GUIDA TURISTICA

DELLA CITTÀ DI SULMONA

IN LINGUAGGIO EASY TO READ

SULMONA:

UNA CITTÀ PER TUTTI.

La guida turistica

facile da leggere

Abruzzo made in nature, made in Italy

Anffas Onlus dal 1958 la persona al centro SULMONA

OVIDIVS

Ente responsabile

Anffas Onlus Sulmona

Via Dalmazia 34, 67039 Sulmona (AQ)

Telefono: 3925552163

Email: centroanffassulmona@gmail.com

Sito: http://www.anffassulmona.it/

Fotografie

Angelo D'Aloisio

Domenica Carlucci

Grafica, impaginazione e stampa

Edizioni Complexity

Via Padre Ugo Frasca 6/A

Complesso Centro DAMA 66100 Chieti (CH)

IL PROGETTO

Il progetto

“SULMONA: UNA CITTÀ PER TUTTI.

Realizzazione di una guida

turistica facile da leggere”

è stato realizzato da **Anffas Onlus**

Sulmona,

con il **Bando Inclusione e Cultura**

L. R. 20/01/2021 n. 1

e L. R. 20/10/2021 n. 18 della

Regione Abruzzo.

EMANUELA PASQUALI

Presidente

Anffas Onlus Sulmona

L' associazione Anffas Onlus di Sulmona opera da molti anni sul nostro territorio in favore delle persone con disabilità intellettiva e del neurosviluppo per tutelare i diritti delle stesse e delle loro famiglie.

La regione Abruzzo ci ha concesso un finanziamento ai sensi L.R.20/01/2021 n.1 e L.R.20/10/2021 n.18 nel Bando **Inclusione e Cultura.**

L'idea progettuale risponde a quanto previsto dalla Convenzione Onu sui diritti delle persone con disabilità all'art.30, ratificato dal nostro Paese con la legge 18/2009.

Gli Stati Parti riconoscono il diritto delle persone con disabilità a prendere parte su base di uguaglianza con

gli altri alla vita culturale e adottano misure adeguate a garantire che le stesse abbiano accesso a:

a) prodotti culturali in formati accessibili;

c) luoghi di attività culturali, come teatri, musei, cinema, biblioteche, servizi turistici e, per quanto possibile, monumenti e siti di rilevanza nazionale.

Con tale progetto le persone con disabilità che frequentano il nostro centro diurno hanno seguito prima un percorso formativo per acquisire informazioni e conoscenze storiche ed architettoniche della nostra città, per poi farne esperienza diretta con visite guidate.

Infine hanno rielaborato il corredo informativo scrivendo il testo in "Easy to read", ovvero nel "linguaggio facile da leggere e da capire", che si contraddistingue per semplicità ed accessibilità: il termine "easy" suggerisce la facilità con cui il lettore,

in particolare se con disabilità intellettive o scarsa conoscenza della lingua, potrà comprendere un testo.

L'obiettivo è la promozione della cittadinanza attiva, consentendo anche alle persone con disabilità di conoscere la città con la sua storia, l'architettura, le tradizioni ed i prodotti tipici.

La realizzazione della guida "**Sulmona: una città per tutti**" rappresenta un importante elemento di inclusione in quanto rende le informazioni e le immagini accessibili a tutti: non solo alle persone con disabilità ma anche agli anziani, agli stranieri ed ai turisti che preferiscono avere informazioni essenziali. **Per questo ritengo che il lavoro compiuto sia di grande valore ed utilità per tutti ma proprio tutti coloro che vorranno visitare la nostra magnifica città!**

Emanuela Pasquali è la presidente

di Anffas Sulmona.

Anffas Sulmona lavora per far rispettare

i diritti delle persone con disabilità e delle loro famiglie.

La presidente spiega come è nato il progetto

e chi ha finanziato il progetto,

cioè chi ha dato i soldi per pagare le attività.

Il progetto aiuta a rispettare

alcuni articoli della Convenzione Onu

sui diritti delle persone con disabilità.

Una convenzione è un elenco di regole e di diritti.

Le Nazioni che la firmano permettono di rispettarla

e di farla rispettare.

Il progetto parla del diritto di:

- avere documenti e libri in linguaggio facile da leggere e da capire
- ed entrare in tutti i posti della città, come cinema, teatro e monumenti.

La presidente spiega che le persone con disabilità

del centro diurno di Anffas Sulmona

che hanno partecipato al progetto

hanno fatto una formazione

sulla storia della città di Sulmona.

Le persone con disabilità hanno visitato

tanti posti della città di Sulmona

e hanno scritto quello che hanno imparato

in linguaggio facile da leggere e da capire.

Il linguaggio facile da leggere e da capire

è un linguaggio che aiuta le persone

a leggere e capire le informazioni difficili.

Le informazioni facili da leggere e da capire

sono importanti per la vita delle persone con disabilità.

Le informazioni facili da leggere aiutano le persone

a trovare le cose che hanno bisogno di sapere.

Con la guida turistica **" Sulmona una città per tutti"**

tutti possono leggere e capire le informazioni e le immagini

della città di Sulmona.

La presidente è molto contenta

del grande lavoro fatto dalle persone con disabilità!

IL GRUPPO DI LAVORO

Alvarez Lucas

Antolini Francesca

Cantelmi Giulia

Carrozza Valeria

Casasanta Mauro

Consalvo Melisa

Della Valle Francesca

Di Giannantonio Bruna

Eramo Annalisa

Falconio Ivan

Giorgi Silvia

Margiotta Matteo

Melilla Giulia

Panetta Marina

Paris Roberta

Pennacchi Desirée

Pomponio Lorena

Porretta Valeria

Presutti Michela

Recanati Carlo

Recanati Pierluigi

Romila Rodica

Santangelo Alessandra

Sinibaldi Valerio

Wang Luca

INDICE

PAGINA 19

SAN PANFILO

PAGINA 23

COMPLESSO SANTISSIMA ANNUNZIATA

PAGINA 27

PIAZZA VENTI SETTEMBRE

PAGINA 30

FONTANA DEL VECCHIO

PAGINA 32

PIAZZA GARIBALDI

PAGINA 46

PORTA NAPOLI

PAGINA 54

CENTRO DIURNO

PAGINA 43

CHIESA SANTA MARIA DELLA TOMBA

PAGINA 49

ALTRI LUOGHI

PAGINA 52

PRODOTTI TIPICI

PAGINA 58

RINGRAZIAMENTI

PRESENTAZIONE

Nel progetto

SULMONA: UNA CITTÀ PER TUTTI.

Realizzazione di una guida turistica facile da leggere

Anffas Sulmona ha deciso di palare
dei posti della **città di Sulmona**
che si possono visitare.
Molti posti che sono in questa guida
si trovano nel **centro storico**
della città di Sulmona.
Il centro storico di una città
è la sua parte più vecchia.
Anffas Sulmona ha scelto questi posti
perché si possono visitare
facendo una semplice passeggiata
come hanno fatto le persone con disabilità
di Anffas Sulmona.

Grazie a questo progetto
le persone di Anffas Sulmona
hanno visitato la città
con delle **guide turistiche**.
Una guida turistica è una persona
che ha studiato la storia di una città
e la racconta agli altri.
Nella guida si parla anche
di un posto molto importante
per la storia di Sulmona,
cioè l'Abbazia Celestiniana.
Nella guida si parla anche
delle cose da mangiare
che si fanno a Sulmona.
Alla fine della guida si parla
delle attività del centro diurno di Anffas Sulmona
e si spiega perché queste attività
sono importanti per le persone con disabilità
di Anffas Sulmona
e per la qualità della loro vita.

LUOGHI E SIMBOLI

Sulmona è una città dell'Abruzzo in provincia di L'Aquila.

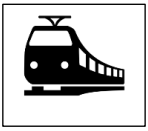
Sulmona si trova in una valle chiamata Valle Peligna.

Intorno a Sulmona ci sono due montagne importanti,

la Majella e il Morrone.

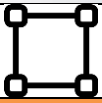
Come arrivare:

- In auto: autostrada A25 Roma-Pescara, uscita Pratola Peligna-Sulmona



- In treno: treni regionali

- In autobus: autobus regionali

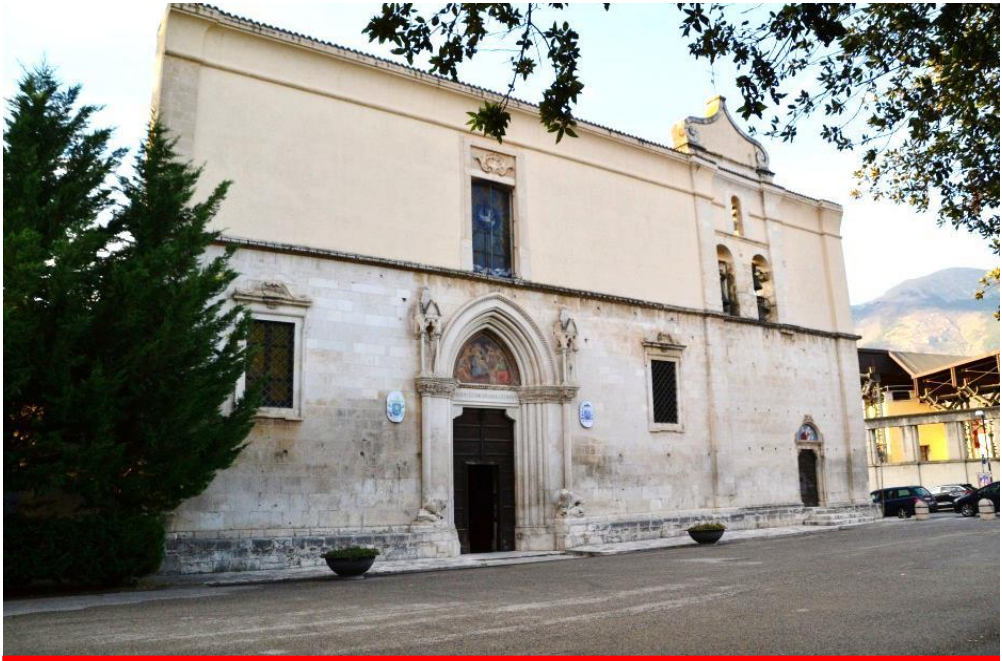
SIMBOLI	SIGNIFICATO
	Luogo accessibile
	Luogo parzialmente accessibile
	Luogo non accessibile
	Posizione
	Area verde
	Chiesa
	Museo
	Area archeologica
	Fontana
	Piazza

PASSEGGIATA NEL CENTRO STORICO

SAN PANFILO

Si trova qui:

Viale Giacomo Matteotti



Cattedrale di San Panfilo

La cattedrale di San Panfilo
è la chiesa più importante di Sulmona.

È dedicata a San Panfilo
che è il patrono della città.

Un **patrono** è un santo
che protegge una città e i suoi abitanti.

Il 28 aprile a Sulmona
si festeggia San Panfilo.

Dentro la chiesa ci sono i disegni
che raccontano la vita di San Panfilo
e di San Pietro Celestino.

Nella chiesa c'è una cripta molto antica.

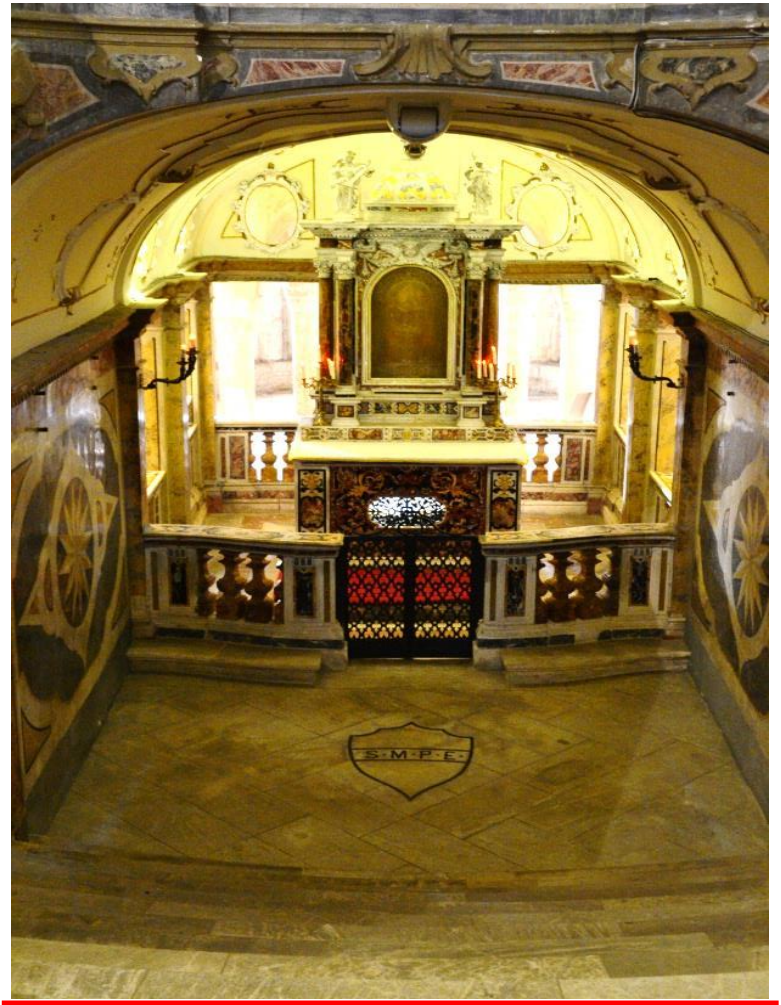
La **cripta** è una stanza
che si trova sotto terra dentro una chiesa.

Tanto tempo fa
le persone religiose
facevano le riunioni nelle cripte.

Oggi nella cripta

ci sono i corpi dei santi e alcuni loro oggetti.

In questa cripta c'è il corpo di San Panfilo.



Cripta di San Panfilo

Tanto tempo fa
c'è stato un terremoto molto forte
che ha distrutto tante parti della cattedrale.

Alcune parti sono state ricostruite.

La facciata della chiesa
ha un portale molto grande,
cioè il portone per entrare.

Ai lati del portone ci sono due colonne
e sopra le colonne ci sono
le statue di San Panfilo e di San Pelino.

Sopra al portone c’è un affresco
cioè un dipinto
del pittore Leonardo da Teramo.

Fuori la chiesa
c'è la villa comunale
dove c’è un grande giardino.

COMPLESSO SANTISSIMA ANNUNZIATA

Si trova qui: Corso Ovidio, 231

Entrata accessibile: Vico dell'Ospedale 1

Complesso Santissima Annunziata

Il Complesso della Santissima Annunziata
è il monumento più famoso e importante
della città di Sulmona.

Un complesso è una grande posto
formato da più edifici.

Il Complesso della Santissima Annunziata
è formato da tre edifici:

- la Chiesa
- il Palazzo
- e i Musei.

La chiesa è stata danneggiata due volte
dal terremoto.

Dentro la chiesa
ci sono molti dipinti e opere d'arte.

Il campanile e la torre della chiesa
sono i più alti della Regione Abruzzo.

Il palazzo dell'Annunziata
si trova vicino alla Chiesa.

Tanto tempo fa nel palazzo
c'erano l'ospedale e gli uffici comunali.

La facciata del Palazzo,
cioè la parte davanti,
ha tantissime decorazioni,
come, ad esempio, le finestre e le statue.

Le statue che si trovano nel Palazzo
sono quelle di:

- San Gregorio Magno
- San Bonaventura
- Sant'Agostino
- San Girolamo
- San Panfilo
- San Pietro
- e San Paolo.

Dentro il palazzo dell'Annunziata
c'è un cortile.

Il **cortile** è uno spazio interno
dove non c'è il tetto.

In questo cortile
si possono vedere il cielo e il campanile.

Oggi nel Palazzo ci sono i Musei,
cioè luoghi che si possono visitare
per vedere gli oggetti antichi
e importanti della città.

I musei si trovano nelle sale del Complesso
e sono:

- Domus di Arianna
- Museo epoca romana
- Museo del costume
- e Museo medievale.

PIAZZA VENTI SETTEMBRE

Piazza Venti Settembre

Piazza Venti Settembre si trova a Corso Ovidio, cioè la strada più importante del centro storico.

Al centro della piazza
c'è una statua di bronzo
di **Publio Ovidio Nasone**.

Publio Ovidio Nasone,

chiamato anche Ovidio,

era un poeta latino molto famoso

che è nato a Sulmona

e che ha scritto tante poesie d'amore.

Ovidio è stato cacciato dall'Italia

ed è andato a vivere in una città della Romania

che si chiama Costanza.

Questo monumento è molto importante

per i cittadini di Sulmona.

Statua di Ovidio

La scultura è stata fatta da un artista

che si chiama **Ettore Ferrari**.

Dalla piazza si vede il campanile

e la cupola della Santissima Annunziata.

La cupola è la parte più alta della chiesa.

Campanile e cupola dell'Annunziata

LA FONTANA DEL VECCHIO

Si trova qui:

Vico del Vecchio

La Fontana del Vecchio è una fontana
che è stata costruita tanto tempo fa.

Questa fontana si trova al centro di Corso Ovidio,

cioè la strada più importante del centro storico

della città di Sulmona,
vicino l'acquedotto medievale.

Fontana del Vecchio

Si chiama Fontana del Vecchio

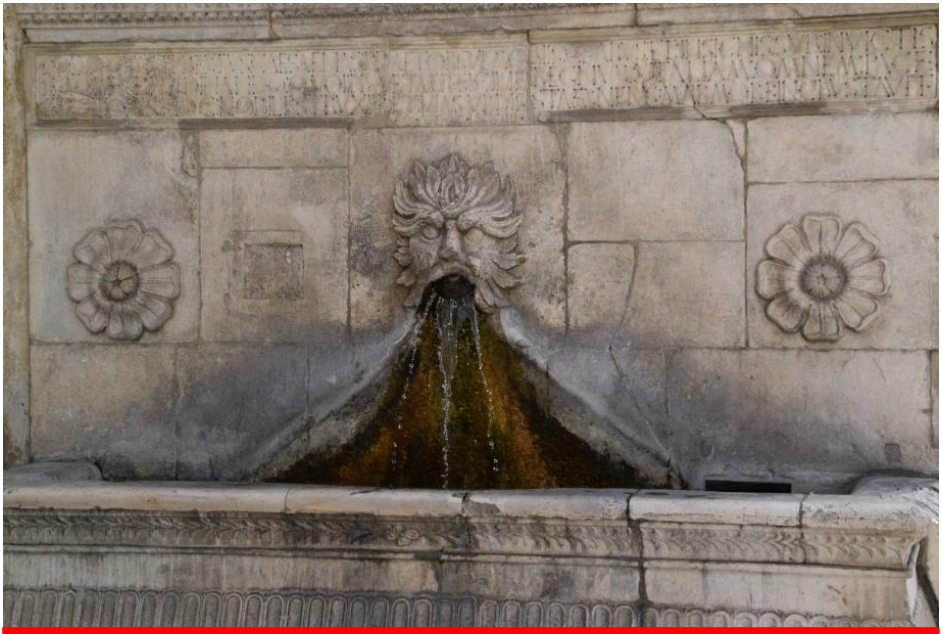
perché al centro della fontana

c'è il viso di un signore anziano con la barba.

Ai lati della fontana ci sono due grandi fiori.

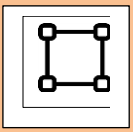
Dalla fontana esce acqua fresca

che tutti possono bere.



Fontana del Vecchio

Piazza Garibaldi



Piazza Garibaldi è la piazza principale
della città di Sulmona
e prima era chiamata Piazza del mercato.

È una delle piazze più grandi d'Italia
e della Regione Abruzzo.

Al centro della piazza
c'è una fontana molto grande e antica.

Piazza Garibaldi

Da una parte della piazza
c'è l'acquedotto medievale
che è formato da 21 (ventuno) archi.

L'**acquedotto medievale**
è una costruzione fatta in pietra
che molto tempo fa
faceva arrivare l'acqua in città
dal fiume Gizio.

Acquedotto Medievale

Dall'altro lato della piazza
si può vedere un bellissimo panorama,
con le montagne del Morrone e della Majella.

Il mercoledì e il sabato
in piazza c'è il mercato.

Intorno alla piazza
ci sono i più importanti monasteri della città
che sono:

- il monastero di San Salvatore
  che oggi si chiama Madonna del Carmine
- la Grancia di Santa Lucia
- e il monastero di San Francesco della Scarpa.

Un monastero è un posto
dove vivono i frati e le suore.

In questa piazza
si organizzano le feste più importanti della città
che sono **la Madonna che scappa**
e la **Giostra Cavalleresca**.

La Madonna che scappa in Piazza

La **Madonna che scappa** è una festa organizzata dai Lauretani.
I Lauretani sono una confraternita, cioè un gruppo di persone religiose della Chiesa di Santa Maria Della Tomba che si incontrano per organizzare questa festa.

La Madonna che scappa in Piazza

Questa festa fa parte degli eventi
della **Settimana Santa**,
cioè la settimana prima di Pasqua.

Durante la Settimana Santa
i Lauretani organizzano la processione.

La processione è un evento religioso
dove tante persone camminano
con un passo lento, cioè lentamente,
che si chiama **struscio**
e portano degli oggetti religiosi.

Durante la festa
si fa uno spettacolo con delle statue
per rappresentare l'incontro tra la Madonna
e Gesù dopo che è risorto,
cioè che è rinato.

Il **Lunedi Santo**
i **Lauretani** si incontrano
nella Chiesa di Santa Maria della Tomba
per decidere chi porterà le statue.

Il **Martedì Santo**

la confraternita dei Lauretani prepara i vestiti

e i mantelli per le statue

e gli oggetti per decorare la chiesa.

Il **Mercoledì Santo**

i Lauretani fanno le prove della corsa,

i Trinitari preparano la Chiesa della Trinità

e fanno le prove per la processione.

I Trinitari sono un gruppo di persone religiose.

Il **Giovedì Santo** si allestiscono i Sepolcri

nelle chiese della città.

I sepolcri sono dei posti

dove si seppelliscono le persone.

Il **Venerdì Santo** i confratelli Trinitari

organizzano la processione

nella via principale della città.

Nella processione le persone portano

lampioni, statue e croci.

All’inizio della Processione
sfila la Croce grande chiamata **Tronco**
ricoperta da una stoffa di velluto rosso
e da foglie e frutta in argento.

Dopo la Croce sfilano i cantori,
un gruppo di uomini che cantano,

e la banda, cioè un grande gruppo di musicisti.
La canzone più importante è il Miserere.

Dopo il coro sfilano i confratelli
con la statua del Cristo Morto.

Il **Sabato Santo**
i Lauretani portano la statua della Madonna
dalla Chiesa di Santa Maria della Tomba
alla Chiesa di San Filippo Neri
che si trova a Piazza Garibaldi.

La statua della Madonna
indossa un grande mantello nero
per rappresentare che è in lutto,
cioè è triste per la morte del figlio Gesù.

La **Domenica** si svolge la famosa festa
a Piazza Garibaldi.

I Lauretani portano la statua della Madonna
e attraversano tutta la Piazza.

Quando arrivano alla fontana,
cioè al centro della piazza,
i Lauretani iniziano a correre.

La corsa inizia quando la Madonna
vede Gesù risorto, cioè rinato.

Quando i confratelli iniziano a correre
il mantello nero della Madonna cade per terra
e la statua ha un vestito verde.

La Giostra Cavalleresca

La Giostra Cavalleresca è nata tanto tempo fa
in un periodo storico
che si chiama Rinascimento.

La Giostra Cavalleresca

è una gara con i cavalli

che corrono sulla sabbia della piazza.

La Giostra Cavalleresca a Piazza Garibaldi

Durante la gara

i cavalieri corrono con i cavalli

e cercano di prendere degli anelli

con una lancia molto lunga.

Il cavaliere che prende più anelli in poco tempo

vince la gara.

Nella Giostra Cavalleresca

ci sono i rappresentanti dei borghi

e dei sestieri della città.

Borghi e **Sestieri** sono le diverse parti

che dividono la zona storica,

cioè la più antica,

della città di Sulmona.

Nella città ci sono quattro borghi
e tre sestieri:

- Borgo Santa Maria della Tomba
- Borgo di Pacentrano
- Borgo di San Panfilo
- Borgo di Porta Filiamabili
- Sestiere di Porta Bonomini
- Sestiere di Porta Manaresca
- e Sestiere di Porta Japasseri.

Chi vince la gara
riceve il palio, cioè un premio
che è un drappo dipinto da un pittore.

Un drappo è una stoffa molto grande
con sopra un dipinto.

L’evento è organizzato ogni anno
alla fine del mese di luglio.

Prima della gara
tutte le persone che partecipano
e fanno parte dei borghi e dei sestieri
sfilano con vestiti antichi.

CHIESA DI

SANTA MARIA DELLA TOMBA

Si trova qui: Piazza Plebiscito

La chiesa di Santa Maria della Tomba

è una delle chiese più importanti della città.

Chiesa di Santa Maria della Tomba

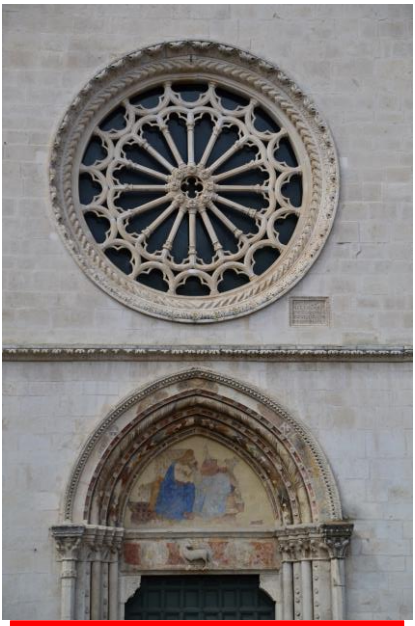
La facciata esterna è formata da due parti.

A destra c'è un campanile

con un grande orologio.

A sinistra c'è il portone principale della chiesa
e sopra c'è un rosone molto vecchio.

Un **rosone** è una grande finestra
che ha la forma rotonda.



Rosone

Orologio e campanile

Gli affreschi sono stati dipinti tanto tempo fa
e sono disegni che si trovano
sui muri e sui soffitti.

Il dipinto più importante
è il disegno di Sant'Anna che abbraccia
la Madonna con Gesù bambino.

Dentro la chiesa c’è una grande campana
che è fatta in bronzo
ed è molto antica.

Vicino la campana c’è anche una statua di legno

della Madonna con Gesù bambino.

Questa statua è molto vecchia

ma è in buone condizioni.

Oggi nella chiesa

c'è la confraternita dei Lauretani.

I Lauretani sono una confraternita,

cioè un gruppo di persone religiose

della Chiesa di Santa Maria Della Tomba

che si incontrano per organizzare le feste.

PORTA NAPOLI

Si trova qui: Corso Ovidio, 6

Tanti anni fa
c'erano delle grandi cinte murarie
intorno alla città di Sulmona.

Una cinta muraria è un muro molto alto
costruito intorno una città
che serviva a proteggere le persone
dagli attacchi dei nemici.

Le mura avevano delle grandi porte
per entrare a Sulmona.

Queste porte esistono ancora
e le più importanti sono:

- Porta Bonomini
- Porta di Santa Maria della Tomba
- Porta Filiamabili
- Porta Japasseri
- Porta Manaresca
- Porta Molina
- Porta Napoli
- Porta Pacentrana
- Porta Romana
- Porta Saccoccia
- e Porta Sant'Antonio Abate.

Porta Napoli è la porta più famosa.

Prima il suo nome era Porta Nova
perché era costruita su via Nova.

Oggi si chiama Porta Napoli
perché si trova sulla strada che porta a Napoli.

Porta Napoli

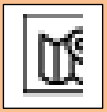
ALTRI LUOGHI DA VISITARE

Vicino a Sulmona ci sono tanti posti da visitare.

In questa guida abbiamo scelto di descrivere la

Badia Morronese.

Badia Morronese



Si trova qui:

Via Badia 28, Badia-Bagnaturo (AQ)

La Badia Morronese
è l'Abbazia di Santo Spirito al Morrone.

L'abbazia è un monastero,
cioè un luogo dove vivono le persone religiose
come, ad esempio, monaci e frati.

Queste persone dedicano la loro vita
alla religione.

L'abbazia è molto grande
ed è formata da una chiesa,
da un monastero e da tre cortili.

Intorno ci sono tante colonne.

La Badia si trova vicino a Sulmona,
sotto la montagna Morrone.

Il frate Pietro da Morrone,
che viveva sull'eremo di Sant'Onofrio,
ha deciso di costruire l'abbazia.

Un eremo è un luogo religioso
molto isolato e difficile da raggiungere,
dove gli eremiti vivono da soli.

L'eremo di Sant'Onofrio
è sulla montagna Morrone.

Pietro da Morrone è diventato papa
con il nome di Celestino V (quinto)
e dopo è stato fatto Santo.

Sotto la montagna Morrone
c'è il tempio di Ercole Curino,
accessibile solo in parte.

PRODOTTI TIPICI DI SULMONA

A Sulmona ci sono alcuni **prodotti tipici**.

I prodotti tipici sono le cose da mangiare famose in una città.

A Sulmona ci sono i **confetti** e l'**aglio rosso**.

Un confetto è un piccolo dolce.

Quelli più famosi sono bianchi con mandorla, zucchero e vaniglia.

A Sulmona c'è la più antica fabbrica di confetti.

L’aglio rosso di Sulmona
è più piccolo e più saporito di quello classico
ed è di colore rosso.
A Sulmona si fanno le **trecce di aglio.**
Una treccia di aglio
è composta da tante teste di aglio
legate tutte insieme.

A Sulmona si possono mangiare
anche tanti prodotti tipici della regione Abruzzo,
come gli **arrosticini**.
Gli arrosticini sono spiedini di carne di pecora cotti
alla griglia.

PARLIAMO DI NOI

Centro Diurno di Anffas Onlus Sulmona

Si trova qui: San Rufino 2

Temporary Anffas

Si trova qui: Via Cornacchiola 14

Un centro diurno è un luogo

dove molte persone si riuniscono

per fare tante cose insieme.

Nelle nostre attività di laboratorio

si fanno tanti lavori a mano.

I nostri progetti più importanti sono

Relativo e **Lavoro Ergo Sum**.

Nel progetto **Relativo**

le persone dipingono su vestiti e borse di stoffa.

Nel laboratorio **Lavoro Ergo Sum**

le persone creano bomboniere

per eventi e cerimonie.

Questi progetti sono molto importanti

per l'inclusione sociale e lavorativa

delle persone con disabilità,

perché con queste attività

le persone con disabilità sono più autonome.

Progetto

Lavoro ergo sum

Progetto

Relativo

Essere più autonomi vuol dire
saper fare tante cose da soli.

Gli oggetti creati
si possono vedere nella sede di Anffas Sulmona
e nel **temporary Anffas**.

Un **temporary** è un negozio
che è aperto per poco tempo,
durante le vacanze di Natale e di Pasqua.

Per conoscere tutte le nostre attività si possono
visitare le seguenti pagine:

- Facebook
https://www.facebook.com/anffas.sulmona
- Instagram
https://www.instagram.com/anffas_onlus_sulmona/
- e Sito internet
www.anffassulmona.it

RINGRAZIAMENTI

L'associazione, l'equipe dei professionisti
e le persone con disabilità di Anffas Sulmona
ringraziano calorosamente chi ha supportato il
progetto:

- la Regione Abruzzo;
- Anffas Nazionale per le correzioni dei testi in linguaggio Easy to Read;
- Il fotografo Angelo D'Aloisio;
- La guida turistica Maria Assunta Ciccarelli;
- La soc. coop. Servizi Turistici Sulmona;
- Hobby Photo Sulmona;
- Web per tutti di Sulmona;
- La Casa Editrice Complexity di Chieti.

NUOVO BAR
ierne per gusto
ARTIGIANALE CAFFETTERIA

GUIDA TURISTICA DELLA CITTÀ DI SULMONA IN LINGUAGGIO EASY TO READ

SULMONA:

UNA CITTÀ PER TUTTI.

La guida turistica

facile da leggere

Abruzzo made in nature, made in Italy

Anffas Onlus dal 1958 la persona al centro SULMONA