" Boario diventa un "salotto all'aperto", luogo di cura e ritrovo mondano per la ricca borghesia cittadina, tanto che l'acqua Antica Fonte, accolta come un vero e proprio toccasana, compare nei negozi degli speziali milanesi. Alessandro Manzoni ne è uno dei più noti estimatori, tanto che ordina più di cento bottiglie per trattare un'affezione epatica e anche sua moglie, Teresa Stampa, ne constata personalmente la straordinaria efficacia. Risale al 1913 la cupola in stile Liberty, una sinfonia architettonica di colonne e capitelli, archi e volute, chiariscuri e linee leggere: un tempo sede di orchestre per animare la ricca

borghesia dei primi del Novecento, è oggi emblema e simbolo delle Terme di Boario. Nel 1968 viene concesso a Darfo il titolo di città; nel 1969 il comune cambia il proprio nome con la denominazione di maggior risonanza turistica di Darfo Boario Terme, divenendo uno dei centri industriali e termali più importanti della Valle Camonica.

DARFO BOARIO TERME: LE CURE TERMALI

Le cure termali

Chi si reca alle Terme di Boario trova, in un ambiente rilassante, l'offerta di cure e trattamenti specifici, idonei a mantenere o ripristinare le normali funzioni dell'organismo. Le quattro acque termali di Boario sono vere fonti del più completo benessere, in quanto giungono a valle dal Monte Altissimo, seguendo lunghi e lenti percorsi fra le rocce, falde idrominerali ricche e diverse fra loro. Le preziose acque di tipo solfato-calcico magnesiaci, sono altamente differenziate per concentrazione di sali, caratteristica che permette loro diverse possibilità di impiego terapeutico per prevenzione, cura e riabilitazione di un ampio ventaglio di malattie. Nel magnifico parco delle Terme, dotato di piante secolari, sono pertanto a disposizione degli ospiti, oltre ad attrezzature d'avanguardia, ben quattro sorgenti termali: **Antica Fonte:** la più antica, molto ricca di sali minerali, svolge un'azione specifica sul fegato, sulle vie biliari e sull'intestino. **Fausta:** influenza la secrezione biliare ed altri aspetti della funzionalità epatica e dell'intestino. **Igea:** dall'azione prevalentemente diuretica, favorisce l'eliminazione delle scorie metaboliche ed attiva il ricambio idrico. **Silia:** indicata nelle affezioni delle vie urinarie e soprattutto nella calcolosi, con effetto accentuatamente diuretico per le vie urinarie.

Il Centro Cure

Al Centro Cure Termali di Boario, staff medico e personale altamente specializzato sono a disposizione di ogni ospite per definire il programma di cure più adatto alle singole esigenze. Le acque termali sono alla base di tutti i trattamenti praticati presso il Centro e, in virtù della loro ricchezza di sali minerali, sono l'elemento fondamentale che permette di alleviare alcune patologie o di risolvere problemi fastidiosi. Queste acque, grazie ad un basso contenuto di sodio, sono anche particolarmente indicate per coloro che devono seguire diete iposodiche. L'acqua, strumento molto duttile e versatile, grazie alle sue caratteristiche fisiche può essere variamente impiegata: oltre alla cura idropinica, sono pertanto a disposizione degli ospiti una molteplice serie di trattamenti, quali il fango e la balneoterapia, l'inalazione, le ventilazioni polmonari, le irrigazioni vaginali, la piscina a percorso vascolare con idromassaggio, la massoterapia, la riabilitazione neuro-motoria in palestra e in piscina, la fototerapia e balneoterapia con sali del Mar Morto, oltre alla ginnastica con programmi personalizzati e il training isocinetico. Poiché negli ultimi anni, le indicazioni terapeutiche di varie patologie disfunzionali si stanno orientando sempre di più verso il trattamento dell'intero organismo, piuttosto che nella cura isolata d'organo, anche le cure termali sono state rivalutate per il loro carattere olistico, cioè per la molteplicità e contemporaneità dei loro effetti curativi su diversi organi ed apparati. Alle rinomate cure terapeutiche si affiancano programmi di prevenzione, riabilitazione, bellezza, forma psicofisica, piacere del movimento. L'Istituto di Bellezza Interiore, che utilizza prodotti naturali a base di acqua termale, offre diversi programmi per ogni tipo di pelle, con massaggi, aromaterapia, peeling corpo, sauna, bagno turco e solarium. E ancora: un grande parco di 150.000 mq, con 140 tipi di piante, una buona cucina locale, bar e negozi per lo shopping, e numerose occasioni di incontro e divertimento (balli nel parco, cinema, teatro, concerti, piano bar, spettacoli all'aperto, feste e un mini-club per i bambini). Ogni giorno si organizzano gite pomeridiane, con programmi ed itinerari vari.

DA VISITARE A BOARIO TERME E DINTORNI

La città di Darfo Boario Terme e i centri storici delle numerose frazioni che la circondano conservano un patrimonio artistico davvero importante, che vale la pena di conoscere. Per quanto riguarda Darfo, posto sulla sponda orientale dell'Oglio, segnaliamo: il convento Queriniano (XVIII sec.) di grande bellezza architettonica con il giardino ed il chiostro interno e con l'ex chiesa di Santa Maria della Visitazione che conserva affreschi dei fratelli Inganni; la chiesa dei Santi Faustino e Giovita ricostruita nel 1656 in stile barocco sulle vestigia della chiesa esistente nel XV sec. In piazza Matteotti vediamo la vecchia Casa Parrocchiale; Casa Fiorini reca sulla facciata un'affresco con la Madonna del Rosario; Palazzo Cemmi, con il bel giardino all'italiana. Degna di visita anche la vicina frazione di Montecchio, nota per il suo caratteristico ponte in granito, costruito nel 1686 da Francesco Cifroni, e per la vicina chiesetta dell'Oratorio o dei Morti, ove sono custoditi notevoli affreschi del XV secolo in stile tardo-gotico, quali una Crocifissione, la Madonna dell'Umiltà e il Pantocrator. Attraversando il ponte sull'Oglio si giunge a Boario Terme, nota soprattutto per il Parco Termale o Parco delle Fonti con il centro turistico-alberghiero termale. La chiesa parrocchiale di Boario Terme, dedicata alla Madonna degli Alpini, terminata nel 1957, è Sacro dei Caduti per la Patria. Sulla facciata campeggia la gigantesca statua, in bronzo dorato, della Madonna col Bambino.

MUSEO ALPINO

Il Museo Alpino della Città di Darfo Boario Terme, inaugurato con un'importante manifestazione in frazione Fucine nel 2003, ha lo scopo di ricordare a tutti i cittadini, ai visitatori e alle giovani generazioni, la dedizione, i sacrifici, gli atti di eroismo che le Truppe Alpine hanno sempre offerto alla Patria, tanto in tempo di guerra, che in tempo di pace. Avvenimenti, luoghi, scene di vita nelle trincee, sono illustrati da numerose testimonianze, cimeli e documenti esposti nel museo.

Il lavoro finora svolto vuole essere solo l'inizio di un lungo percorso, che la donazione di altri cimeli o ricordi "alpini" renderà sempre più completo. Aperto tutto l'anno il Sabato pomeriggio, dalle ore 15,00 alle ore 17,00.

Per informazioni telefonare al n. 0364 534209

ACQUA PLANET

Struttura aperta tutto l'anno ad eccezione del periodo tra Natale e Epifania, Acqua Planet offre una serie completa e differenziata di impianti per trascorre ore di sport e di relax: 10 piscine di diverse dimensioni, tra cui una coperta di 25 metri, piscina baby e piscine esterne con giochi e scivoli. Si organizzano corsi di nuoto per adulti e bambini (solo invernali), corsi di acqua-gym, hydro-bike, corsi per agonismo e lezioni individuali. Palestra, campo da calcetto, beach-volley e bocce, solarium e animazione, area attrezzata per picnic, bar ristorante e pizzeria completano le possibilità di svago.

Acqua Planet: Via Rigamonti, 71 - 25047 Darfo Boario Terme (BS) Tel. 0364 533796 - Fax 0364 527777.

ARCHEOPARK: Un parco da vivere

L'Archeopark è situato a Boario Terme, in Vallecamonica, a meno di un'ora d'auto da Brescia e Bergamo, e a circa un'ora e mezzo dal Passo del Tonale e a meno di 30 minuti dal lago d'Iseo. Peculiarità del grande Parco tematico polifunzionale è quella di permettere davvero di rivivere la preistoria alla scoperta degli antichi Camuni e delle genti padane ed alpine nel corso di 15.000 anni. Una delle zone più importanti del parco è infatti quella dei laboratori, dove i visitatori possono svolgere, sotto la guida esperta di animatori specificamente preparati, un gran numero di attività: lavorare l'argilla, usare il trapano a volano e quello ad arco inventati migliaia di anni fa, macinare il grano, fare frottages di incisioni su roccia, accendere il fuoco e misurarsi nel tiro con l'arco.

Il Parco è aperto dal 1° Marzo al 30 Novembre, dalle ore 9.00 alle ore 17.30, con estensioni d'orario estive e serali. www.archeopark.net

PARCO INTERCOMUNALE LAGO MORO

Il lago Moro, con il pittoresco piccolo abitato di Capo di Lago posto sulla riva, è diviso tra Darfo Boario Terme e Angolo Terme. Il lago, che trae il nome dalle sue acque scure, è un vaso di modeste dimensioni di origine glaciale, posto ad un'altitudine di 380 metri s.l.m., lungo 834,6 e largo al massimo 328 metri. Il silenzio, il clima e la tranquilla atmosfera hanno fatto definire il posto come "un'autentica perla della terra dei Camuni", meta di quanti prediligono la distensione nelle stagioni meno calde, e da quanti in estate amano tuffarsi nello specchio lacustre o uscire per una gita in barca. Ottimo punto di partenza per camminate, si può raggiungere a piedi da Gorzone e Angolo Terme, in bicicletta o in macchina dalla strada panoramica che si stacca dall'abitato di Corna. Nel periodo estivo nei giorni festivi non è consentito transitare con le auto; è attivo un servizio di bus navetta. Periodo di apertura: tutto l'anno.

GORZONE

Il centro storico di Gorzone, noto nei secoli per le cave di pietra Simona, è ricco di opere d'arte custodite in quattro belle chiese e nelle dimore signorili, tra le quali ricordiamo l'imponente Castello Federici edificato dopo il 1160, con la rocca circondata da un bel parco e da una cinta murata a strapiombo sulla profonda e stretta valle del Dezzo. Nel parco sorge una piccola chiesa dedicata a San Giovanni Battista dalla facciata in stile tardo romanico.

Un'altra testimonianza dell'importanza della famiglia Federici viene da Palazzo Minini e da Palazzo Rizzonelli (XVI sec.). Da visitare la chiesetta di San Rocco edificata nel 1522 in onore del Santo Patrono degli appestati. La parrocchiale di Sant'Ambrogio, è stata eretta sulle vestigia della chiesa medievale di cui sono ancora visibili un affresco (Madonna che allatta il Bambino) del '400 e il portale laterale in pietra Simona. Un'altra importante opera è il Sarcofago di Isonno Federici, eretto nel 1336, in stile gotico lombardo in ottimo stato di conservazione.

SALUTE E BENESSERE AD ANGOLO TERME

Dal 1953 anche Angolo Terme è diventata sede di un apprezzata e moderna stazione termale. L'antica fonte salutare di Dezzo e di Angolo, posta in prossimità dell'abitato sulla riva del torrente Dezzo e proprio di fronte al giogo della Presolana, è stata ribattezzata con il nome di Fonte S. Silvestro, in omaggio all'eremo sovrastante. Come Boario, anche Angolo è dotata di un'organizzazione medica specialistica, complemento alla vera e propria terapia termale. Per quanto riguarda l'offerta turistica e distensiva legata alla cura, al parco termale è stata annessa una zona ricreativo-sportiva, che si pone come integrazione alle già numerose attrattive paesaggistiche storiche e artistiche della zona.

VALLECAMONICA: BELLEZZE NATURALI ED ARTISTICHE

La Vallecamonica, una delle vallate delle Alpi tra le più grandi e tra le più importanti dal punto di vista storico, si estende per una lunghezza di circa 82 chilometri, servita dalla statale n. 42, ed è solcata per tutta la sua lunghezza dal fiume Oglio. La Valle, che comprende 41 Comuni, può essere divisa in tre zone economico-territoriali: la Bassa Valle, dove troviamo tra gli altri appunto il comune di Darfo Boario Terme; la Media Valle, dove si trovano i comuni di Breno, Capo di Ponte; l'Alta Valle, che comprende Edolo, Ponte di Legno, Temù, solo per citarne alcuni. Si rileva che la Bassa Valle e,

in misura minore, la Media Valle, grazie anche ad un'accessibilità migliore, presentano rispetto all'Alta Valle caratteristiche geografiche più consone allo sviluppo economico e qui è testimoniata una presenza industriale compatta e continua sul territorio, con una articolazione settoriale piuttosto varia, mentre mano a mano che si risale verso l'Alta Valle, il tessuto industriale tende ad assumere un aspetto puntiforme e gradualmente si dirada sino a quasi a scomparire.

PARCO DI LUINE

Il Parco Comunale di Luine è situato su una collina sopra Darfo Boario, delimitata dai Fiumi Oglio e Dezzo. Una visita al parco non solo costituisce l'occasione per ammirare la Città dall'alto di un'altura che offre una piacevole visione panoramica della sottostante piana alluvionale, ma soprattutto ci inoltra in un interessante sito archeologico: sono 10.000 anni di storia incisa che fanno di Luine la collina sacra della preistoria alpina. Qui si possono vedere le più antiche incisioni rupestri del ciclo camuno, risalenti al periodo epi-paleolitico (8.000/6.000 a.C.). Dopo un periodo di abbandono la zona ritornò ad essere luogo di culto verso il tardo Neolitico e soprattutto durante l'età del Bronzo e del Ferro (5.000/1.000 a.C.). Nel Parco, istituito negli anni '70, sono proposti tre itinerari diversi attraverso cui si scoprono le numerose incisioni con scene di caccia, di guerra, di vita quotidiana o aspetti religiosi degli antichi abitanti della Valle. Pur nella presenza di tutti i periodi istoriati ha una netta prevalenza di raffigurazioni l'età del Bronzo: la ricchezza di incisioni, temi, composizioni non ha confronti con altri siti. Per informazioni e/o visite guidate, è obbligatorio prenotare contattando il **custode del Parco**, al n. tel. 348/7374467. Oppure: **I.A.T.** Boario tel. 0364/531609. **Pro Loco** di Darfo tel. 0364/536174. Periodo di apertura: Tutto l'anno. Giorno di chiusura: Lunedì. Orari di apertura: 9.00-12.00 - 13.00-17.00 (ottobre - marzo); dalle 9.00-12.00 - 14.00-18.00 (aprile - settembre). **Parco Comunale delle Incisioni Rupestri di Luine** - 25047 Darfo Boario Terme (Bs) - telefono 348/7374467.

A TAVOLA

Trattorie e ristoranti locali propongono sapori antichi: piatti semplici e genuini che attingono alla tradizione. Da apprezzare i diversi tipi di pane, bianco o di segale. Immane sono i "casoncelli", ravioli ripieni di carne e verdure e altri ingredienti che variano da paese a paese. La prima domenica di agosto a Erbanno di Darfo Boario Terme ci sono tre giorni di festa dedicati proprio ai casoncelli, uno dei piatti camuni per eccellenza. E poi, sempre tra i primi, tagliatelle, maltagliati, talvolta con farina di castagne, gnocchi, minestre d'orzo e trippa. I secondi, il cui contorno per eccellenza è la polenta di mais o di grano, comprendono piatti di carne: il "controfiletto alla brenese", la carne salata, lo stracotto d'asino, la salsiccia di castrato, i salumi di puro suino ecc. Non mancano conigli, pollame e selvaggina, lepri e cinghiali. Il pesce è ovviamente di fiume o di lago, talvolta essiccato secondo metodi tradizionali. L'allevamento di bovini, caprini e ovini garantisce la produzione di una grande varietà di ottimi formaggi: formagelle, "silter", "casolet", ricotte, "fatuli" e caprini, naturali o aromatizzati alle erbe. Anche i dolci sono semplici e genuini; "spongade", biscotti e torte con farina di castagne. Anche la viticoltura in Valle Camonica ha una storia antica. Dopo un abbandono quasi totale, è oggi in atto una ripresa molto attenta al costante miglioramento della qualità dei vini. Antichi vitigni si estendono nelle zone di Erbanno, Cividate Camuno, Malegno, Breno, Losine. Gli sforzi dei nuovi viticoltori hanno già ottenuto il riconoscimento di alcune IGT e la costituzione del "Consorzio Tutela I.G.T. Valcamonica" che ha la sua sede presso l'Ente Vini Bresciani (tel. 030/364755). L'Igt Valle Camonica è previsto sia in versione bianco che rosso, ma è soprattutto su quest'ultima tipologia che si sta lavorando, rivitalizzando vitigni come Merlot e Marzemino. I vini I.G.T. di Valcamonica hanno nomi quali Lambrù, Rebaioli Cav. Enrico, Camunorum, Baldami.

COME RAGGIUNGERCI

In Auto: Autostrada A4 - seguendo poi le indicazioni. Da Milano uscita Seriate. Da Brescia uscita Brescia Ovest.

In aereo: aeroporti di Milano e Orio al Serio. **In treno o bus:** servizi diretti da Brescia, Bergamo e Milano.