



IN TERRA DI MAREMMA, LE ACQUE COME FONTE DI ETERNA GIOVINEZZA

LE TERME DI SATURNIA

La filosofia delle Terme di Saturnia nasce dal concetto di benessere globale basato su un perfetto equilibrio psicofisico, mediante l'integrazione delle cinque aree del benessere: Idroterapia, Beauty, Stress Management, Alimentazione e Fitness. La composizione dell'acqua di Saturnia, grazie al suo calore e alle sue proprietà, stimola positivamente l'intero organismo e trattamenti altamente specializzati sono in grado di agire sulle cause più profonde dei disagi delle persone. Altri centri termali con beauty farm stanno sorgendo in Maremma, terra ricca di acque benefiche.

LA TRADIZIONE TERMALE IN TOSCANA

Nell'antichità l'acqua, da sempre fonte di culto e di purificazione, acquisiva nei bagni termali un potere aggiunto: assiduamente frequentati da parecchi popoli antichi anche come luoghi di incontro, per secoli hanno costituito il solo

rimedio naturale di cura per ogni tipo di disturbo fisico. Le numerose fonti termo-minerali della Maremma toscana, assai note e frequentate sin dalla più remota antichità, in seguito dagli Etruschi e poi dai Romani (Chianciano, Roselle, San Giuliano, Saturnia, ecc.), costituiscono un prezioso e cospicuo patrimonio naturale come fonte di salute e di benessere. Abbandonati e spogliati nel Medioevo, i Bagni subiscono un primo rilancio nel Rinascimento e dall'Illuminismo in poi alcuni centri termali ritrovano splendore come luoghi di vita sociale, di cura e di riposo, accanto ad alcuni più modesti frequentati dai ceti meno abbienti. Oggi, in Toscana si contano una cinquantina di stabilimenti termali rinnovati nelle strutture ricettive, che offrono una molteplicità di prestazioni in grado di soddisfare sia ogni tipo di richiesta di cure da affiancare a quelle tradizionali, sia ogni esigenza di benessere e di forma fisica, per un nuovo stile di vita in sintonia con se stessi e con la natura. Contribuisce al pieno raggiungimento del benessere psicofisico anche l'ambiente in cui questi centri termali sono localizzati, paesaggi toscani sempre gratificanti per la naturale e straordinaria bellezza dei luoghi. Alla ormai scontata simbiosi dei due termini salute e benessere, si unisce oggi nelle località termali più note anche la richiesta di possibilità di svago, la presenza di strutture sportive differenziate, perfettamente predisposte per ogni tipo di attività.

Time after time you can find restaurants offering dishes with local produce, maintaining the typical features of the simple and traditional way of cooking. The main typical dish is the "polenta di mais" with flour still grinded in local stone mills. It is a tasty complement that can be eaten both hot and cold, grilled and fried. Other dishes derived from a very old tradition are the "trippa in minestrone", the "strinù" the "salamelle di maiale alla brace", the "sarde essiccate", the "lumache a rael", the "tinca ripiena" and the "casunsei", ravioli cooked with butter, bacon and sage. Occasionally you can taste the "salsiccia di castrato", the "soppressa", the "torta di rane", the "anatra" and the "mahasa", a cake with pears, apples, nuts and raisins. You cannot miss the selection of cheese, salami and the excellent wine from the near land of Franciacorta or from Valcalepio.

SATURNIA E LE SUE TERME

Il piccolo centro di Saturnia (comune di Manciano), paese della Maremma toscana in provincia di Grosseto, alla confluenza dei torrenti Albegna e Stellata, sorge in posizione dominante rispetto alle sottostanti rinomate Terme di Saturnia, la cui storia è sempre stata inevitabilmente legata a quella del borgo da cui prendono il nome. La ricca e importante antica città di Saturnia è purtroppo oggi pressoché perduta. Gli insediamenti esistenti già in età arcaica villanoviana, scelti per la favorevole posizione topografica e strategica, nonché per l'inesauribile quantità di acque sorgenti a temperatura ottimale, sono testimoniati da reperti oggi raccolti presso il Museo di Preistoria e Protostoria della Valle del fiume Fiora, istituito nel secolo scorso nella vicina località di Manciano. Saturnia, l'etrusca Aurinia, florido centro nella prospera campagna maremmana, è per gli Etruschi un approdo sicuro: buona terra per pascolo e colture, abbondanza di travertino come materiale da costruzione, quantità di acqua fluviale e termale, argilla abbondante. Per questo la città col tempo diventa il centro più importante di un territorio che si estende dal Monte Amiata al mare: vengono costruite strade, mura e porte, tra cui la Porta Romana, dove passa la Via Clodia, importante arteria che unisce l'Etruria con Roma. Dopo la caduta di Vulci, Saturnia rimane per un periodo un centro importante anche presso i Romani, finché, nel 183 a.C., diventa addirittura colonia romana. Poi la città nel periodo dell'Impero e dell'Alto Medioevo man mano decade e la sua storia rimane buia. Passata alla famiglia comitale degli Aldobrandeschi, agli Orsini e poi infeudata da Ferdinando I de' Medici al Marchese Ximenes d'Aragona, la cittadina, coinvolta nei secoli nelle lotte tra famiglie e città della regione (Siena, Orvieto, Perugia), cade in uno stato di deserto e di abbandono: più volte attaccata, depredata e distrutta, perde importanza e prestigio e i suoi abitanti vengono dispersi. Nelle vicinanze dell'abitato sono conservati alcuni resti di vaste necropoli etrusche, vestigia di mura e monumenti romani e tratti dell'antica via Clodia.

Anche la storia dei Bagni termali e delle cascatelle del Gorello seguono la prosperità e la decadenza della città di Saturnia, sino a diventare luoghi inospitali e frequentati solo da poche mandrie di animali.

Passata nel 1867 alla famiglia Ciacci, il territorio di Saturnia riacquista finalmente l'aspetto dei suoi anni migliori. Oggi anche le Terme sono diventate molto famose e sono in grado di offrire prestazioni ad altissimo livello.

LE TERME DI SATURNIA

Collocate a due chilometri circa dal paese, le Terme di Saturnia costituiscono il principale complesso termale della Maremma, valorizzato appieno dal 1982. Le terme sono apprezzate sia dagli amanti del turismo, che dagli appassionati della cura del corpo e del relax, che qui possono trovare una struttura all'altezza di ogni aspettativa.

Le acque termali, acque meteoriche che si arricchiscono per dissoluzione delle sostanze presenti nel suolo che attraversano, si differenziano tra loro per la temperatura alla quale esse fuoriescono dalla sorgente naturale e per i tipi di sali minerali contenuti.

Alle Terme di Saturnia, ad una temperatura di 37,5° C. e al ritmo di 600-800 l/sec., sgorga acqua sulfurea solfato-bicarbonato-calcio-magnesica, che ha un'azione particolarmente efficace sulle vie respiratorie (funzione anticatarrale e antiinfiammatoria), oltre ad essere particolarmente indicate per l'artropatia, la circolazione e la cura di malattie cutanee, rendendo la pelle più asciutta e vellutata. Le cure sono convenzionate con il Servizio Sanitario Nazionale.

Numerosi i trattamenti: idropinoterapia, cure inalatorie, balneoterapia, fangoterapia, irrigazioni, riabilitazione, cure estetiche, dietetiche e disintossicanti, medicina olistica e trattamenti benessere. Infatti, le Terme di Saturnia, raffinato ed esclusivo complesso termale-alberghiero aperto tutto l'anno e conosciuto in tutto il mondo, oltre a piscine di acqua calda solfurea esterne ed interne, cascate artificiali, vasche idromassaggio, percorsi benessere in acqua, si distinguono particolarmente nel segno della beauty farm. Sono infatti dotate di un nuovissimo Centro Benessere di ultima generazione, destinato a soddisfare anche le richieste più esigenti per la cura del corpo, con terapie, massaggi, trattamenti estetici specializzati e diete personalizzate.

Inoltre, lo stabilimento offre una signorile accoglienza alberghiera, con 180 camere, alcune delle quali si affacciano sulla vasca in cui pullulano le acque termali.

Le Terme di Saturnia offrono ai propri ospiti la possibilità di usufruire di campi da tennis, bocce, golf, sauna, bagno turco, vasche per idromassaggio e cascatelle per idrofitness.

E' inoltre possibile effettuare escursioni guidate alla scoperta della bellezza della natura e del borgo di Saturnia, nonché di cimentarsi nella pratica del golf, con un campo da 18 buche, recentemente inaugurato.

LE CASCATELLE DEL MOLINO

A meno di 2 chilometri dalle Terme, vale la pena di fare una sosta anche alle cascate del Molino, molto frequentate in quanto l'accesso è libero e l'immersione è particolarmente piacevole, trattandosi di un luogo dalla bellezza eccezionale. Le acque calde reflue dalle terme, attraverso il letto di un piccolo fiume "il Gorello" che scorre fra i canneti, presso un mulino ora in disuso formano una serie di cascatelle, che scavano nel travertino conche e conchette molto mosse, levigate e poco profonde. Parecchi sono gli ospiti piccoli e grandi che giocano nelle calde e biancoazzurre acque solfuree, dalla costante temperatura di 37° C.

VISITANDO I DINTORNI

La collocazione in terra di Maremma offre ai frequentatori delle Terme di Saturnia panorami e viste che spaziano dalle colline più interne, che in primavera si colorano di fioriture gialle delle ginestre, fino alla valle solcata dall'Albegna da una parte, per giungere dall'altra alla vetta del Monte Amiata, principale complesso montuoso del territorio. E poco lontano c'è il mare di Monte Argentario. Numerosi quanto interessanti sono anche i borghi nel cuore della Maremma grossetana, che si possono raggiungere in poco tempo da Saturnia; tra questi ci piace ricordare Manciano, Montemerano, Sorano, Scansano e Pitigliano, i paesi del tufo, ricchi di sorgenti di acque termali e di testimonianze storiche e archeologiche qui lasciate da popolazioni antiche e civiltà gloriose quali quelle degli Etruschi. Le feste locali ne rievocano ogni anno suggestive memorie. Nel cuore delle colline toscane l'unione tra ambiente naturale e agenti antropici ha creato angoli sorprendenti, a volte surreali.

Pitigliano arroccato su un pianoro di tufo con la sua suggestiva fortezza, fuori dalle rotte del turismo di massa, è un borgo caratteristico di giorno, un magico presepe la notte. La "Piccola Gerusalemme", fu sede nel XVI secolo di una cospicua comunità ebraica, la cui Associazione ancor oggi finanzia le manifestazioni storico-culturali dell'antico borgo. Attraverso una via cava, ripida e tortuosa via di comunicazione etrusca, immersa in una folta vegetazione, la necropoli etrusca del Gradone ha restituito tombe a camera e notevoli vasi e coppe. Da visitare la tomba di Velhur e Larthia. A 4 chilometri da Pitigliano, in direzione Bolsena, in una vallata fresca e ombrosa è stato recentemente restaurato uno storico bagno ebraico alimentato da una cascata d'acqua che sgorga a 37°C., dove oggi sorge un Centro relax e benessere.

Anche Sorano, il piccolo ma affascinante paese natale di Papa Gregorio VII, che ci accoglie con la solida Fortezza Orsini ed il dedalo di vicoli del suo caratteristico centro storico, è circondato da interessanti siti archeologici: si raccomanda la visita alla Necropoli di San Rocco, nella valle del Fiume Lente (Tomba Ildebranda e della Sirena). Anche qui, sulla strada per Pitigliano, ci accolgono le nuove Terme di Sorano, inserite in una vasta area verde, con al centro le splendide strutture gotico-romaniche della Pieve di Santa Maria dell'Aquila.

La visita di tutti questi borghi può essere a volte faticosa, ma merita davvero, soprattutto se intervallata da qualche sosta eno-gastronomica: formaggio di qualità dai pascoli profumati e un bicchiere di bianco fresco dalle colline circostanti.

Pitigliano: Ufficio A.P.T.

tel 0564 617111

Sorano: Ufficio Informazioni,

Tel. 0564 633099.

A Tavola

Turisti italiani e stranieri magnificano la tradizione culinaria di questo territorio, che spazia dalla cultura contadina a quella legata all'allevamento e alla caccia: l'attenzione alla qualità degli ingredienti prodotti in loco, l'autenticità dei sapori e la presentazione di piatti che ancora risalgono ad una avita tradizione locale. Il pane senza sale, l'olio purissimo, le verdure fresche dell'orto, la varietà dei cereali facilmente reperibili, sono il punto di partenza per una proposta varia e sempre sana. Tra i primi, la scelta spazia dalle pappardelle al sugo di coniglio, ai picci all'aglione, per non dimenticare la pappa col pomodoro, la minestra di farro e la notissima ribollita. Tra i secondi, il cinghiale in dolce e forte, il peoso alla fornacina ed il coniglio alla cacciatore. Tra i vini locali, il bianco di Pitigliano o il Morellino di Scansano. Dopo una verdura stufata e due fagioli all'uccelletto, terminiamo con una fetta di castagnaccio o con i cantucci intinti nel Vinsanto.

Come raggiungerci

In Auto: A1 Milano-Bologna-Firenze-Roma. Uscita Firenze Certosa, poi seguire la superstrada in direzione Siena-Grosseto-Scansano-Montemerano-Saturnia.

In aereo: Aeroporto di Fiumicino Roma. Oppure da Firenze Peretola

In treno e bus: Stazione di Grosseto. Linea Milano-Roma oppure Genova-Roma con collegamenti di autobus.

I.A.T. di LOVERE

Per informazioni:

Terme di Saturnia SPA & Golf Resort
58014 Saturnia (GR) - Tel. 39 0564 60011
E-mail: info@termedisaturnia.it

Consorzio L'Altra Maremma
Piazza Vittorio Veneto, 10
58050 Saturnia (GR)