

# LA PORTA DELLA VALNERINA

## Bed and Breakfast

VOL1

Guida per vivere la struttura ed il territorio



## SOMMARIO

### INTRODUZIONE

Benvenuti nel cuore verde d'Italia

### PARTE 1 *VIVERE IL BED AND BREAKFAST*

- |  |    |
|--|----|
| 1. La nascita del B&B  | 3  |
| 2. Il casale   | 6  |
| 3. La storia del casale: dall'antica torre di Cervara al B&B | 8  |
| 4. In ogni stanza, un segreto da scoprire                    | 15 |
| 5. A passeggio per il parco del B&B                          | 26 |

### PARTE 2 *REGOLE ED INFORMAZIONI UTILI*

- |  |    |
|--|----|
| 6. Le norme della casa                                     | 46 |
| 7. Sconti e convenzioni                                    | 53 |
| 8. Dove mangiare qualcosa di buono                         | 55 |
| 9. Servizi nei dintorni: (fare spesa, negozi tipici, ecc.) | 59 |
| 10. Numeri utili   | 61 |
| 11. Mezzi pubblici   | 62 |

### PARTE 3 *VIVERE IL TERRITORIO*

- |                                    |    |
|------------------------------------|----|
| 12. Come spostarsi dal B&B         | 63 |
| 13. La Cascata delle Marmore       | 66 |
| 14. Cosa vedere oltre alla Cascata | 74 |
| 15. Attività sportive nei dintorni | 78 |

# **Bed & Breakfast**

## **La porta della Valnerina**

### **Benvenuti nel cuore verde d'Italia**

Gentili ospiti,

sono Marco, gestore e proprietario del B&B La Porta della Valnerina, e sono immensamente lieto di darvi il benvenuto nella mia casa.

Conduco quest'attività dal 2006, attività che mi ha consentito di incontrare migliaia di splendide persone, ed in tutti questi anni ho imparato a conoscerne e le esigenze ed i più diversi desideri, dal weekend romantico al tuffo in rafting tra le rapide del fiume Nera, dalle visite ai borghi e castelli medievali, alle cene a base di cinghiale e tartufo.

Così ho deciso di realizzare questa brochure, per aiutarvi ad orientarvi meglio tra le ineguagliabili bellezze ed innumerevoli attività che questo splendido territorio offre.

Troverete inoltre una serie di utili informazioni per usufruire al meglio di tutti i servizi della struttura, e poche ma necessarie regole da rispettare, per contribuire al sereno svolgimento dell'attività.

Da parte mia, cercherò in ogni modo di rendere il vostro soggiorno in Valnerina piacevole ed indimenticabile.

Qualunque sia la vostra esigenza, desiderio o richiesta di ulteriori informazioni, non esitate a chiedere. Sarò felice di provvedere al meglio.

Vi auguro un soddisfacente soggiorno.

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Marco Carlucci". The signature is fluid and cursive, written on a light-colored background.

## 5. A PASSEGGIO NEL PARCO DEL B&B

Il nostro B&B è immerso all'interno di una grande area verde. Solo la zona più vicina al casale viene curata come un **giardino tradizionale**, mentre tutto il resto è stato semplicemente ripulito e reso fruibile, lasciando inalterate le sue caratteristiche di **parco naturale**, nel quale si può vivere l'esperienza di una emozionante **discesa al fiume** e dell'esplorazione dei **rifugi della guerra**.

Al centro del giardino, in prossimità della casa, abbiamo realizzato una bella **piscina** interrata, dalla quale è possibile godere di tutta la bellezza del verde che ci circonda, restando comodamente immersi nell'acqua di color turchese. Solitamente è aperta nel periodo da giugno a settembre.

### IL GIARDINO TRADIZIONALE

Prendetevi qualche momento di relax per passeggiare intorno alla casa.

I primi alberi che incontrerete sono un **melo**, un bel **nespolo giapponese** e due enormi **ciliegi**.



I frutti di questi due vecchi alberi, le ciliegie maggiaiole, sono piccoli, scuri e dolci, e possono esser gustati solo nella prima settimana di maggio.

Spostandoci verso il viale d'ingresso, oltrepassato il pergolato di **uva da tavola**, all'ombra di due grandi **olmi** troveremo il **vecchio fontanile**. Questa era la classica vasca per lavare i panni ed attingere l'acqua, che tutti i casolari di campagna avevano fino agli



anni '50, elemento preziosissimo quando le case non disponevano ancora di acqua corrente. Nel 2010 l'abbiamo restaurata, e abbiamo realizzato una piccola cascatella con tre salti e due vaschette, che richiama i **tre salti della Cascata delle Marmore**, utilizzando i vecchi coppi del casale. Questa fontana è alimentata dall'acqua del **Canale Cervino**, uno dei tanti canali che fin dal tempo dei romani portano l'acqua del fiume in città, alimentando fontane, orti e giardini. Seguendo il canale, lungo il **violetto di lavanda**, troviamo la **zona barbecue**, sotto l'ombra di un **salice**, a disposizione degli ospiti per le grigliate estive.

Al centro del giardino, di fianco alla piscina, sotto una noce, c'è un **gazebo**, con dondolo e salottino sui quali rilassarsi, ed un piccolo ulivo trapiantato qui 10 anni fa.



Poco più in là, sotto un altro grande **noce**, abbiamo realizzato un piccolo **giardino zen**. È un antico strumento di meditazione risalente al VI sec. d.C., ideato dai **monaci Buddisti Zen**. È un giardino secco, composto solamente da due elementi: **la**

**ghiaia** rastrellata, che rappresenta **l'oceano**, con le sue correnti e onde, e **le rocce** che simboleggiano **le isole**, le montagne.

Potete entrarvi, e cominciare a rastrellare la ghiaia lentamente, in modo continuo, creando percorsi, correnti marine, onde che ruotano armoniosamente intorno alle isole, cambiandone così ogni volta la conformazione. Compiendo questa semplice azione, secondo la filosofia zen, ci si può rilassare e meditare, intraprendendo così la strada che porta alla felicità.

Accanto al giardino, un **acero nano giapponese** riscalda il grigio della ghiaia, con le sue foglie rosso fuoco.

Sul lato sinistro del giardino, seguendo la staccionata, c'è un vecchissimo **melograno**, un altro noce ed un filare di **noccioli**, molto frequentati durante l'estate dagli **scoiattoli**, che a volte è possibile incontrare scendendo verso il fiume.

Allontanandosi da questa parte di giardino, superato un piccolo frutteto, entriamo nella parte più incontaminata, il parco naturale con i suoi sentieri.

## **IL PARCO NATURALE**

Al di là del prato antistante la casa, si estende il terreno che una volta era di pertinenza dell'antica Torre. Nel 1995, quando acquistammo il casale, era in condizioni di completo abbandono. Ci sono voluti **20 anni di lavoro** costante, per tagliare rovi, segare alberi caduti, spostare massi e ripulire il terreno dai rovi e dalla vegetazione infestante.

Una parte di quest'area nell'800 era ancora coltivata e irrigata dai vecchi abitanti del casale, e ancora prima chissà quali piedi hanno attraversato questi sentieri per giungere fino al paese di Papigno.

L'area è divisa, dal punto di vista orografico, in tre parti ben distinte; guardando il giardino con la casa alle spalle, abbiamo una zona a sinistra che scende verso il fiume, un'altra in piano di fronte a noi, che porta ai rifugi della guerra, e la terza, a destra, che comprende una parte di collina ed un antico uliveto. Da qualche tempo stiamo realizzando **tre diversi sentieri** che permettono di visitarle tutte senza perdere nessun dettaglio da vedere.

## Sentiero 1

## LA DISCESA AL FIUME

Con la casa alle spalle, spostiamoci sulla sinistra ed affacciamoci dalla staccionata. Venti metri più in basso vedremo scorrere spumeggiante il **fiume Nera**.



LA PISCINA NATURALE

È da lui che ha preso il nome a Terni, l'antica **INTERAMNAE** (città tra due fiumi: il Nera ed il Serra), e la valle in cui scorre: la **Valnerina**, ed è, dopo il Tevere, il principale corso d'acqua dell'Umbria.

Nasce sui **monti Sibillini**, e dopo uno straordinario percorso di circa 100 km tra profonde gole e improvvise valli, arriva nella conca Ternana calmando le sue acque, per poi andare a confluire nel Tevere. Ma è proprio in questo ultimo tratto "selvaggio" prima della città, subito dopo aver ricevuto attraverso la **Cascata delle Marmore** le acque del **fiume Velino**, che lambisce il nostro casale, lasciandoci la fortunata possibilità di scendere per toccare le sue acque, in un luogo dove, per via della conformazione orografica, degli argini alti e scoscesi e di una diga a monte, l'unica via di accesso al fondo della valle è proprio quella che stiamo per percorrere noi.

Prendiamo il sentiero sulla sinistra, seguendo la staccionata, e cominciamo a scendere.

Ricordiamo che si tratta di un'**AREA NATURALE NON PROTETTA**, pertanto invitiamo tutti gli ospiti a *procedere con cautela, non arrampicarsi sugli alberi, non sporgersi verso il fiume, non lanciare sassi in basso, non accendere fuochi.*

È *OBBLIGATORIO tenere sotto costante controllo, per mano e non lasciare mai da soli i bambini.*

**La struttura non risponde per incidenti conseguenti al comportamento scorretto ed imprudente da parte degli ospiti.**

Mentre ci addentriamo in **questo fresco sottobosco**, fatto di **lecci, corbezzoli, lecci, acacie, noci e pioppi**, avremo l'impressione di allontanarci lentamente dal mondo che conosciamo.

Questo era uno dei due antichi sentieri che consentivano l'accesso alla torre, dal borgo medievale di Papigno, dato che la strada che vi ha portato qui in auto non esisteva. Quante volte sarà passato di qui **Don Giuseppe Marcucci**, parroco di Papigno e proprietario della torre nel 1860, e chissà quanta gente ha calcato questa terra.

Sulla vostra destra, vi accompagnerà per tutto il cammino un antichissimo **muro in pietra a secco**. Questo terrazzamento, nel 1800 serviva per sorreggere il terreno che veniva coltivato, ma non sappiamo in che epoca esattamente fu costruito.

Nella spianata al sopra del muro, ad un certo punto scorgeremo delle grotte, che vedremo dopo nel sentiero 2.

Se guardate con attenzione sulla sinistra, in basso verso il fiume, scorgerete tra la vegetazione, spiaggette di ghiaia, anfratti, rapide, cascatelle, tronchi portati dalla forza dell'acqua. In un punto c'è una roccia fatta a forma di conchiglia rovesciata, che abbiamo chiamato **la fonte battesimale**.

Man mano che si scende, avvicinandosi lentamente al fiume, il rumore dell'acqua cresce e l'aria diventa sempre più fresca e umida.





Arrivati quasi al livello del fiume, in mezzo a due enormi massi arrotondati e coperti di muschio, troviamo la **grotta di Byron**, un magico antro modellato dal fiume tra le rocce fossili, dedicato da me al grande poeta che nella primavera del 1817 passò da queste parti per visitare la Cascata delle Marmore. Entriamo con cautela, per ammirare la bellezza di queste rocce, create dal calcare del fiume, e cesellate nei secoli dalla forza delle acque.



Proseguiamo sulla destra della grotta, e percorriamo gli ultimi metri che ci separano dalla meta. Qui il fiume rallenta, si allarga, conquista le sponde e si apre in una splendida **piscina naturale** dove la “voce del Fiume”, il suo odore, ed i ed i suoni della natura ci fanno risvegliare in un **luogo fuori dal mondo**, lontano anni luce dalla civiltà nella quale cui viviamo. Questa è la sensazione che ebbi la prima volta in cui discesi in questa gola, e chiunque vi si è addentrato, mi ha confermato di aver provato le stesse, magiche emozioni.

L'acqua ha lasciato ovunque il segno, in questo luogo. Per milioni di anni questa gola è stata sommersa da acque calcaree durissime, che hanno fossilizzato ogni cosa, radici, alberi, insetti, ed oggi che tutta quell'acqua non c'è più ne rimane l'opera.



Se guardate il fiume verso sinistra, proprio in mezzo alle rapide, scorgete una roccia che sembra un **drago che si tuffa nell'acqua**, con una acuminata cresta sulla schiena. E quei ciuffi di **capelli rossi** che vedete ondeggiare sotto il pelo dell'acqua, non sono altro che le radici dei pioppi, scoperte, che diventano rosse stressate dall'acqua gelata.

In alto a destra invece, c'è una piccola costruzione in pietra. È **l'antico cancello**, costruito non sappiamo quando, né da chi, per segnare il confine delle terre appartenenti alla torre. Dietro quel cancello, chiuso da tempi immemorabili, il sentiero continua fino ai piedi del **borgo di Papigno**, ma è impossibile percorrerlo ora, date le sue condizioni di abbandono.



C'è da segnalare che circa un km a monte di questa piscina, c'è una chiusa che devia in una centrale elettrica la maggior parte delle acque del fiume. In inverno, qualche volta, se ci sono molte piogge, viene aperta ed il livello del fiume sale rapidamente di qualche metro. In estate non succede quasi mai, ma potrebbe succedere, anche a causa di qualche guasto tecnico.

Ovviamente non possiamo proibire di fare il bagno nel fiume, ma ricordiamo che **chi si immerge lo fa a proprio rischio e pericolo**, e possiamo dare alcuni consigli a chi volesse in ogni caso farlo:

- 1- Fare sempre attenzione al livello dell'acqua uscendo subito se dovesse salire improvvisamente.
- 2- Fare sempre attenzione ai punti profondi dove non si tocca e alla corrente del fiume.
- 3- Fare sempre attenzione agli shock termici, perché l'acqua è molto fredda.

Tornando indietro, a metà strada troveremo una salita che ci porta a riprendere il sentiero 2.

Risalendo invece verso il casale, se ci affacciamo per guardare il fiume proprio in prossimità dell'edificio, noteremo immerse a mezz'acqua delle vecchie **strutture di cemento armato in rovina**.

Si tratta di una diga costruita agli inizi del '900 per portare le acque del fiume all'interno dell'acciaieria, modificando il percorso del **Canale del Sersimone**, uno dei due antichi canali costruiti dai Romani che portavano acqua in città. Crollata durante la guerra, è un altro degli splendidi esempi di **archeologia industriale** che impreziosiscono la nostra città.



*Il vero viaggio di scoperta  
non consiste nel cercare nuove terre,  
ma nell'aver nuovi occhi"*

*Marcel Proust*



*Bed and Breakfast*  
**LA PORTA DELLA VALNERINA**

Via Centrale di Cervara n° 53 - TERNI  
Mobile: 39.347.7609678  
Web: [www.laportadellavalnerina.com](http://www.laportadellavalnerina.com)  
Mail: [info@laportadellavalnerina.com](mailto:info@laportadellavalnerina.com)