ALLA SCOPERTA DELL'ISOLA PIU' BELLA DEL MONDO

infoSardinya

PROMOTION & CONSULTING

ITINERARY · **PERCORSI STRAORDINARI**
IN UN'ISOLA FUORI DAL TEMPO E DALLA STORIA

EVENTS · **TIME IN JAZZ 2019** & MORE

LO SCRIGNO DI SARA · **RACCONTI DAL BLU**

SARDEGNA A TAVOLA · **SAPERE E SAPORI**

VIAGGIO INTORNO AL MONDO
"... E A DIR SARDIGNA LE LINGUE
LOR NON SI SENTONO STANCHE"

foto di copertina:

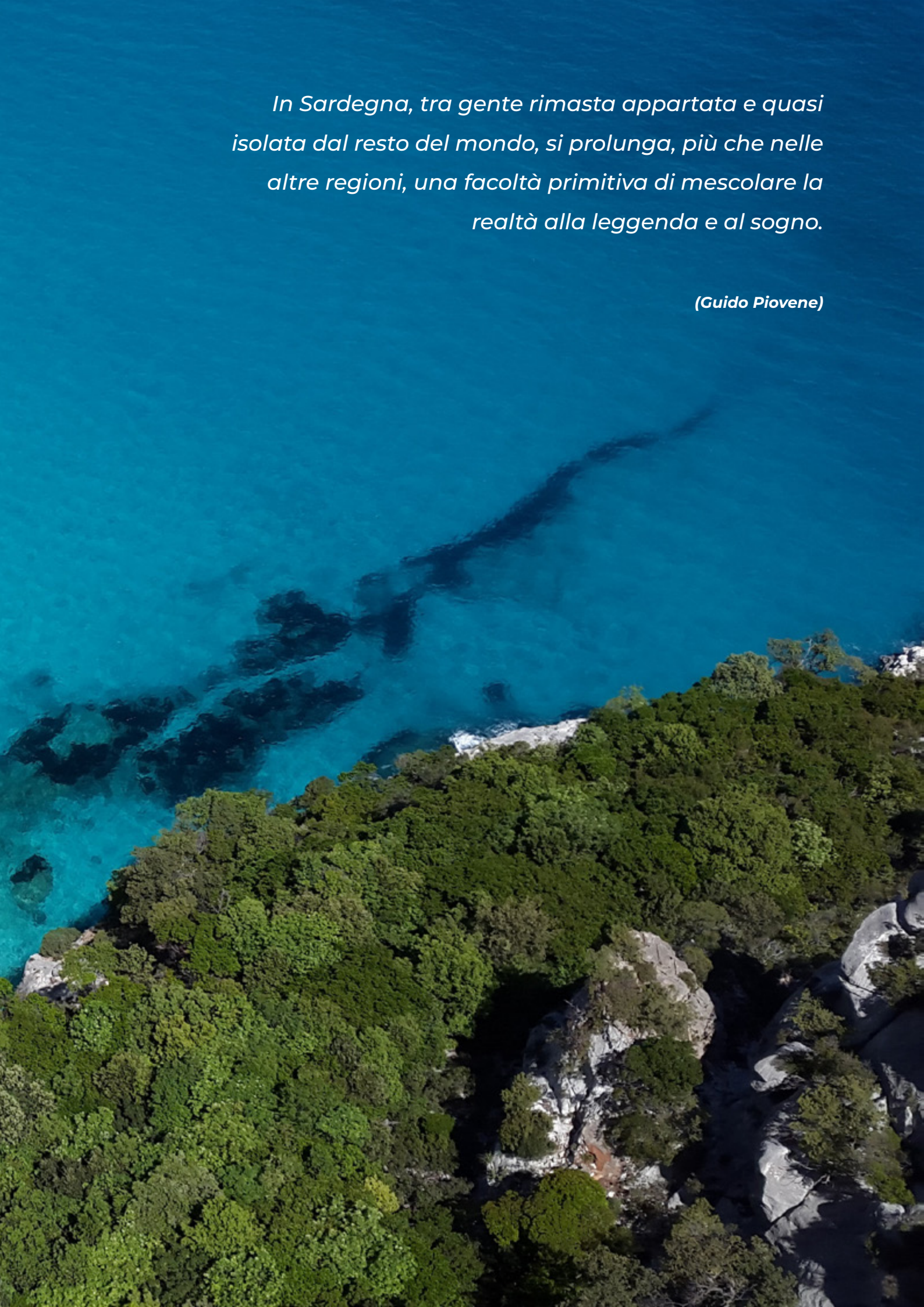
Cala burroni
É una spiaggia che incontriamo all'estremità sud-orientale della Sardegna, tra le spiagge di Villasimius, e più precisamente nella zona di Capo Carbonara

STORYTELLING

TERRITORIO | CULTURA | LIFESTYLE | EVENTI | SPORTS & MORE

In Sardegna, tra gente rimasta appartata e quasi isolata dal resto del mondo, si prolunga, più che nelle altre regioni, una facoltà primitiva di mescolare la realtà alla leggenda e al sogno.

(Guido Piovene)



SOMMARIO:

5 Editoriale
Infosardinya.....inizia qui il viaggio

6 Itinerary
Cosa vedere e dove andare
- Alla ricerca del brindisi perfetto
- Barbagia, da qui la Sardegna rilancia il turismo
- Domus de Janas: Le necropoli sarde
- Pittori e scultori sardi
- Nuraghi: i simboli di un territorio
- Alla scoperta di Alghero: la città dei maestri corallari
- Cagliari segreta: dal castello ai vicoli più suggestivi della città
- Fari, torri e fortini: difendendo l'isola
- La moda in Sardegna da Antonio Marras ai giovani emergenti
- Mont'e Prama: necropoli di giganti o eroi
- Le miniere dismesse
- LaTavolara, il piu' piccolo regno del mondo
- Le grotte della Sardegna
- Escursione nella gola di Gorroppu

56 Le rubriche
- Io Scrigno di Sara

58 Events
Musica
- Time in Jazz 2019

61 Sports & More
Guida alle attività e impianti sportivi
- GOLF: tra natura incontaminata e mare cristallino
- VELA: tra storia e mare incontaminato
- DIVING: alla scoperta di relitti e fondali marini
- TREKKING: Sardegna, il paradiso del trekking
- TENNIS & PADEL: i Club e i migliori circoli
- BIKE: in sella alla scoperta della Sardegna in bike

126 Lifestyle
Tradizioni e Artigianato
- Fiera Regionale Del Cavallo
- Palio Di Fonni
- Fiera Della Tosatura
- Festa di Sant'Efisio
- Il Girotonno
- Artigianto tessile
- Arte Orafa
- Gioielli di Sardegna

138 Sardegna nel Mondo
- Emigrazione sarda, storie di vita nel mondo
- La Sardegna nelle Americhe,
  in Asia
  in Europa
  in Africa
  in Oceania

167 Sardegna a Tavola
- Alla scoperta di sapori e prodotti tipici
- In scena ...sua maestà la pasta!
- Il trionfo dei secondi piatti sardi
- Mille sapori con i contorni
- Dolcezze sarde per ogni occasione

190 Racconti
- Ariel
- Piccolo idillio di fine estate

EDITORIALE

Mettersi in viaggio è qualcosa di più che preparare una valigia e una lista di posti da visitare. E' cercare di entrare in contatto con le radici profonde del posto che ci ospita, è scoprirne l'intensità dei luoghi oltre le apparenze; è apprezzarne la storia, i cibi, i profumi. E' cosi che ci piace pensare al nostro modo di raccontare la Sardegna, che passa attraverso i mille racconti con cui ognuno – alla fine – narra se stesso.

Federico Desiri

Associazione INVESTIRE ALLE CANARIE & INVESTIRE ALL'ESTERO
CF: 92092580643
Arzachena (OT) – localita' Porto Cervo Marina
Residence Bougainvillae
Tel: (+39) 06 92959380
E-Mail : info@infosardinya.it

COLLABORANO CON NOI:

· *Stefania Maffeo (content writer)*
· *Miriam Schinocca (content writer)*
· *Sara Russo (content writer)*
· *Maria Picano (content writer)*
· *Vincenzo Brudaglio (content writer)*
· *Enrica Cavallo Cavallo (content writer)*
· *Cristiano Collina (web & graphic designer)*
· *Andrea Farini (Programming Support)*

ALFACOM
Concessionario per la pubblicità in Italia

Itinerary

La Sardegna non è solo mare. Innegabilmente ne costituisce la parte meravigliosa sorprendente ed essenziale, ma non si può ignorare l'impronta lasciata da civiltà preistoriche disseminata in ogni dove con i nuraghi o quella lasciata dalla dominazione spagnola che si respira ancora in molte città, soprattutto ad Alghero e a Cagliari. Alcun tour virtuale potrà mai riuscire a simulare l'emozione e i profumi che si sprigionano visitando l'Isola. E allora vale la pena essere avvolti da questa magia, solcando mari o percorrendo strade, inebriati da una storia senza fine. Quando credi di essere arrivato di fronte all'Infinito, un'altra porta si staglia all'orizzonte: le chiavi di accesso sono a portata di mano.

Cosa vedere e dove andare

"E a dir di Sardigna le lingue lor non si sentono stanche". Così Dante apostrofava i sardi nel XXII canto dell'Inferno della Divina Commedia, quasi stesse descrivendo l'innata abitudine degli abitanti dell'Isola di parlare della loro terra natia ovunque si trovino. Ed è da qui che ci si avvicina alla scoperta di questa meravigliosa isola

IN VIAGGIO TRA LUOGHI SPIAGGE E TRADIZIONI

DI FEDERICO PESIRI

Tra i luoghi da non perdere certamente inseriamo la **Costa Smeralda** : è un mondo a parte, dove la cura del particolare dona al paesaggio un'armonia tale da sorvolare sull'innegabile lusso che caratterizza la zona.

Porto Cervo e **Poltu Quatu**, ma anche le adiacenti zone di **Porto Rotondo** e **Baja Sardinia**, meritano assolutamente una visita.

E' consigliata l'ora dell'aperitivo con un giro tra i negozi per vedere poi al tramonto mille luci che si accendono sulla costa e lungo le pendici dei monti.

Incantevoli qui sono le spiagge del Pevero, Romazzino con la Baia del Principe (indicata tra le 100 spiagge più belle al mondo) e Capriccioli, racchiuse nel giro di una ventina di km, che rappresentano autentici gioielli.

Un po' più a nord, proseguendo sulla litoranea Cannigione-Palau ci si imbarca per l'**Arcipelago della Maddalena**, altro paradiso costellato da una miriade di spiagge e luoghi d'interesse storico: **Caprera** , ultima dimora di Giuseppe Garibaldi. Conviene fare un giro in barca, per non perdere le isole di Spargi e Budelli passando per il Manto della Madonna.

In direzione diametralmente opposta, situata a nord ovest dell'Isola, la spiaggia de **La Pelosa a Stintino** – di fronte all'Asinara – pur se piuttosto affollata, merita senz'altro una visita. Scendendo, pochi km più a sud della costa nord occidentale – a circa 55 km – vale la pena fermarsi ad **Alghero**, città in cui è possibile percepire ancora il forte influsso catalano legato alla dominazione spagnola durante il Regno d'Aragona nel XIV secolo.

Passeggiando tra i vicoli e le mura di cinta si arriva alla Cattedrale di Santa Maria Immacolata, risalente al XVI secolo, la cui lunga durata per la sua edificazione ha comportato un'interessante commistione di stili con prevalenza del gotico catalano.
Questa è anche la patria dell'oro rosso , non a caso siamo nella **Riviera del Corallo**: straordinari artigiani lo lavorano abilmente creando gioielli di rara manifattura.

ITINERARY

Ad **Alghero** sorge poi il più esteso complesso di grotte sepolcrali preistoriche della Sardegna settentrionale, traccia evidente di un sentimento già molto intenso legato al culto dei morti: 38 tombe sparse nella valle e scavate nell'arenaria, risalenti a circa cinquemila anni fa (3200-2800 a.C.).

Inevitabile da qui un salto al mare alla spiaggia delle Bombarde e a quella del Lazzaretto poste nelle adiacenze. Sono spiagge amate dalle famiglie perché, oltre alla incredibile bellezza dei luoghi, hanno fondale basso e sono attrezzate.

Se invece tira vento riparatevi nella spiaggia di Mugoni, una meravigliosa baia posta di fronte a Capo Caccia con retrostante pineta (ad appena 10 minuti da Alghero, raggiungibile anche in autobus).

Con un salto ci spostiamo più giù andando nella zona sud orientale: **Costa Rey- Villasimius- Chia- Teulada**. Ciascuna di queste località ha un innumerevole quantità di cale, tutte di straordinaria bellezza , per cui vi è l'imbarazzo della scelta.

Segnaliamo la Domus de Maria (Chia), Porto de S'Illixi a Muravera , Punta Molentis e Porto Giunco a Villasimius .

Dietro la bella spiaggia di Torre Salinas c'è l'omonimo stagno, che in alcuni periodi dell'anno- di solito a primavera- si colora di rosa grazie alla presenza dell'artemia salina, piccolo crostaceo rosa-arancio che si nutre di un'alga con pigmenti arancioni colorando l'acqua delle saline; a fare da pendant con l'ecositema troviamo i fenicotteri rosa.

Imperdibili, nella Sardegna Orientale – a sud di Olbia – le spiagge del **Golfo di Orosei**, partendo da **Cala Gonone** con imbarco per **Cala Mariolu**, **Cala Sisina**, **Cala Biriola** e **Cala Goloritzé** (patrimonio Unesco). D'obbligo la visita alle **Grotte del Bue marino**. **Oasi di Bidderosa (Orosei)**.

Poco a nord di Orosei, a sud di Olbia e da questa distante cinquanta km, c'è il Parco Naturale di Bidderosa, con 800 ettari di natura incontaminata.

Cinque bellissime calette premiano il visitatore che ha fatto un bel percorso a piedi...o con la più comoda navetta a pagamento. L'accesso con macchine e moto è limitato e a pagamento. L'oasi confina a nord con la splendida spiaggia di Berchida .

E poi, in ordine sparso , segnaliamo solo qualche altra spiaggia perché sono tantissime e meritano tutte.

In provincia di **Oristano**, nell'area protetta del Sinis, a circa un'ora da Cagliari e incastonata tra suggestive formazioni rocciose ma facile da raggiungere in auto, **Is Aruttas** , nota come la spiaggia dei chicchi di riso, è una delle più caratteristiche della Sardegna per la sua sabbia, composta da granito porfirico e non da roccia calcarea, per cui piccolissimi granelli di quarzo variopinti la punteggiano allegramente.

Ed ancora: **la spiaggia di Ampurias** nella località di **Castelsardo in provincia di Sassari** , quella di **Rena Bianca a Santa Teresa Gallura**, e poi la spiaggia di **Cala Brandinchi**, situata a circa 7 chilometri a nord di **San Teodoro**, conosciuta come "**Little Tahiti**" per immaginabili motivi! E poi la spiaggia del **Poetto a Cagliari**, che non è da meno a tutte le precedenti.

Terra di forti tradizioni, la Sardegna mantiene viva la sua identità anche attraverso valori secolari che trovano la loro massima espressione in alcune manifestazioni sacre, veri e propri eventi.

Sacralità e spettacolo, sentimento religioso e passione , suggestione e misticismo connotano il 14 agosto a **Sassari** la Discesa dei Candelieri, una processione danzante al ritmo di tamburi con grandi colonne di legno che rappresentano i ceri votivi che ogni anno si rinnovano nei confronti della **Madonna dell'Assunta**, che nel 1592 liberò la città dalla peste.

Dal 2013 è stata inserita nel patrimonio orale e immateriale dell'umanità dell'Unesco. Altro evento-simbolo dell'Isola è la **Sagra del Redentore di Nuoro** che si tiene a fine agosto, con una fiaccolata che parte dalla città e giunge al monte Ortobene, sulla cui sommità si trova la statua del Cristo.

In questa occasione (a dire il vero la settimana prima) **la Barbagia** si tinge di colori e folclore e diviene il punto di incontro di decine di migliaia di persone per ammirare i costumi e le tradizioni che il popolo sardo in mille modi diversi riesce ancora a mantenere intatti .

Alla ricerca del **brindisi perfetto**

di Stefania Maffeo

La Sardegna è certamente uno dei luoghi più incantevoli d'Italia, non solo per le meraviglie naturali che si trovano sull'isola, ma anche per le sue ricche tradizioni, che si trovano anche nell'antico patrimonio gastronomico, unitamente al vino, che in questa terra rappresenta un importante elemento di identità e di storia.

"Il vino è un composto di umore e luce" soleva ripetere Galileo Galilei. L'isola è da sempre una delle regioni a maggiore produzione vinicola, grazie ad un clima ideale e ad un territorio vasto, che ha consentito un habitat favorevole per la coltura della vite, una storia antica che ancora oggi è capace di sorprendere. Dai vini bianchi fino ai rossi, un percorso enologico che passa anche per le altre tipologie e, fra queste, autentiche rarità, come la Malvasia di Bosa e la Vernaccia di Oristano. Tra gli altri vini più significativi della Sardegna vanno ricordati quelli a base di Vermentino, l'uva bianca più celebre dell'isola, unica DOCG regionale (1996), ed il Cannonau tra le uve rosse, anche se recentemente stanno salendo alla ribalta altri due vitigni: Carignano e Bovale.

Il patrimonio viticolo della Sardegna va ben oltre questi esempi, che rappresentano solo le varietà più conosciute fuori dalla regione. In Sardegna ve ne sono moltissime di uva autoctone, molte di queste originariamente introdotte dagli Spagnoli, anche se dopo secoli di mutazioni ed adattamento nel territorio, si considerano a ragione come uve tipiche della regione. Le zone a maggiore impianto sono la Gallura, in provincia di Sassari; l'Arborea, in provincia di Nuoro, ed il Campidano, la più vasta pianura regionale, nelle province di Cagliari ed Oristano.

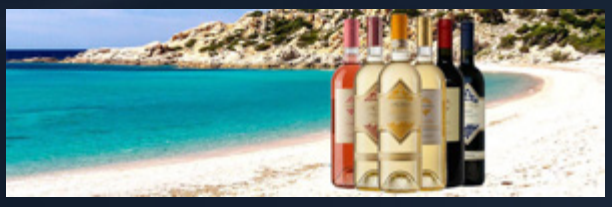
Ad ogni modo per scoprire, attraverso interessanti itinerari, i segreti dell'antica tradizione enologica sarda non si può che partire da Sassari ed attraversare le terre della Nurra e di Alghero per poi ridiscendere lungo la costa fino ad arrivare a Bosa. Durante il percorso si può apprezzare il celebre Moscato Doc della zona di Sorso-Sennori, mentre nei territori circostanti il comune di Alghero spicca il pregiato Torbato, di origine catalana e prodotto in quantità assai limitata, data l'estrema delicatezza del vitigno. Questo itinerario si conclude al confine di Oristano con la Malvasia di Bosa, profumatissimo vino liquoroso che si sposa perfettamente con i tipici dolci sardi al punto da fare concorrenza al più famoso mirto sardo, il liquore caratteristico dell'isola che si ottiene dall'infusione delle bacche (mirto rosso) e delle foglie (mirto bianco) dell'omonima pianta.

Tutto il paesaggio nella parte nord-orientale dell'isola incornicia le vigne del Vermentino di Gallura DOCG che ne fa da protagonista.
È un territorio particolarmente importante anche dal punto di vista archeologico in quanto ricca di nuraghi, tombe dei giganti, ed inoltre antiche chiese risalenti all'epoca medioevale. In particolare il territorio di Monti è ricco di emergenze archeologiche, architettoniche ed ambientali di grande interesse.

A tal proposito sono da segnalare i resti del Taerra da cui prende il nome il Vermentino della **Cantina Tani.** Il paese, incastonato tra gli altipiani dei Monti Acuto e Limbara, è ricco di antiche chiese campestri ed il suo territorio regala suggestivi paesaggi in un alternarsi di boschi di sugherete, sottobosco di macchia mediterranea, vigneti e conformazioni granitiche uniche.

Il secondo itinerario attraversa le suggestive terre di Tempio Pausania, ai piedi del Limbara: terra selvaggia ed affascinante, costellata di massi di granito modellati dal vento, di imponenti sughere dai tronchi sanguigni, sabbie candide ed acque cristalline che dal blu più intenso sfumano al verde smeraldo. La Gallura trova le radici del proprio nome nel gallo dello stemma pisano dei Visconti, primi signori del Giudicato. Lo stesso gallo che dal 1956 identifica i vini pregiati della **Cantina Gallura**, che ha raccolto in sé la secolare tradizione dei viticoltori dell'alta Gallura.

Vigne Surrau si trovano comune di Arzachena, in provincia di Olbia-Tempio, città attorno al quale è nata la Costa Smeralda, nella parte nord-orientale dell'Isola, simbolo di lusso, mondanità e turismo d'élite. L'azienda riserva vini caratterizzati dal giusto tenore zuccherino ed alcolico e da buona acidità fissa, la quale contribuisce ad esaltarne i profumi ed a mantenerli nel tempo. Nello stesso territorio insiste la **Cantina Capichera**, una realtà vitivinicola che sorge incastonata fra le rocce granitiche della Gallura, in uno scenario naturale unico e di grande fascino che gronda di importanti ed antiche tradizioni, tutte da sperimentare.



Olbia, invece, significa **Cantine Piero Mancini**, una tappa imperdibile alla scoperta delle vigne coltivate in quattro aree della splendida Gallura: Balajana, Scolombrino, Montelitu e Ciabattu.

Altro affascinante itinerario è quello che si muove nell'Ogliastra e, attraversando tutto il territorio alle spalle del Golfo di Orosei, giunge fino al Supramonte ed alle pendici del Gennargentu. La zona è celebre per la produzione del Cannonau di Sardegna, il più conosciuto dei vini sardi, dal sapore caldo e robusto e dal colore rosso rubino; degni di nota anche il Sardegna Semidano ed il Nepente di Oliena, rosso robusto le cui benefiche virtù furono addirittura decantate da Gabriele D'Annunzio. Numerosi celebri vini doc si possono, poi, degustare nei comuni dell'entroterra di Oristano: da Abbasanta a Ghilarza, da Sorgono a Laconi, da Barumini a Mogoro. In queste affascinanti località la fanno da padrona il Vernaccia di Oristano, dal colore giallognolo, dal sapore gradevole e dalla elevata gradazione; il Mandrolisai, nelle diverse varianti rosso, rosso superiore e rosato ed il Monica di Sardegna, da gustare soprattutto quando è ancora giovane.

Per apprezzare appieno i tradizionali vini isolani occorre, però, spingersi fino all'entroterra cagliaritano, percorrendo l'itinerario che dal capoluogo porta a Decimomannu e da qui

Alla ricerca del **brindisi perfetto**

giunge fino a Castiadas dopo aver toccato Monastir, Dolianova e Quartu Sant'Elena. In queste zone sorgono eccellenti vitigni che danno vita a molti vini regionali ed a diversi doc come il Nasco, ottimo come aperitivo e da dessert; il Nuragus, uno dei più diffusi vini bianchi sardi e la Malvasia di Cagliari che ben si accompagna ai dolci.

L'ultimo itinerario attraversa la straordinaria terra del Sulcis, toccando il comune di Iglesias, le Isole di Sant'Antioco e di San Pietro, giungendo fino alle lussureggianti colline distese fra Tratalias e Teulada. Luoghi di straordinaria bellezza dai cui vigneti prendono vita l'ottimo Carignano del Sulcis e l'Igt Valli di Porto Pino. Nel Basso Sulcis si trova **Agricola Punica**, che produce vini Igt Isola dei Nuraghi, in riferimento alle antiche torri di pietra costruite dalla civiltà nuragica presente nell'isola dal periodo neolitico fino al 238 a.C., quando la Sardegna è passata sotto l'Impero Romano.

La **Cantina Su'entu** si trova a pochi chilometri dal comune di Sanluri, una città che custodisce un'antichissima tradizione agricola inserita nella Marmilla, un territorio antico, costellato di insediamenti preistorici, punto di riferimento economico e strategico fin da epoche lontanissime. Lo stesso toponimo sanluri deriva dalle parole ***logu de lori***, il posto del grano: un evidente omaggio alla fertilità del terreno che ne faceva, ieri come oggi, un luogo ideale per tutti

i tipi di coltivazione.

Delle chicche da non perdere per gli amanti del turismo enologico sono sicuramente il **Museo del Vino** e la **vite più vecchia d'Europa**.
Primo museo multimediale enoico in Italia si trova a Berchidda (Sassari) e consente ai visitatori di compiere un viaggio alla scoperta della cultura enoica attraverso giochi interattivi, strumenti audiovisivi ed un vero e proprio sommelier virtuale.

Gli oggetti esposti testimoniano l'evoluzione della viticoltura e della vinificazione nel corso dei secoli: vasche per la pigiatura e la fermentazione, fondi di torchio finemente scolpiti, recipienti in granito per raccogliere il mosto. Intorno al museo si estende infine un vigneto didattico immerso nel verde della macchia mediterranea.

La vite più vecchia d'Europa si trova a Mandas (Cagliari) e costituisce un pezzo di storia dell'antico paese ducale. È localizzata nel cortile della casa colonica Dejana, dove fu impiantata nel 1860. Si tratta di un ceppo su piede europeo alto quattro metri, che ogni anno produce almeno cento chilogrammi di un'uva denominata "galoppo".

Se beviamo con temperanza e in piccoli
sorsi il vino stilla nei nostri polmoni
come la più dolce rugiada del mattino

Socrate (470 a.C./469 a.C. – 399 a.C.)

Degustando i vini della sardegna

CLICCA QUI QUANDO SEI ONLINE PER INTERAGIRE CON NOI

Gusti forti e Sapori decisi

CANTINA TANI

Cantina Tani - Agriturismo il Vermentino
Loc. Conca sa raighina - 07020 Monti (OT)
Tel. +39 335472221
Angelica Tel. +39 3386432055 - Roberta Tel. +39 3355346778
Email: info@cantinatani.it
Internet: https://www.cantinatani.com

COMPRA I VINI DELLA CANTINA TANI

Attualmente producono 4 etichette

Nel **2008**, anno di fondazione della Cantina, sono nati:

- il **Taerra** (Vermentino di Gallura DOCG Superiore)

- il **Serranu** (IGT isola dei nuraghi).

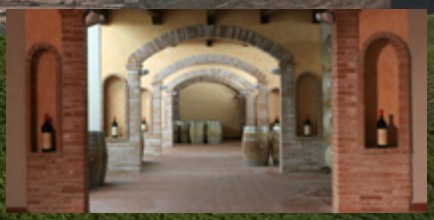
Successivamente, nel **2012**, hanno iniziato a produrre:

- il **Meoru** (Vermentino di Gallura DOCG)

- il **Donosu** (Cannonau di Sardegna DOC).

AGRICOLA PUNICA

Agricola Punica spa
09010 Santadi - Loc. Barrua
Tel. +39 0781 941012 Fax : +39 0781 953149
Email: info@agripunica.it
Internet: http://www.agripunica.it



Attualmente produce due grandi vini rossi, Barrua e Montessu, ed un ottimo vino bianco chiamato Samas

Questi tre vini sono classificati IGT Isola dei Nuraghi e provengono prevalentemente da uve tipiche del Sulcis.

La qualità delle uve a bacca rossa nel Sulcis, è eccellente non solo per colore, ma anche per la struttura, e la ricchezza alcolica del vino ottenuto, ma soprattutto per la morbidezza dei suoi componenti estrattivi: dai tannini al patrimonio acidometrico sempre contenuto ed elegante e per la souplesse dei suoi componenti di rilievo.

CANTINA GALLURA

Cantina Gallura
Via Val di Cossu, 9 - 07029 Tempio Pausania (OT)
Tel. +39 079 631241 - Fax +39 079 671257
Email: info@cantinagallura.com
Internet: http://www.cantinagallura.net

Ai piedi del Limbara, la cantina ha raccolto in se la secolare tradizione dei viticoltori dell'alta Gallura

Già noti nell'ottocento anche oltre i confini isolani per la produzione di un moscato di eccellenza. I rigorosi sistemi di selezione, i moderni processi di vinificazione e di affinamento in botte o in barrique, danno vita a vini di alto livello qualitativo con caratteristiche organolettiche in sintonia con l'evoluzione del gusto e le esigenze dei consumatori.

VIGNE SURRAU

Surrau società agricola
S.P. Porto Cervo Arzachena Km 1,
07021 Arzachena (OT)
Tel.+39 0789 82933
Fax +39 0789 81096
Email: info@surrau.it
Internet: http://www.vignesurrau.it

La valle di Surrau accoglie le nostre viti

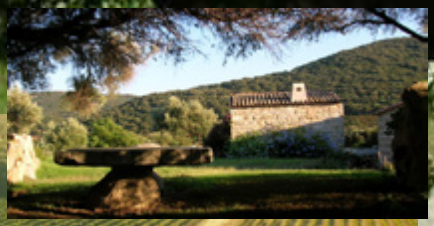
Le varietà prodotte sono il Vermentino, il Cannonau, il Carignano, il Muristellu ed il Cabernet Sauvignon. I vini prodotti, ambasciatori della terra di Gallura nel mondo, ne esaltano con le loro caratteristiche i profumi ed i sapori.

Qui, dove la natura imita l'arte nelle forme eclettiche dei graniti modellati dal vento, l'uomo coglie i frutti migliori e li trasforma in splendidi vini.

PIERO MANCINI

Cantina delle Vigne di Piero Mancini Srl
Via Madagascar 17 – Z. Ind. Sett. 1 – 07026 Olbia (OT)
Tel. +39 0789 50717 / +39 0789 51927 / +39 0789 53380
Fax (+39)078950717
Email: info@pieromancini.it
Internet: https://www.pieromancini.it

PIERO MANCINI



TRA I GIGANTI DI GRANITO
La Gallura, il palcoscenico delle nostre vigne

Le nostre vigne sono situate in Gallura, nell'angolo nord orientale della Sardegna. Tra giganti di granito e querce secolari le nostre uve crescono scaldate dal sole d'estate e accarezzate dal vento di maestrale che contribuisce a mantenere un microclima dove i vitigni trovano la loro perfetta ambientazione.

Qui alleviamo le nostre uve: il Vermentino di Gallura, unica DOCG della Sardegna, il Moscato di Gallura DOC, il Cannonau di Sardegna DOC, il Merlot, il Cabernet, il Pinot e lo Chardonnay.

CAPICHERA

CAPICHERA
Strada Arzachena/S.Antonio Km 4 (OT)
Tel.+39 0789 80800
Email: info@capichera.it
Internet: https://www.capichera.it

NULLA È PIÙ INTIMO E PROFONDO CHE RACCOGLIERE I FRUTTI DELLA PROPRIA TERRA

Capichera è una realtà vitivinicola italiana che sorge in un angolo della Sardegna, incastonata fra le rocce granitiche della Gallura, ad Arzachena, in uno scenario naturale unico e di grande fascino che gronda di importanti e antiche tradizioni.
Molti critici autorevoli del settore affermano, tutt'oggi, che la storia di Capichera è la storia del Vermentino di qualità.

CANTINE SU'ENTU

Cantine Su'entu
S.P. 48 Km 1,8 (Strada Sanluri-Lunamatrona) 09025 Sanluri (CA)
Cantina +39 (070) 935 71 206 - Enoteca +39 (070) 935 71 235
Email: info@cantinesuentu.com
Internet: http://www.cantinesuentu.com

PALCOSCENICO DELLA STORIA DI SARDEGNA

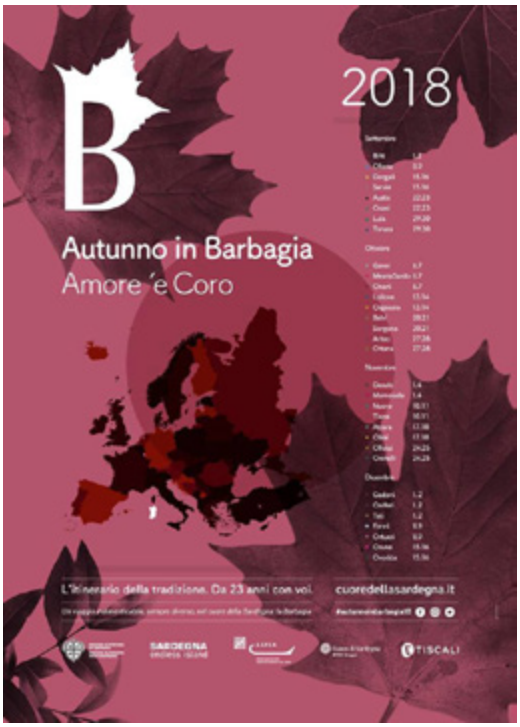
L'azienda Su'entu si trova a pochi chilometri da Sanluri in località Nuraxi Pusceddu e si sviluppa per 50 ettari di superficie di cui 32 coltivati a vite. La zona, prevalentemente collinare, vanta una lunga tradizione di coltivazione della vite.

Nelle vigne si contano circa 160.000 barbatelle coltivate in modo completamente automatizzato con palificazione e ala gocciolante con sistema goccia a goccia.

TIPOLOGIE DI UVE IMPIANTATE:
VERMENTINO CANNONAU MONICA CHARDONNAY
CAGNULARI BOVALE MERLOT FALANGHINA SIRAH

BARBAGIA
DA QUI LA SARDEGNA RILANCIA IL TURISMO

di Miriam Schinocca



“CORTES APERTAS”
Autunno in Barbagia

Si è da poco conclusa la 23° edizione dell’iniziativa “Autunno in Barbagia”, nata ad Oliera nel 1996 con il nome originario “Cortes apertas” e poi diffusasi in altri Paesi.

In totale sono 32 i comuni dell’isola che vi partecipano, aprendo le proprie “cortes”, ovvero i cortili tipici delle case sarde per far conoscere ai turisti le tradizioni, i suoni e i sapori di una terra tutta da scoprire: dal pane carasau, preparato negli antichi forni a legna alla pasta lavorata a mano passando per l’artigianato, dalla storia millenaria alla cultura dei territori, in un paesaggio incantato e misterioso tra nuraghi e case delle fate.

Una iniziativa promossa per combattere lo spopolamento dei piccoli centri dell’entroterra sardo ed estendere il turismo, oltre a quello prettamente stagionale, creando così un ponte tra l’estate e l’autunno.La stagione autunnale è un appuntamento ormai irrinunciabile considerando che l’edizione passata ha visto la partecipazione di 25 mila presenze.

A fare da cornice è il tema di ogni edizione, anch’esso scelto con cura e attenzione per spingere il grande pubblico nel cuore più profondo della Sardegna: per l’edizione passata, la scelta è ricaduta su “Amore ‘e coro”, un omaggio alla poesia “A Diosa” di Salvatore Sini scritta nel 1915, opera canora simbolo della Sardegna.

Non solo “Autunno in Barbagia”, ma diverse sono le iniziative destinate a fare da traino per il turismo della Regione (quest’ultimo definito nel Report di UnionCamere “il più significativo volano per favorire la ripresa economica della Sardegna” volte a promuovere uno stile di viaggio più di nicchia, dal carnevale barbaricino alle Botteghe d’arte Su Gologone, ospitate nelle vecchie scuderie, che raccolgono il meglio della produzione di artisti e artigiani locali, dai ricami e tessuti alle ceramiche, dagli oggetti in legno a quelli in ferro battuto.

Particolare e Inconfondibile.

ESPRESSO

PELLINI TOP

Arabica 100%

Ogni giorno
un espresso da sogno.

IL MEETING
È AL PIANO TERRA,
QUERCIA A DESTRA.
GOLIA
Herbs Limone
ERBE OFFICINALI
CON VITAMINA C
SENZA ZUCCHERO
CARAMELLE ALLE ERBE DALLA NATURA
Cambia prospettiva.
RESPIRA GOLIA®

Risalgono a circa 4 mila anni fa le "Domus de Janas" - letteralmente "case delle fate" - presenti sull'isola. Tipiche della Sardegna pre-nuragica, si tratta di costruzioni scavate nella roccia, sia in superficie che ipogeiche, cioè scavate sottoterra, disposte in modo isolato o l'una accanto all'altra a formare delle vere e proprie necropoli, agglomerati di tombe che potevano ospitare fino a 100 corpi.

Secondo la leggenda, le Janas sono donne dal carattere lunatico, streghe (da qui anche il nome "domus de rogas") e fate allo stesso tempo, a volte buone altre meno. Erano molto minute e questo permetteva loro di vivere nelle Domus.

Gli archeologi sostengono che le prime Domus de Janas siano state scavate nel Neolitico, durante il periodo in cui sull'isola si sviluppò la cultura di San Ciriaco; poi con la cultura di Ozieri si diffusero in tutta la Sardegna. Esse continuarono ad essere utilizzate nel tempo fino alla dominazione romana.

Nelle culture primitive, il culto dei morti è sempre stato molto importante e si credeva nella rinascita dopo la morte. La tradizione dell'inumazione vuole infatti che, seguendo particolari riti, il defunto venisse trasferito da quella che era la sua casa abituale ad un'altra casa, la domus, secondo il principio di continuità eterna dell'essere umano.

Non a caso, all'interno di quelle più recenti spesso si trovano elementi tipici delle case come pilastri, travi del tetto, sedili e focolari; accanto alle salme, inoltre, venivano disposti oggetti d'uso comune, il cosiddetto corredo, e non poteva mancare il cibo per il viaggio ultraterreno. I corpi venivano, infine, pitturati di ocra rosso, colore che simboleggiava il sangue che avrebbe riportato il defunto alla vita.

Ad oggi ne sono state scoperte circa 2.400 e molte rimangono ancora da scavare.
Segnaliamo soprattutto la "Domus de Janas" a Sedini, conosciuta come la Cattedrale delle Domus per via della sua imponente struttura che nel tempo è stata utilizzata come prigione, luogo di ricovero per animali, come sede di partiti e addirittura come abitazione privata.
Il Museo Tradizioni Etnografiche dell'Anglona Domus de Janas è aperto nei seguenti orari:

DAL 15 OTTOBRE AL 30 APRILE:
Dal Lunedì al Venerdì: Aperto su prenotazione
Sabato e Domenica: 10:00 - 13:00
(Su prenotazione, per eventuali visite in date ed orari in cui non è svolto il servizio).

DAL 1° MAGGIO AL 30 GIUGNO:
Tutti i giorni dalle 10:00 alle 13:00 e dalle 15:00 alle 18:00

DAL 1° LUGLIO AL 14 OTTOBRE:
Tutti i giorni dalle 10:00 alle 13:00 e dalle 15:00 alle 19:00

Costi dei biglietti:
2,50 € Intero
2,00 € Ridotto
4,00 € Visita con laboratorio didattico
8,00 € Visita con escursione guidata

PITTORI E SCULTORI SARDI

di Miriam Schinocca

UN VIAGGIO TRA PINACOTECHE E CATTEDRALI ALLA RICERCA DEGLI ARTISTI DEL SEICENTO E SETTECENTO

L'intera pittura sarda tardo-medievale è influenzata dal Retablo, forma pittorica tipica dell'area Aragonese-Catalana. In Sardegna se ne conservano ampie tracce proprio perché l'isola, per circa tre secoli, fu sotto il governo spagnolo.

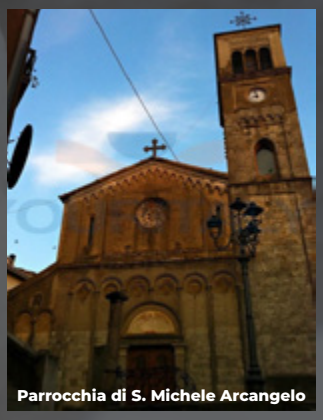
La parola retablo viene dal latino "retro tabula" che significa "dietro la mensa dell'altare": il retablo è, infatti, una pala d'altare a diversi scomparti pittorici, una grande struttura lignea che veniva disposta dietro l'altare.
Ciascuna parte del retablo era dipinta e decorata: i soggetti erano sempre sacri e riguardavano la vita dei santi oppure episodi della vita di Gesù.

Tra XV e XVI secolo, la pittura sarda si distingue per la nascita della scuola di Stampace, il cui nome deriva dal quartiere Stampace di Cagliari, che ospitava numerose botteghe di artisti e artigiani. Esponenti principali furono i pittori della famiglia Cavaro, da Pietro a Michele.
Alcuni tra i retabli più antichi possono essere ammirati alla Pinacoteca Nazionale di Cagliari. Una visita è d'obbligo per rendersi conto dell'evoluzione del genere artistico dalla scuola ispano-sarda fino alla cosiddetta scuola sarda propriamente detta che comprende la scuola di Stampace, Antioco Mainas e altri.

La Pinacoteca osserva i seguenti orari:
Dal martedì alla domenica: 9.00 – 20.00
(orario chiusura biglietteria 19.15).
Lunedì è giorno di chiusura.

Ticket:
Biglietto intero 4,00 €
Biglietto ridotto 2,00 €
Biglietto cumulativo 9,00 €
(Museo Archeologico e Spazio San Pancrazio)
Biglietto cumulativo ridotto 4,50 €

Pinacoteca Nazionale di Cagliari


Parrocchia di S. Michele Arcangelo

Tra il '600 e il '700 operarono soprattutto Bartolomeo Castagnola, Domenico Conti e Giuseppe Deris, per il resto la pittura seicentesca di buona qualità è tutta di importazione.Per quanto concerne la scultura, all'interno della Parrocchia di S. Michele Arcangelo ad Aritzo (NU) sono di qualche pregio una statua lignea seicentesca raffigurante S. Cristoforo e un gruppo scultoreo intagliato policromo degli inizi del '700 rappresentante la Pietà.

Apertura al pubblico:
lunedì-domenica 10-12, 16-18;
i giorni e gli orari di apertura possono subire variazioni. L'ingresso è gratuito

PITTORI E SCULTORI SARDI

UN VIAGGIO TRA PINACOTECHE E CATTEDRALI ALLA RICERCA DEGLI ARTISTI DEL SEICENTO E SETTECENTO

Datato 1676 è l'arazzo marmoreo del Mausoleo di Martino d'Aragona il Giovane, che occupa l'intera testata nord del transetto del Duomo di Cagliari.

Orario apertura cattedrale
Feriali: ore 08,00 - 13,00 / ore 16,00 - 20,00
Festivi: ore 08,00 - 13,00 / ore 16,30 - 20,30
Testimonianza della scultura del 1700 sono soprattutto gli altari lignei barocchi di gusto spagnolo, intagliati e dorati, che si diffondono in molti centri dell'isola.

Arazzo marmoreo del Mausoleo di Martino d'Aragona il Giovane

Chiesa di Santa Maria di Betlem a Sassari

Degni di nota sono i retabli che arredano la Chiesa di Santa Maria di Betlem a Sassari, alcuni dei quali eseguiti da Antonio Contena. Lo stesso Contena eseguì, in parte, il Retablo di Sant'Antonio Abate nel Duomo di Castelsardo.
La chiesa è accessibile compatibilmente con gli orari delle funzioni religiose

Uno dei massimi esempi della scultura settecentesca è il rococò. In Sardegna, un esemplare particolare è costituito dalla Chiesa e il monastero del Carmine di Oristano. Insieme, costituiscono un unico fabbricato di stile barocco realizzato tra il 1776 e il 1785. L'opera è attribuita all'architetto piemontese Giuseppe Viana.

Chiesa e il monastero del Carmine di Oristano

NURAGHI

I SIMBOLI DI UN TERRITORIO

di Miriam Schinocca

Sono oltre 7000 i Nuraghi che costituiscono gran parte dell'area archeologica della Sardegna, costruzioni in pietra dalla forma a tronco di cono, uniche nel loro genere e sparse in tutta l'isola.

Queste costruzioni megalitiche sono ancora in piedi e stabili grazie ad una distribuzione dei pesi ben studiata, nonostante l'evidente assenza di materiale legante.

Dopo numerosi usi impropri delle pietre a scopi edili, solo nel 1997 i Nuraghi sono stati riconosciuti dall'Unesco Patrimonio dell'umanità.Lontani dal mare, sono icone di un paesaggio suggestivo e misterioso, mai banale.
Tanti sono, infatti, i misteri attorno alla civiltà che li ha edificati e alla loro funzione.

Le datazioni ufficiali del periodo nuragico derivano principalmente dalle ricerche dell'archeologo Giovanni Lilliu, massimo conoscitore della civiltà nuragica, secondo il quale risalirebbe all'età del bronzo.
Somigliando a delle vere e proprie case-fortezza, le ipotesi più accreditate ritengono che l'uso fosse prevalentemente militare, di controllo e difesa del territorio; altri studi, invece, propendono per una funzione religiosa, finalizzati cioè a dare sepoltura ai morti. Nuova è la tesi che attribuisce ai nuraghi una funzione astronomica poiché disposti secondo precisi allineamenti con gli astri.

Orari di apertura:
Gen - Apr: 9 - 17 / 17.30
Mag - Ago: 9 - 20 / 20.30
Sett - Ott: 9 - 19.30 / 18.30
Nov - Dic: 9 / 17

Per visitare il Sito ufficiale:
http://www.fondazionebarumini.it/it/area-archelogica-su-nuraxi

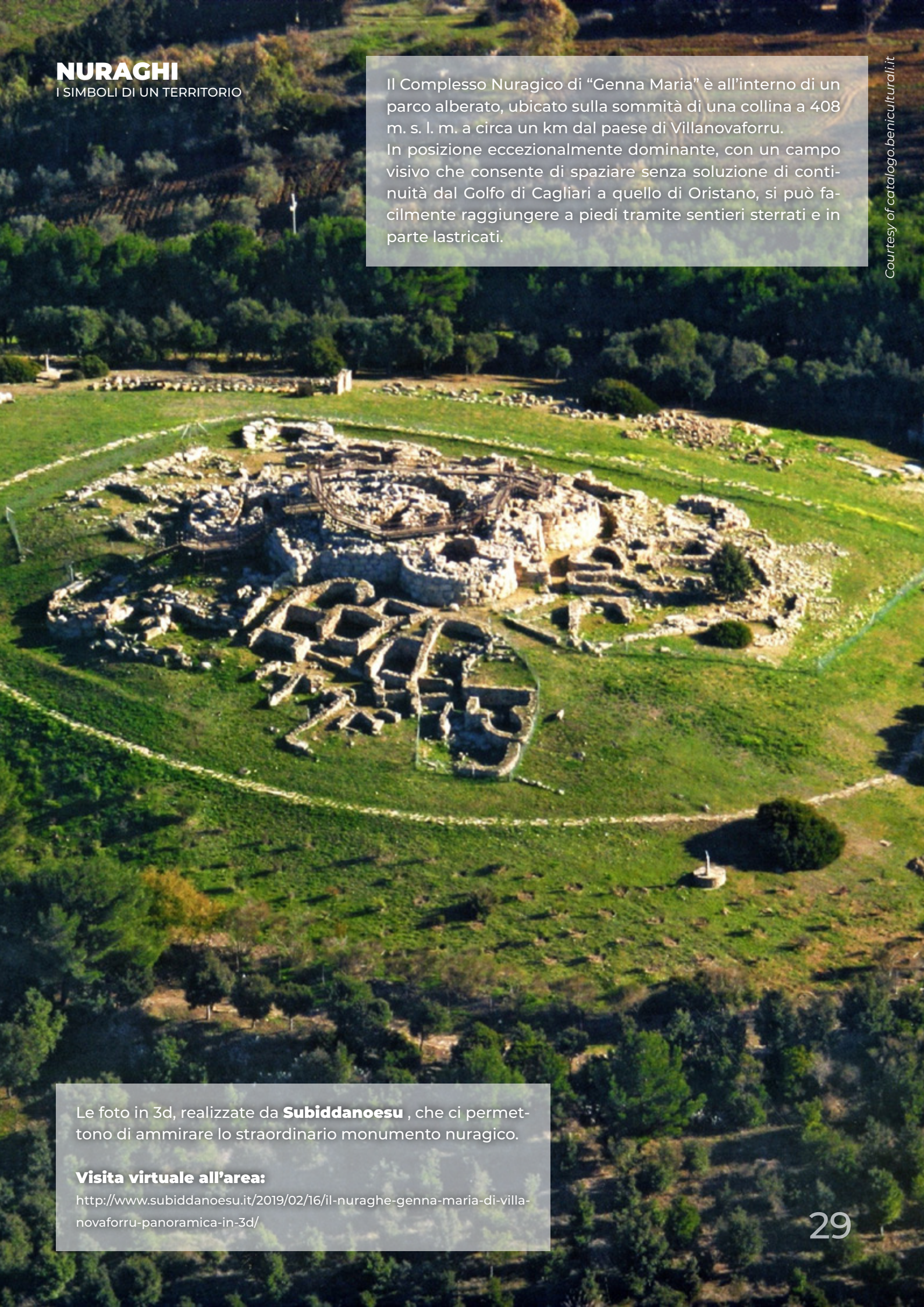
Secondo l'etimologia del nome, "il nuraghe", significa "mucchio di pietre" e "cavità" che va a indicare un tipo di architettura militare con mura turrite.
Ma in verità gli studiosi ancora oggi si interrogano su quale sia stata la loro esatta funzione.
Tra le meglio conservate suggeriamo il villaggio nuragico di "Su Nuraxi", nel territorio di Barumini, nel cuore della Sardegna.
Fu proprio Giovanni Lilliu a portare alla luce quest'area archeologica durante gli anni '50.
L'area è aperta al pubblico tutti i giorni dell'anno e, come da disposizioni ministeriali, è visitabile solo ed esclusivamente accompagnati da una guida per ragioni di sicurezza.

Particolarmente suggestivo inoltre è il villaggio di Tiscali che si sviluppa all'interno di una dolina al confine fra i comuni di Dorgali e Oliena, un luogo insolito da scoprire.

Costo biglietti
Biglietto intero €.5.00, ridotto €.2.00
Orari apertura
Gennaio, Febbraio, Marzo, Aprile:
9.00 / 17.00 orario continuato
Maggio, Giugno, Luglio, Agosto, Settembre:
9.00 / 19.00 orario continuato
Ottobre, Novembre, Dicembre:
9.00 / 17.00 orario continuato

Sito ufficiale Villaggio di Tiscali:
http://www.museoarcheologicodorgali.it/wp/Reperto%20Sito/tiscali/

Il Complesso Nuragico di “Genna Maria” è all’interno di un parco alberato, ubicato sulla sommità di una collina a 408 m. s. l. m. a circa un km dal paese di Villanovaforru.
In posizione eccezionalmente dominante, con un campo visivo che consente di spaziare senza soluzione di continuità dal Golfo di Cagliari a quello di Oristano, si può facilmente raggiungere a piedi tramite sentieri sterrati e in parte lastricati.



Courtesy of catalogo.beniculturali.it

Le foto in 3d, realizzate da **Subiddanoesu** , che ci permettono di ammirare lo straordinario monumento nuragico.

Visita virtuale all’area:
http://www.subiddanoesu.it/2019/02/16/il-nuraghe-genna-maria-di-villanovaforru-panoramica-in-3d/

ALLA SCOPERTA DI ALGHERO

LA CITTÀ DEI MAESTRI CORALLARI

di Miriam Schinocca

Alghero è una città sulla costa nord-occidentale della Sardegna. Un profondo legame lega la città con il mare, soprattutto con il Corallium Rubrum, unica specie di coralli che prolifera nel Mediterraneo.
Non è un caso che il litorale della città di Alghero venga chiamato Riviera del Corallo, nome che deriva dal fatto che nelle acque della sua rada è presente la più grande quantità del prezioso corallo rosso.

Oltre ad essere una importantissima risorsa per Alghero, il corallo è divenuto un simbolo identitario, tanto che un ramo di corallo è inserito nello stemma della città.

A rendere così pregiato il corallo algherese è la sua intensa colorazione e la compattezza. La sua bellezza e la sua abbondanza hanno favorito la nascita di una lunga e pregiata tradizione orafa che ha trasformato i coralli in preziosi gioielli.
Quella del corallo è un'antica e autentica tradizione di pesca e lavorazione. Il corallo si può pescare solo fra maggio e ottobre per un numero massimo di 25 volte all'anno.
Il corallo, inoltre, può essere preso solo a minimo 80 mt di profondità da sommozzatori "corallari" che scendono nei fondali in immersione, dotati solo di una picchetta per estrarlo.

Dopo la pesca, il corallo rosso viene lavorato con la tecnica dell'incisione e quella del liscio che permette di plasmare i rami dando loro la forma che si preferisce.

Ad Alghero è possibile trovare tantissimi botteghe e laboratori artigiani che vendono manufatti di corallo. Queste particolari attività commerciali sono particolarmente concentrate nel centro storico di Alghero, all'interno delle strette vie di Alghero vecchia.

COMUNE DI ALGHERO

ALLA SCOPERTA DI ALGHERO

LA CITTÀ DEI MAESTRI CORALLARI

Non solo negozi, ad Alghero c'è anche il **museo**! Ospitato all'interno di una villa Liberty, racconta una delle principali risorse del Mar Mediterraneo. La visita vi farà immergere nell'ecosistema marino alla scoperta di questo prezioso organismo vivente.

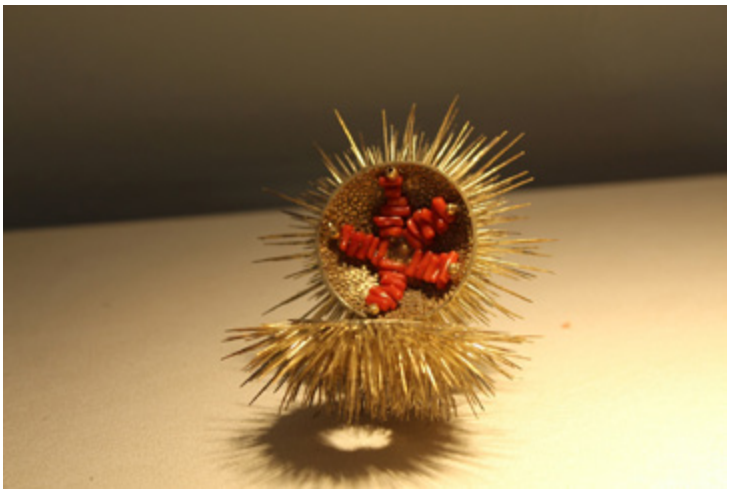
DOVE :
Museo del Corallo - Via XX Settembre, 8

ORARIO DI APERTURA :
dal Martedì alla Domenica
10.30 – 13.00 | 17.00 – 19.30
(lunedì mattina chiuso)

Museo del Corallo
Alghero

BIGLIETTI :
Ingresso singolo € 5
Ingresso ridotto € 4 (Per gruppi minimo 20 persone e scolaresche su prenotazione; Tariffa Young dai 14 ai 18 anni)

Sito del MUSEO :
https://www.algheroturismo.eu/inserimenti/museodelcorallo



CAGLIARI SEGRETA

DAL CASTELLO AI VICOLI PIÚ SUGGESTIVI DELLA CITTÀ

di Miriam Schinocca

Cagliari è un concentrato di storia. Passeggiare per le sue strade significa fare un salto nei secoli passati e viverli appieno.
Forse non è noto, ma anche Cagliari (come Roma, Istanbul, Lisbona e Praga) è stato edificata su 7 colli.

1) Castello
2) Colle San Michele
3) Colle di Bonaria
4) Monte Claro
5) Monte Urpinu
6) Tuvu Mannu
7) Tuvixeddu

Il quartiere medioevale di Castello è il cuore della città di Cagliari, il più intimo e antico. Posizionato su un colle, domina dall'alto la città e regala panorami unici.

Il quartiere è stato fonda[illegible] nel XIII secolo dai Pisani ed è caratterizzato da strette viuzze, antichi palazzi signorili, mura possenti, torri imponenti, antiche chiese, un patrimonio inestimabile di arte e cultura.

Dal Bastione di Saint Remy, uno degli spazi più imponenti e prestigiosi del centro storico, al Monumento ai caduti delle Guerre d'indipendenza, passando per il Bastione di Santa Caterina, da dove potrete godere di una delle viste più belle; dal pozzo di San Pancrazio, il cui ingresso è posto in prossimità del vecchio Museo Archeologico Nazionale al Ghetto, nato nel 1738 come caserma militare (orari di apertura: dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 16.00 alle 20.00); e poi ancora la Torre dell'Elefante, temporaneamente chiusa per lavori di restauro (Prezzi: Intero € 3.00; Ridotto e gruppi oltre 15 persone € 2.00; Scolaresche € 1,00), e molto altro.

Ma la città di Cagliari nasconde scorci di cui pochi sono a conoscenza.

Lo scopo principale del Bastione di Saint Remy fu quello di collegare il Castello con la città bassa, procedendo alla realizzazione di spianamenti e riutilizzando i vecchi bastioni dello Sperone e della Zecca, che risalgono al dominio Spagnolo nella seconda metà del Cinquecento.

Per un itinerario completo consigliamo di visitare la pagina ufficiale con le tappe imperdibili della visita al quartiere.

Visita il sito ufficiale del Museo Archeologico Nazionale :
http://museoarcheocagliari.beniculturali.it

Sotto al lastricato di piazza d'Armi, centro nevralgico dell'università, si nasconde un lago.
Questo bacino d'acqua si trova in mezzo a un labirinto di cunicoli e cavità sotterranee. Attraverso una porta in ferro, sita in viale San Vincenzo, si raggiungono le segrete di Cagliari, quasi una città sotterranea.
Il bacino d'acqua si trova esattamente sotto la piazza, nella Grotta de Su Stiddiu, "della goccia", chiamata così per via del fenomeno di stillicidio ancora in corso. Le grotte sotterranee della città sarda sono servite ai romani come cave per l'estrazione di minerali e pietre calcaree per costruire case e mura difensive.
Successivamente i cunicoli sono serviti a convogliare le acque della rete idrica cittadina in una grande vasca di contenimento creando così il lago sotterraneo.

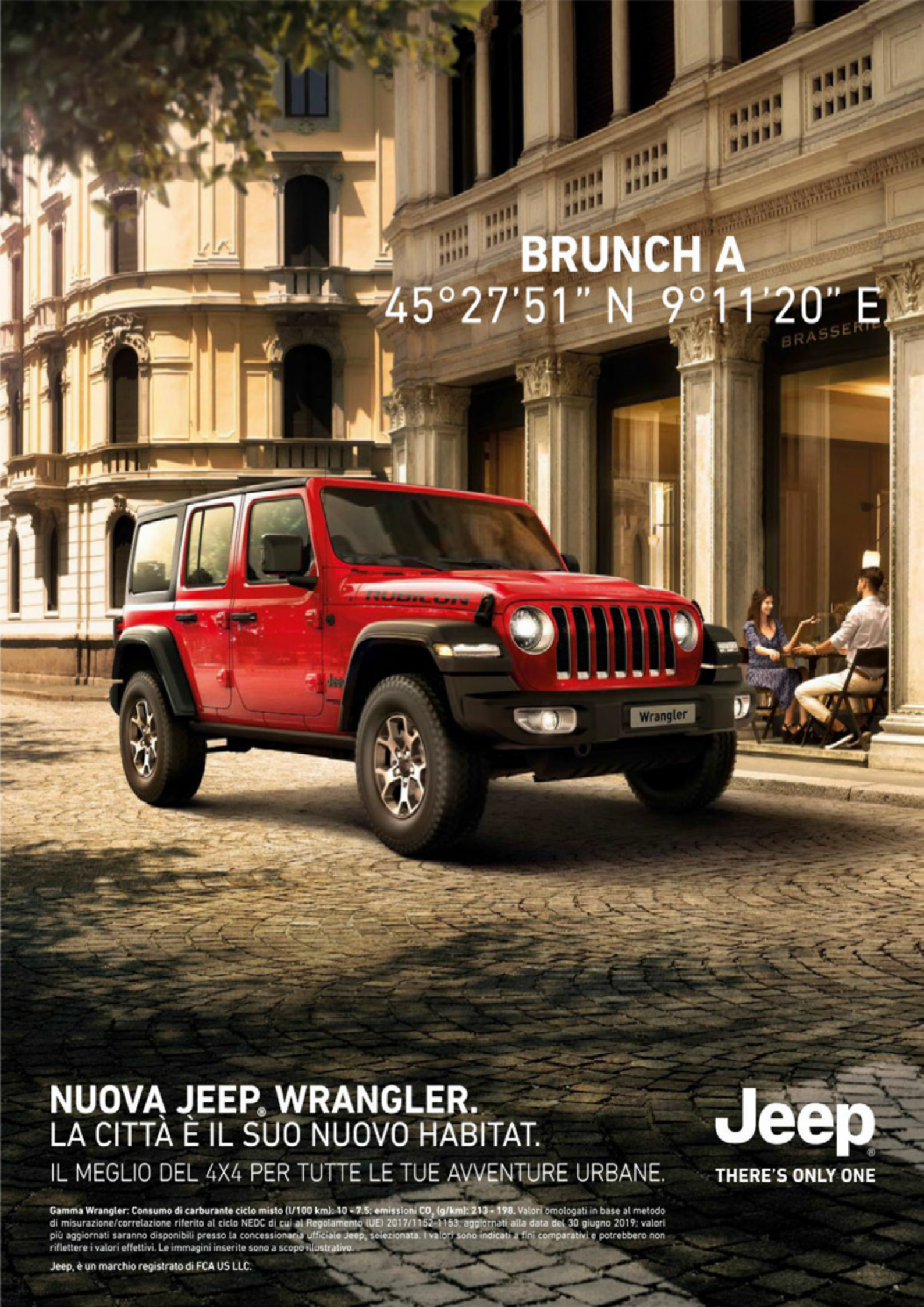
Courtesy of Angelo Pili - Gruppo speleologico ALOE FELICE

Un altro luogo, molto caro ai cittadini, è la Cripta di Sant'Efisio. Si trova al di sotto della chiesa omonima, all'interno di una grotta profonda circa 9 metri nella quale, secondo la tradizione, venne imprigionato il martire Efisio prima di essere decapitato a Nora nel 303 d.C.

Orari di apertura:
Dal martedì alla domenica, dalle 9.00 alle 17.00.

Prezzi:
È possibile visitare la Cripta di Sant'Efisio esclusivamente con un biglietto cumulativo che include anche la Cripta di Santa Restituta.
5,00€ intero
4,00€ ridotto per studenti sotto i 26 anni e visitatori over 65
3,50€ ridotto per gruppi di almeno 15 persone

Courtesy http://www.sardegnadigitallibrary.it
Autore: Ufficio stampa della Regione Autonoma della Sardegna
A cura di: Regione Autonoma della Sardegna



NUOVA JEEP® WRANGLER.
LA CITTÀ È IL SUO NUOVO HABITAT.

IL MEGLIO DEL 4X4 PER TUTTE LE TUE AVVENTURE URBANE.

Jeep®
THERE'S ONLY ONE

Gamma Wrangler: Consumo di carburante ciclo misto (l/100 km): 10 - 7.5; emissioni CO_2 (g/km): 213 - 198. Valori omologati in base al metodo di misurazione/correlazione riferito al ciclo NEDC di cui al Regolamento (UE) 2017/1152-1153, aggiornati alla data del 30 giugno 2019; valori più aggiornati saranno disponibili presso la concessionaria ufficiale Jeep, selezionata. I valori sono indicati a fini comparativi e potrebbero non riflettere i valori effettivi. Le immagini inserite sono a scopo illustrativo.

Jeep, è un marchio registrato di FCA US LLC.

poste.it

PIÙ CHE UN BILANCIO, UNA GRANDE STORIA DI ATTENZIONE ALL'AMBIENTE.

La nostra è una storia di tutela per l'ambiente e per il territorio. La chiamiamo sostenibilità ambientale e si concretizza nell'efficientamento dei consumi, nella riduzione degli impatti e nel ripensamento dei processi. L'utilizzo di oltre il 95% di energia elettrica proveniente da fonti rinnovabili e la scelta di garantire una mobilità sostenibile ci hanno permesso di ridurre del 30% le emissioni totali. Le attività di dematerializzazione dei documenti cartacei hanno determinato un risparmio di oltre 1 tonnellata di carta rispetto all'anno precedente. Lo abbiamo scritto nel nostro primo Bilancio Integrato e continuiamo a scriverlo ogni giorno, perché quella di Poste Italiane è una grande storia di crescita responsabile. Per saperne di più, vai su posteitaliane.it

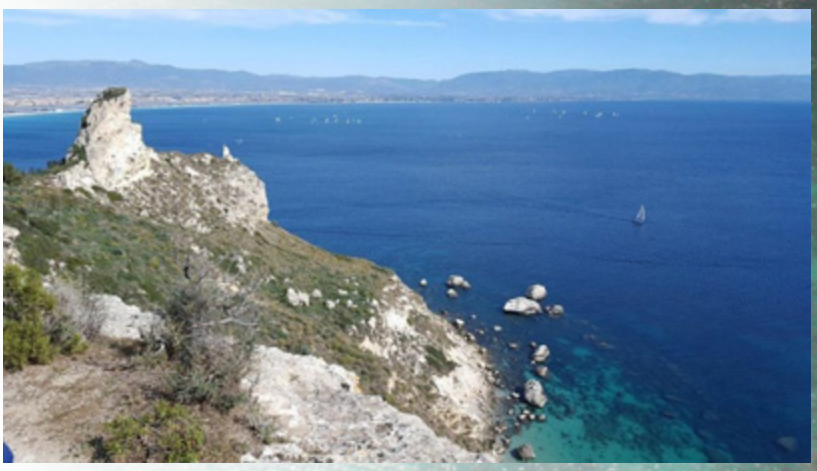
Bilancio Integrato 2018. La responsabilità di crescere.

Posteitaliane

CAGLIARI SEGRETA

DAL CASTELLO AI VICOLI
PIÚ SUGGESTIVI DELLA CITTÀ

Uno dei simboli del capoluogo sardo è “La Sella del Diavolo”, promontorio che separa la spiaggia del Poetto da quella di Calamosca.
L’origine del nome deriva da una leggenda secondo la quale i diavoli, ammaliati dalla bellezza del Golfo di Cagliari, cercarono di impossessarsene.
Dio mandò i suoi angeli prediletti, guidati dall’Arcangelo Michele, per scacciare Lucifero e i suoi adepti. La leggenda, quella più accreditata, vuole che Lucifero, in fuga, disarcionato da cavallo, perse la sua sella che si posò sulle acque del golfo e che, pietrificandosi, diede origine al promontorio.



FARI, TORRI e FORTINI

LE FORTEZZE DI MONTE ALTURA, PUNTA FALCONE E CAPO D'ORSO

di Miriam Schinocca

Molte aree, costiere e non, della Sardegna sono disseminate di fari, torri e fortini.

Specie nel corso della seconda guerra mondiale, la Sardegna, insieme alla Sicilia, era considerata un obiettivo primario dalle aviazioni dei nemici. Da qui, la necessità di costruire lungo le coste torri e fari, a scopo difensivo; mentre i fortini erano deputati al controllo delle strade.

L'edificazione di queste strutture interessò gran parte del nord dell'isola, a partire dalle fortezze di Monte Altura, Punta Falcone e Capo d'Orso.

La fortezza di Monte Altura è situata a nord-ovest di Palau.

Essa trovandosi in una zona panoramica, e strategica, fu costruita nel XIX secolo ed è completamente in granito.

Dopo la seconda guerra mondiale, rimase inutilizzata per un lungo periodo, sino al 1990, epoca dalla quale, con il passaggio alla Soprintendenza, è iniziata la sua valorizzazione in chiave culturale.

Oggi è di proprietà del MiBAC, Ministero per i beni e le attività culturali.

FARI, TORRI e FORTINI

LE FORTEZZE DI MONTE ALTURA,
PUNTA FALCONE E CAPO D'ORSO

La Batteria Ferrero di Punta Falcone è tra le più suggestive.È datata 1918 ed è ancora possibile trovare ruderi della Batteria Ferrero, come postazioni per cannoni e artiglieria, bunker, risalenti alla seconda guerra mondiale.
La strada per raggiungerla è sterrata, ma percorribile in auto.

Storia di un cannone che non ha mai sparato - Ricordando Santa Teresa di Gallura e la guerra

http://www.lacanas.it/2012/03/06/storia-di-un-cannone-che-non-ha-mai-sparato

La Batteria o Fortezza di Capo d'Orso era rivolta verso il golfo di Arzachena e Caprera. Il granito, ancora una volta, offriva un luogo perfetto per camuffare tutta la struttura militare. Essa è stata però presto abbandonata.

Nel 2018 l'Agenza del Demanio ha emanato un bando per trasformare la Batteria Militare di Capo d'Orso a Palau in un museo internazionale dedicato alla storia militare, della marina e della navigazione. Insieme a questo progetto, altre gare hanno riguardato fari, torri e altri edifici militari, con l'obiettivo di favorire la messa in rete di siti di interesse storico-artistico e paesaggistico, migliorandone anche la fruizione pubblica.

LA MODA IN SARDEGNA

DA ANTONIO MARRAS AI GIOVANI EMERGENTI

di Miriam Schinocca

La moda, si sa, è dinamica e cambia in continuazione; ma è anche effimera e spesso ci porta indietro nel tempo, riscoprendo e rivalutando capi e stili che sembravano “passati”.
In Sardegna, la moda è stata da sempre una tradizione “artigiana“.
Nel 2017, sono più di 1.600 le imprese del “settore moda” che in Sardegna si occupano di tessile, abbigliamento e calzature.

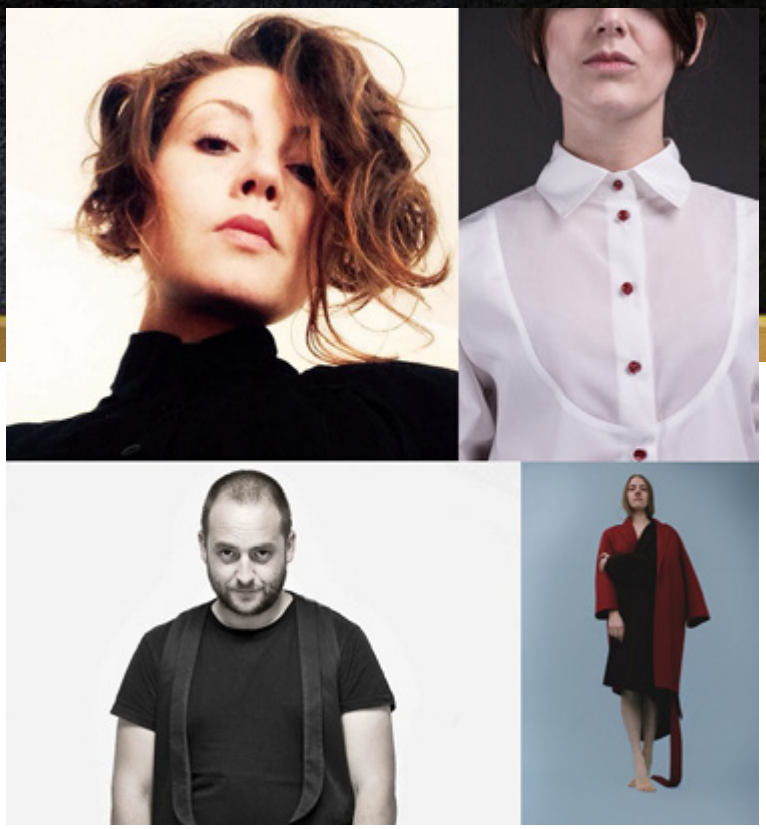
Modello insuperabile è Antonio Marras, stilista di Alghero. Conosciuto per la sua curiosità intellettuale e per la sua ricerca sempre lontana dagli stereotipi della moda, Marras ha avviato la sua carriera nei primi anni ’90..

Nel corso della sua carriera, tra le tante, lo stilista ha sfilato per l’Alta Moda a Roma, è nominato direttore artistico di Kenzo dal 2003 al 2011; ha realizzato l’abito di Bianca Atzei in occasione della 65° edizione di Sanremo. Anno dopo anno, le sue creazioni parlano dell’identità, di esiliati e rifugiati, del multiculturalismo e del mondo..

ANTONIO MARRAS Foto di Daniela Zedda

LA MODA IN SARDEGNA

DA ANTONIO MARRAS AI GIOVANI EMERGENTI



Ma oltre ad **Antonio Marras** , che si può vantare di aver portato la Sardegna a livelli di eccellenza nell'ambito della moda, altri stilisti emergenti hanno tentato di catturare l'attenzione dei top buyer provenienti da tutto il mondo.

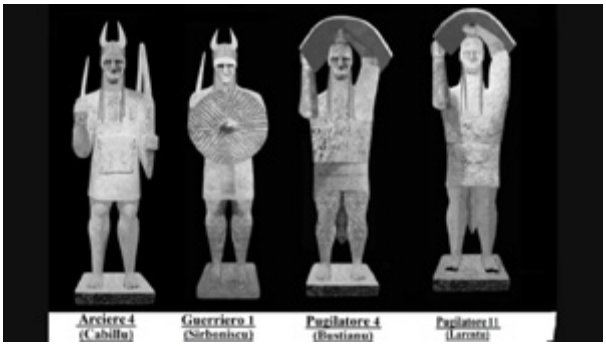
Infatti, durante la Fashion Week di Milano, la celebre settimana della moda la cui prima edizione si è tenuta dal 23 al 26 Febbraio 2018, hanno sfilato in passerella 4 artisti isolani: si tratta di **Barbara Pala** di Macomer, **Pretziada Boot** di Santadi, **Quattromani** di Cagliari e **Silvio Betterelli** di Macomer.
Alla Milano Fashion Week di Settembre 2018, a Silvio Betterelli, altri due stilisti si sono aggiunti alla lista: si tratta di **Adelaide Carta** di Guspini e **Anna Mattarocci** di Cagliari.

Per saperne di più, una realtà nuova e particolare è quella di Cagliari Moda, un'associazione senza scopo di lucro nata per rappresentare i più alti valori culturali della moda creata in Sardegna.
L'obiettivo è promuovere la Città di Cagliari e la Sardegna attraverso il mondo del fashion presentando attraverso il blog di cagliarimoda.com, gli stilisti emergenti e gli artisti affermati.

COLLEZIONE QUATTROMANI

MONT'E PRAMA
NECROPOLI DI GIGANTI O EROI

di Miriam Schinocca



Le statue giganti di Mont'e Prama, cosiddette per le loro fattezze, furono casualmente scoperte nel 1974 da una serie di contadini che stavano eseguendo dei lavori agricoli.
La necropoli di Mont'e Prama, oggi famosa in tutto il mondo, si trova alla base del colle omonimo, a una distanza di circa 2 Km dallo stagno di Cabras, lungo la strada che da San Salvatore conduce a Riola Sardo, nella Sardegna centro-occidentale.
Sono le uniche sculture appartenenti al periodo nuragico, hanno teste grandi con altrettanti grandi cerchi concentrici al posto degli occhi e un piccolo solco lineare al posto della bocca, tratti che conferiscono loro un aspetto fortemente enigmatico; le statue sono scolpite in arenaria gessosa locale e la loro altezza varia tra i 2 e i 2,5 metri.
Fu l'archeologo **Giovanni Lilliu**, massimo conoscitore della civiltà nuragica, a comprendere, tra i primi, l'importanza del ritrovamento.
Dopo quattro campagne di scavo condotte fra il 1975 e il 1979 e 5.000 frammenti rinvenuti, le statue risultano essere 38, 5 arcieri, 16 pugilatori, 13 modelli di nuraghe, 4 non definiti, ma le nuove campagne di scavo hanno portato alla scoperta di nuovi esemplari.
Oggi del termine "giganti" si sono perse praticamente tutte le tracce. Sul nuovo sito internet monteprama.it sono comparsi gli "eroi", un nome più vicino al pensiero della comunità scientifica ma molto lontano dall'immaginario collettivo e non sono mancate le polemiche. Le stature ricostruite sono attualmente visibili in due poli espositivi.

MONT'E PRAMA
NECROPOLI DI GIGANTI O EROI

Museo Archeologico Nazionale di Cagliari

il Museo, in cui si offre la lettura delle statue all'interno del disegno complessivo dell'archeologia sarda e mediterranea.

Orari di apertura del Museo 9.00 – 20.00

Biglietti
Intero: € 7,00 Museo
Ridotto: € 3,50 Museo
dal 28 febbraio 2019 per i giovani dai 18 ai 25 anni: € 2,00 Museo

SITO UFFICIALE
http://museoarcheocagliari.beniculturali.it

Museo Civico di Cabras

il Museo Civico di Cabras, in cui vengono approfonditi il contesto della scoperta, il luogo e le condizioni di rinvenimento.
Ospita inoltre il ricchissimo patrimonio archeologico della Penisola del Sinis.

Orari di Apertura:
Dal 1 Novembre al 31 Marzo:
Mattina: 9-13 / Pomeriggio: 15-19

Dal 1 Aprile al 31 Ottobre:
da Lunedì a Sabato
Mattina 9-13 / Pomeriggio: 16-20

Domenica e festivi:
Mattina: 9-13/Pomeriggio: 15-20

Biglietti:
intero: €5,00
Ridotto: €3,50/€4,00

SITO UFFICIALE
https://www.museocabras.it

MONTEVECCHIO
PISCINAS
Guspini
ARBUS
Ingurtosu
Gonnosfanadiga
PERD'E PIBERA
Villacidro
PORTIXEDDU
Flumini maggiore
BUGGERRU
ARENAS
MONTI MANNU
S.BENEDETTO
MARGANAI
MASUA
NEBIDA
IGLESIAS
DOMUSNOVAS
Musei
S.Giovanni Miniera
Gonnesa
Villamassargia
BACU ABIS
ORBAI
NURAXI FIGUS
Cortoghiana
Portoscuso
ROSAI
Norcao
CARBONIA
Perdaxius
Carloforte
NUXIS
S.Giovanni Suergiu
Villaperuccio
Calasetta
Tratalias
Piscinas
SANTADI
S.ANTIOCO
Gibas
MASAINAS
IS ZUDDAS
S.Anna Arresi

Mercure HOTELS OLBIA

VALUTA: EURO
FUSO ORARIO: INVERNO GMT+1 | ESTATE GMT+2

IL TUO HOTEL A OLBIA

Moderno ed elegante hotel dal design innovativo, la cui forma ricorda la struttura di una nave. Strategicamente ubicato nel cuore di Olbia, a soli 3 km dall'Aeroporto Olbia Costa Smeralda, a 1,5 km dal Porto di Olbia e a breve distanza dalle splendide spiagge sarde (servizio shuttle gratuito), rappresenta una soluzione ideale sia per viaggi di lavoro che per soggiorni di vacanza alla scoperta della Sardegna. L'hotel dispone di 118 camere, un Cafè Bistrot, una piscina idroterapica coperta, un'ampia e attrezzata area Spa con cabine per trattamenti estetici, un Fitness Center e un'Area Kids. Garage interno (50 posti) e parcheggio esterno recintato gratuito (50 posti).

Destinazione: Design hotel nel cuore di Olbia e a due passi dall'incantevole Costa Smeralda. Location ideale per scoprire il mare e la Natura della Sardegna, nonchè le sue tradizioni culturali ed enogastronomiche.

118 camere (di cui 6 suite, 17 Privilège e 95 Standard), dislocate su 5 piani, di cui 4 riservati ai non fumatori. Design raffinato e comfort moderni: free WIFI, cassaforte per laptop, sat TV LCD, aria condizionata con controllo manuale, tea/coffee making facilities, frigobar.

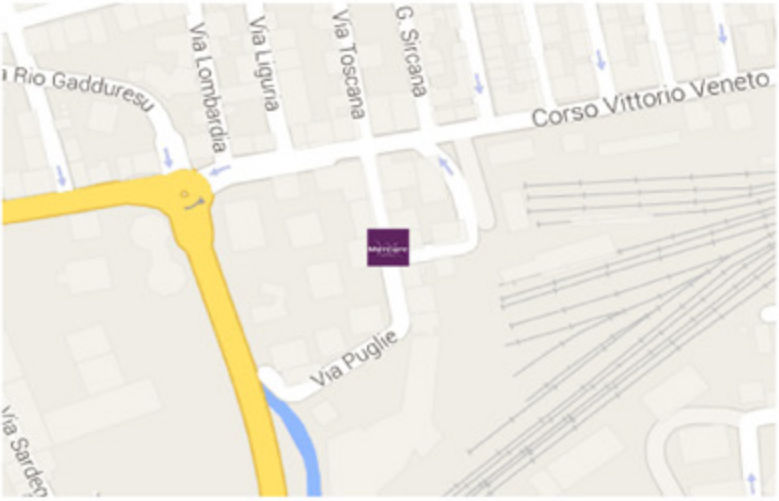
Ricco Buffet Breakfast, 06:30–10.30 (week) / 07:00-11.00 (we)
Cafè Bistrot e Pool Bar, ambiente moderno e raffinato, aperto 7/7 dalle ore 10.00 alle ore 24.00
Grill Restaurant con deliziose specialità locali, aperto da giugno a settembre dalle ore 19.30 alle ore 22.00

Mercure Olbia Spa: oasi di benessere di 1000mq, con piscina idroterapica e percorso acque con sauna, bagno turco, vitarium, bagno alle erbe, docce emozionali, percorso kneipp, 8 cabine per trattamenti estetici e massoterapici (a pagamento).
Fitness Center sala attrezzi e cardio, sala spinning, personal trainer , sale corsi. (gratuito)
Area Kids con bagno per I più piccoli e area giochi (gratuito) baby-sitter su prenotazione (a pagamento)

- Aeroporto Olbia Costa Smeralda: 3.00 km
- Stazione ferroviaria Olbia: 0.40 km
- Porto di Olbia: 1.5 km

HOTEL FACILITIES

118 CAMERE
–
CAFE' BISTROT – linea snack e insalate
POOL BAR – aperto da giugno a settembre
GRILL RESTAURANT – aperto da giugno a settembre
–
FREE WIFI – in tutto l'hotel
FREE INTERNET POINT – nella lobby
–
SPA, PISCINA IDROTERAPICA COPERTA, 8 CABINE PER TRATTAMENTI, FITNESS CENTER, KIDS AREA
PISCINA ESTERNA (gratuita)
–
PARCHEGGIO – esterno 50 posti (gratuito), recintato e videosorvegliato
GARAGE – parcheggio interno 50 posti (a pagamento)
SERVIZIO NAVETTA – per l'aeroporto (a pagamento), per le spiagge (gratuito)



Via Puglie snc – 07026 Olbia, Italia
T (39) 0789 18 900 67 I **F** (39) 0789 18 90 343
H7935@accor.com
GDS : Sabre : 110951 - Apollo : 73348
Amadeus : OLBMER – Worldspan: MEOLB
BEST RATES ON MERCURE.COM
accorhotels.com

Mercure HOTELS | MERCURE QUALITY GUARANTEE

Madre di innumerevoli luoghi unici al mondo, la Sardegna non è solo mare o nuraghi.
Attraversano il sottosuolo sardo in lungo e in largo e per diversi km, alcune sono ancora inesplorate: stiamo parlando delle grotte e altre cavità carsiche di cui l'isola è piena.
La maggior parte di esse si genera attraverso il fenomeno del carsismo. Non a caso, nel Giugno 2016, gli speleologici sardi hanno individuato, proprio sull'isola, il sistema carsico più esteso d'Italia. Molte di queste grotte sono visitabili dai turisti. Vediamone alcune.

Grotta di Su Meraculu

La grotta del miracolo è situata ai piedi della spiaggia di Cala Sisine, nel territorio di Baunei. La grotta ha un andamento planimetrico dalla forma a "y" rovesciata, dello sviluppo complessivo di circa 200 metri. Ovunque si possono notare stalattiti e stalagmiti, che suscitano straordinari effetti con la luce riflessa.
La zona circostante è incontaminata, pertanto non si offre alcun tipo di servizio.
Le visite guidate alla Grotta de Su Meràculu sono aperte al pubblico in qualsiasi periodo dell'anno su prenotazione.

Ticket:

10€ solo ingresso;
20€ escursione con il fuoristrada (minimo 6 persone);
35€ escursione in fuoristrada con partenza dal Golgo e pranzo tipico (minimo 10 persone).

Per altre info:
https://www.sardegnaturismo.it/it/node/13937

SCOPRI DI PIÙ SU SARDEGNA Turismo

Grotta del Bue Marino

Il nome deriva dalla "foca monaca" che abitava la grotta e che dalla popolazione veniva chiamata "bue marino" per la sagoma affusolata e il comportamento mite, simile a quello di un bue.
La grotta si estende nel territorio di Dorgali ed è raggiungibile solo via mare, con un battello, da diverse località del Golfo di Orosei.

SCOPRI DI PIÙ SU
SARDEGNA Turismo

L'ingresso maestoso, formato da due arcate a picco sul mare, si trova a tre chilometri dalla splendida Cala Luna.

La grotta è aperta tutti i giorni, da Maggio a Settembre.
Il biglietto di ingresso intero è di 8€, 4€ se ridotto.

Per altre informazioni:
http://www.grottadelfico.it

Grotta del Fico

Questa cavità si apre su una falesia dal mare, nel territorio di Baunei, e deve il suo nome ad un fico cresciuto sul suo ingresso.
La grotta si raggiunge soltanto prendendo una imbarcazione dai porti di S. Maria Navarrese, Arbatax, Cala Gonone, Orosei e la Caletta di Siniscola.

SCOPRI DI PIÙ SU
SARDEGNA Turismo

Grotte di Nettuno

Sono le più famose della Sardegna e anche le più grandi poiché si estendono per circa 4 km, nei pressi di Alghero.

Ai turisti è consentito l'accesso soltanto ad una parte di esse. È possibile raggiungere il sito tramite i collegamenti in battello.

SCOPRI DI PIÙ SU
SARDEGNA Turismo

Per info e prenotazioni invece consultare la pagina ufficiale:
http://www.grottedinettuno.it

Per prenotare visita:
http://www.grottesadali.com

Grotta Is Janas

La grotta si trova a Sadali. Secondo la leggenda, essa era abitata da 3 janas, figure mezze fate mezze streghe, dalle quali prende il nome.
Per raggiungerla basta prendere il "trenino verde", quattrocento km di linea ferroviaria attraversabile con le originale locomotive a vapore e carrozze d'epoca, locomotori ed automotrici diesel, tutto contornato da una incantevole natura incontaminata.

SCOPRI DI PIÙ SU SARDEGNA Turismo

Grotte Is Zuddas

Si trovano nel territorio di Santadi.
Il rilievo del Monte Meana nel quale si sviluppa la cavità è costituito da rocce dolomitiche risalenti a circa 530 milioni di anni.

La grotta, ancora in attività, consta di diverse sale ognuna delle quali si differenzia per la particolarità delle concrezioni.

SCOPRI DI PIÙ SU SARDEGNA Turismo

Per conoscere gli orari di ingresso consultare la pagina ufficiale:
http://www.grotteiszuddas.com

Per qualsiasi informazione è possibile scrivere al seguente indirizzo: iszuddas@tiscali.it

Le visite guidate all'interno di Ispinigoli vengono effettuate tutto il giorno e il costo del biglietto è di 8€ a persona, mentre gli over 70 e i bambini 4-10 anni pagano 4€.

Grotta di Ispinigoli

Si trova nel Supramonte di Dorgali ed è aperta al pubblico dal 1974.
Varcato l'ingresso, lo sguardo sarà catturato da una colonna alta 38 metri, tra le più imponenti in Europa, maestosa concrezione calcarea che unisce volta e base della cavità.

Al suo interno, inoltre, si trova "l'abisso delle Vergini", uno stretto canale profondo 60 metri accessibile soltanto agli speleologi.

SCOPRI DI PIÙ SU SARDEGNA Turismo

Grotta di San Giovanni

La grotta si trova nei pressi di Domusnovas.

All'interno della sua tortuosa galleria è presente una strada interamente carrozzabile che si sviluppa per tutta la sua lunghezza, unica in Italia e rara nel mondo.

SCOPRI DI PIÙ SU SARDEGNA Turismo

L'ingresso è libero

Per prenotare una visita turistica scrivere al seguente indirizzo mail:
grottasumarmuri@tiscali.it
o chiamare il numero 0782 79859

Grotta di Su Marmuri

Le grotte di Su Marmuri (dal sardo "grotte di marmo") si trovano nel territorio del comune di Ulassai e devono il loro nome al particolare colore e aspetto morfologico.
Si estendono per oltre 850 metri.

Le Grotte di Su Marmuri sono visitabili da marzo/aprile fino a ottobre, con la possibilità di organizzare visite guidate per gli amanti del trekking.

SCOPRI DI PIÙ SU SARDEGNA Turismo

TAVOLARA
IL REGNO PIU' PICCOLO DEL MONDO

di Miriam Schinocca

È nota con il nome di "regno più piccolo del mondo", uno dei posti più belli di tutto il Mediterraneo, caratterizzata da un mare cristallino, spiagge da sogno e una storia che ne amplifica la magia.

L'isola di Tavolara, che si presenta come una enorme montagna sul mare, fa parte del comune di Olbia ed è lunga quasi 6 chilometri e raggiunge una quota massima di 565 metri sopra il livello del mare.

L'isola, visibile da ogni spiaggia del nord est della Sardegna, fa parte dell'"Area Marina Protetta di Tavolara Punta Coda Cavallo" che si estende per più di 76 chilometri di costa.

Photo Credit: isoladitavolara.it

L'isola di Tavolara comprende una caratteristica penisoletta, chiamata Spalmatore di Terra, dove è possibile trovare il piccolo porto, le peculiari spiagge, un paio di ristoranti e il bar, oltre a un gruppetto di case, tra le quali quella del Re di Tavolara.

La leggenda, infatti, narra che intorno alla fine del '700, un tale Giuseppe Bertoleoni decise di lasciare l'isola della Maddalena e la sua famiglia per andare nell'isola di Tavolara, allora disabitata, per appropriarsi di un lembo di terra e coltivarla.
Una serie di eventi fortunati decisero le sorti dell'unico abitante dell'isola.

Nel 1815 Gioacchino Murat, Re di Napoli, durante un viaggio in Sardegna fu scaraventato sull'isola in seguito a una tempesta e fu salvato da Bertoleoni, persona umile che lo servì e accolse con tutti gli onori. Il re di Napoli non si dimenticò mai di lui e raccontò di aver incontrato e soprattutto di esser stato salvato dal "Signore di Tavolara".

Più tardi, Carlo Alberto, re di Piemonte e Sardegna, affascinato dai racconti di questa magica isola la raggiunse e anche a lui Bertoleoni riservò il massimo rispetto e accoglienza.

Il Re ne rimase talmente affascinato che promise a Bertoleoni che lo avrebbe nominato "Re della Tavolara" regalandogli in pegno un orologio d'oro. La promessa fu mantenuta e al suo ritorno nominò ufficialmente re di Tavolara con tanto di carta protocollare depositata alla Prefettura di Sassari.

Da circa sette generazioni, la famiglia Bertoleoni governa l'isola, tanto da ricevere la visita ufficiale della regina Vittoria del Regno Unito durante la quale riconobbe il Regno di Tavolara.

Ancora oggi, nel salone di Buckingham Palace dove sono custoditi gli stemmi di tutti i regni del mondo, è possibile trovare quello di Tavolara, con la dicitura:

«La famiglia reale di Tavolara, nel golfo di Terranova Pausania, il più piccolo regno del mondo»

Per raggiungere l'isola di Tavolara è possibile imbarcarsi da due località: da Olbia e dal porto di San Paolo, utilizzando i battelli delle compagnie locali che impiegano circa un'ora per arrivare.

Per informazioni vi consigliamo di contattare i gestori della Tavolara Traghetti
http://www.tavolaratraghetti.it

Potrete scegliere tra due servizi differenti: il servizio navetta (partono ogni mezz'ora) o l'escursione guidata in traghetto.

ORARI SERVIZIO NAVETTA
PARTENZE: 9,00 - 9,30 - 10,00 - 10,30 - 11,00 - 11,30 - 12,00 - 12,30 - 13,30
RIENTRI: 13,00 - 15,30 - 16,30 - 17,30 - 18,30

ORARI ESCURSIONI
PARTENZE: 9,00 - 9,30
RIENTRI: 13,00 - 15,30 - 16,30 - 17,30 - 18,30

TARIFFE NAVETTA:
€ 16,00 Adulti A/R, Bambini 0-3 = gratis, 4 - 10 = € 10,00

TARIFFE ESCURSIONE:
€ 28,00 Adulti A/R, Bambini 0 - 3 = gratis, 4 - 10 = € 15,00

L'isola si può raggiungere e visitare tramite gommoni e yacht a noleggio; in questo caso è bene ricordare che l'approdo sull'isola di Tavolara è consentito solo sulla costa sud (***Spalmatore di Terra***) mentre la costa nord (***Punta Timone***) è inaccessibile in quanto ospita la base militare della NATO.

GRIMALDI LINES

Sempre più Sardegna...

Raddoppiano le partenze da Civitavecchia ad Olbia
*dal **26/7** al **15/9***

Partenze da Civitavecchia: 10.15 e 22.45
Partenze da Olbia: 12.30 e 22.15

20% **di SCONTO** *diritti fissi esclusi*

...le offerte continuano con un last minute da non perdere!

l'offerta è soggetta a disponibilità limitata e può subire variazioni

Prenotazioni fino al 31 luglio e partenze selezionate fino al 30 settembre

Scegli tra SPAGNA, GRECIA, SICILIA e SARDEGNA

grimaldi-lines.com

PROMUOVI LA TUA ATTIVITÁ

INFOSARDINYA è un portale giovane ed interattivo che apre nuovi scenari ed offre opportunità a chi cerca informazioni indispensabili per avere in tempo reale tutti i riferimenti da tenere a portata di mano per vivere a tutto tondo un'esperienza incredibile.

E' diretto non solo ai turisti ma anche a coloro che intendono promuovere la propria attività- produttiva o professionale- in un posto unico per la bellezza dei luoghi e per la disponibilità e accoglienza della popolazione.

Conoscere le innumerevoli iniziative – anche imprenditoriali – coniugandole con i posti di maggior attrattiva turistica -consente anche un sorprendente binomio vacanza-lavoro.

Accedendo alla piattaforma, attraverso un semplice collegamento interattivo con un sistema di geolocalizzazione, il portale consente l'accesso alle informazioni di tutte le iniziative presenti in loco in quel determinato momento, offrendo in tal modo un ventaglio di opportunità che spesso rimangono sconosciute ed inesplorate.

Dal ristorante al convegno, dalla spiaggia più vicina all'aperitivo-evento, dalla regata alla serata glamour ; dai pacchetti SPA agli hotel e residence. Tutti gli avvenimenti e notizie vengono concentrati – e segnalati- per mezzo di un unico accesso, con la possibilità di prenotare le opportunità offerte con qualche vantaggio economico.

La Sardegna non è però solo vacanza: il portale si occupa anche di promuovere iniziative imprenditoriali ed offrire agli investitori nazionali ed internazionali un'assistenza completa per investire in Sardegna.

Questo e tanto altro ancora per diffondere la conoscenza di un posto unico al mondo

Per saperne di più ...

Arzachena (OT)
localita' Porto Cervo Marina
Residence Bougainvillae
Tel: (+39) 06 92959380
E-Mail : info@infosardinya.it

GOLA DI GORROPPU

Un autentico canyon, capolavoro della natura

di Miriam Schinocca

Forse non tutti sanno che il Grand Canyon americano non è il solo esemplare al mondo.

Un'altra gola, altrettanto spettacolare e anche tra le più grandi d'Europa, si trova in Italia, proprio nel Supramonte sardo, tra i territori comunali di Urzulei e Orgosolo.
La gola di Gorropu è un canyon lungo circa 1,5 chilometri e profondo 500 metri. Esso arriva a restringersi, sul fondo, fino a raggiungere 4-5 metri di larghezza.
Questa gola è stata modellata dall'azione erosiva dell'acqua del rio Flumineddu che ha, nel tempo, eroso, levigato e dissolto la roccia calcarea.

Un autentico capolavoro della natura, scrigno di biodiversità per la presenza di endemismi vegetali ed animali.
La presenza di nuraghi, torri e tombe di Giganti, nonché la sua posizione geografica, fanno dedurre come la civiltà nuragica abbia probabilmente abitato e sfruttato questa risorsa, anche a scopo militare e difensivo.

In un habitat così delicato, la flora offre all'uomo la possibilità di godere di specie interessanti. Basti pensare che in nessun altro posto, se non qui, è possibile rinvenire la specie erbacea Aquilegia nuragica o Aquilegia di Gorropu, inserito, dall'Unione Internazionale per la Conservazione della Natura (IUCN), fra i primi 50 a rischio di estinzione nel Mediterraneo.

Dal muflone alla martora, dal cinghiale al gatto selvatico e dalla volpe al ghiro, anche la fauna cresce indisturbata. Tra le particolarità, segnalo la presenza della sempre più rara aquila reale e della trota sarda.

È possibile raggiungere la gola attraverso diversi percorsi di trekking, pensati sia per le famiglie che vogliano immergersi per la prima volta in questo spazio di natura incontaminato che agli esperti. Basta portare con sé acqua e scarponi da trekking o, in alternativa, scarpe da ginnastica resistenti.

L'avvicinamento facile prevede un percorso poco impegnativo della durata di 4 ore per un percorso totale di 6 chilometri, da effettuare in fuoristrada con un dislivello di circa 50 m. Il prezzo varia a partire da 25 €

L'avvicinamento panoramico presenta un grado di difficoltà maggiore poiché comprende un percorso di circa 4 km a piedi con un dislivello di 650 m, per una durata di 2 ore circa sino a raggiungere l'ingresso del canyon di Gorropu. Una volta visitato il rientro avviene in fuoristrada lungo un percorso panoramico. Il prezzo varia a partire da 15 €

L'escursione integrale è rivolta ad escursionisti esperti con attrezzatura. Il percorso è lungo oltre 6 chilometri con un dislivello di circa 400 metri in discesa ma le difficoltà sono tali da rendere indispensabile l'ausilio di una guida. Il prezzo varia a partire da 85€

Maggiori dettagli:
http://gorropu.info

Per qualsiasi informazione vi invitiamo a contattare la Società concessionaria per il controllo e la valorizzazione del canyon di Gorropu ai seguenti numeri:
328 897 6563 | +39 328 574 8917
o inviando una mail al seguente indirizzo:
info@gorropu.info

Il fascino e il carisma dei grandi non scompare con essi. Posso affermarlo. E' un dato certo. Più trascorrono gli anni, più visito luoghi e intesso rapporti con persone e più ne ho riscontro.

Ciò che maggiormente intriga la mia mente ed il mio sensibile è dato dall'incontro di spazi "abitati" ancora da coloro i quali, quei luoghi, li hanno pensati, voluti, costruiti, vissuti ed amati. Luoghi tracotanti di presenze che non possiamo più vedere con gli occhi ma che possiamo ancora fortemente "respirare".

Quest'oggi ho avuto il piacere di trascorrere la mia serata nell'atmosfera magica di casa Volpi. Il CLIPPER è la creatura che il "Fox", Sergio Volpi, ha donato alle sue tre figlie e a tutto il nostro territorio.

Mi aggiro attraverso la sala luminosissima dove i fiori ed il bianco dominano indisturbati. I profumi provenienti dalla cucina si diffondono e si confondono con quelli della vegetazione che circonda la grande veranda. Le pareti sono popolate da branchi di deliziosi pesciolini- appliques e da tralci di fiori, originale ed inaspettato mi balza agli occhi il sistema di illuminazione della sala... Vengo richiamata dalla voce di Sabrina che attira la mia attenzione: "Hey Sara, siamo in veranda, ti aspettiamo..." Dedico un'altra occhiata alla piacevolezza di quanto mi circonda e abbandono la sala per raggiungere le "mitiche" sorelle Volpi, non vedo l'ora di ascoltarle e di poter conoscere, attraverso le loro parole, la storia del ristorante-simbolo della Costa Smeralda e soprattutto di colui che con tanta passione gli ha dato vita.

Katia, Monica e Sabrina sono inequivocabilmente sorelle, a sancirlo è il loro sorriso aperto e solare, smagliante, direi, esattamente identico a quello del Fox!

Mi siedo comodamente in veranda, le mie deliziose ospiti sono calorose ed accoglienti, sorseggiamo un calice di Vermentino di Gallura che mi stupisce per la limpidezza del suo giallo paglierino contrastato dai riflessi ver-

dolini e ci dona un effluvio delizioso che racchiude in sé i profumi delle erbe aromatiche e i sentori minerali di questa Terra unica.

Ascolto attenta e incuriosita il racconto delle sorelle riguardante i fatti e gli aneddoti che portarono Sergio Volpi a diventare il Maitre più giovane d'Italia, avvenne in Sardegna. Nell'Isola che lo rapì e che lo fece innamorare.
Negli anni in cui il gotha del jet-set internazionale gravitava attorno al meraviglioso borgo che il Principe Karim Aga Khan seppe immaginare e creare in questo straordinario lembo di terra, il talento e le innate doti umane e professionali del vulcanico Sergio Volpi lasciarono una impronta indelebile nel mondo della ristorazione isolana. Fu un innovatore, creativo ed eclettico maestro. Punto di riferimento per personaggi come Brigitte Bardot, Grace Kelly, William Holden, Audrey Hepburn e Greta Garbo alla quale il "Fox" dedicò un intero menù traendo ispirazione dai titoli dei suoi film più celebri...

Scorgo uno scintillio misto ad una punta di commozione negli occhi in queste donne

forti e solari nel descrivere il loro padre, tre donne Sabrina, Katia e Monica che hanno raccolto una straordinaria eredità e l'hanno saputa conservare, consolidandola e rinnovandola al contempo.
Il nostro tempo scorre veloce e piacevole, è ora

di cena e la zuppa di pesce ci attende, è la zuppa di pesce del "Fox"... Il tavolo è impeccabile, come pure il servizio. Si respira un'aria familiare e amichevole seppur avvolta da grande compostezza, classe e professionalità.

Non trovo parole adatte a descrivere i sapori, la cura, la ricercatezza degli ingredienti e la maestria nel lavorarli, tutto ciò fa sì che io possa soltanto gustarli e goderne la deliziosa prelibatezza!

Se fosse stato qui il grande "Fox", sarebbe stato orgoglioso e avrebbe decisamente approvato, con quel suo indimenticabile, immenso sorriso.

www.clipperportocervo.com

www.timeinjazz.it
#timeinjazz

TIME IN JAZZ

berchidda & altri luoghi

musica · arte
letteratura · cinema
ambiente · società

XXXII FESTIVAL 7-16 AGOSTO 2019

nel mezzo del mezzo

di SARA RUSSO

Il Time in Jazz è l'appuntamento più atteso dell'estate! Si tratta di un festival musicale, fondato dal trombettista Paolo Fresu nel 1997, che si tiene ogni anno in Sardegna, nella piazza centrale di Berchidda, paese natale del suo ideatore e direttore artistico. Oltre che a Berchidda il festival si svolgerà in altre località del nord della Sardegna, tra le quali Arzachena, Cheremule, Erula, Mores, Olbia, Ploaghe, Telti, Tula, Tempio Pausania, ed è noto anche a livello internazionale.
Time in Jazz è un Festival Internazionale ideato e voluto dall'omonima associazione culturale senza fini di lucro, costituita nel dicembre 1997. A fondarla sono stati proprio i volontari che per dieci anni, dal 1988 al 1997, hanno fatto parte dello staff organizzativo del festival.
Oltre all'organizzazione e al coordinamento del festival, l'associazione ha creato e si occupa al suo interno di attività culturali di ogni genere.

Nel 1998 nasce, infatti, la rassegna "Altri Tempi", incentrata sul cinema, sardo soprattutto, il teatro e la musica. Lo stesso anno viene allestita l'iniziativa "Aprile non dormire", dedicato alla presentazione di opere editoriali e teatrali. A giugno viene organizzata la Festa della Musica, come primo appuntamento musicale dell'estate. L'associazione detiene, inoltre, una collezione privata permanente di arte contemporanea, ospitata oggi dal Museo del Vino/Enoteca Regionale di Berchidda, e una rivista quadrimestrale di arte e cultura contemporanea; a questa si aggiunge un'attività di archiviazione di documenti e testimonianze che compongono la memoria storica di Time in Jazz, quali registrazioni audio e video, ritagli di giornali, fotografie, disegni e manifesti.

Video Time in jazz - Paolo Fresu e Dhafer Youssef – 16 agosto 2018. **https://youtu.be/Ps8R2IItdic**

PROGRAMMA

MERCOLEDÌ 7 AGOSTO

Time to Sea
Traversata Livorno > Golfo Aranci ore 10.30 > ore 17
FUNKY JAZZ ORKESTRA
ZOE PIA
SEASCAPE 3RD
in collaborazione con Sardinia Ferries e Pedras et Sonus - Jazz Festival Parte Montis
Produzione originale Time in Jazz

Time to Gallura
Tempio Pausania, L'Agnata, ore 18
DANILO REA & GUEST
OMAGGIO A FABER
Produzione originale Time in Jazz

Time to Coast
Golfo Aranci, Piazzetta in legno lungomare - 21.30
MONICA DEMURU
NATALIO MANGALAVITE
MADERA BALZA

GIOVEDÌ 8 AGOSTO

Time to Coast
San Teodoro, Chiesa di San Teodoro, ore 11
CLAUDIO FASOLI TRIO

Time to Coast
San Pantaleo, Chiesa di San Pantaleo, ore 18
SIMONE GRAZIANO TRIO
SNAILSPACE

Time to Coast
Budoni, spiaggia Porto Ottiolu, ore 21.30
FRANCA MASU
SADE MANGIARACINA

VENERDÌ 9 AGOSTO

Time to Monte Acuto
Tula, Sa Turrina Manna, ore 11
RAMBERTO CIAMMARUGHI
PIANO SOLO #01 "INVENZIONI - PENSIERI - CANZONI"
Produzione originale Time in Jazz

Time to Angiona
Erula, Chiesa del Cuore Immacolato di Maria, ore 18
CLAUDIO FASOLI SAMADHI QUARTET

Time to Coast
Porto Rotondo, Torre Costiera, ore 21.30
SADE MANGIARACINA TRIO
LE MIE DONNE

SABATO 10 AGOSTO

Time to Coast
Posada, Pineta di Orvile, ore 11
DINO RUBINO - FRANCESCO PONTICELLI
SPECIAL DUO
Produzione originale Time in Jazz

Time to Angiona
Nulvi, Pozzo sacro Irru "Tempio Delle Acque", ore 18
SIMONE GRAZIANO
CLAUDIO FASOLI DUO
Produzione originale Time in Jazz

Time to Coast
Arzachena, Li Conchi, ore 21.30
FRANCESCO PONTICELLI QUARTET

DOMENICA 11 AGOSTO

Time to Gallura
Bortigiadas, Chiesa della Santa Trinità, ore 11
RAMBERTO CIAMMARUGHI
PIANO SOLO #02
CIAMMARUGHI PLAYS FRESU
PLAYS CIAMMARUGHI
Produzione originale Time in Jazz

Time to Movie
Berchidda, Cinema Comunale, ore 17
STARE NEL MEZZO
RASSEGNA DI FILM
#1 ESULI: LE GUERRE
Regia di Barbara Cupisti

Time to Coast
Loiri Porto San Paolo, Cappella estiva Madonna del mare, ore 18
GIOVANNI FALZONE
ALESSANDRO ROSSI
MODUS OPERANDI

Time to Read
Berchidda, Sa Casara, ore 19
CLAUDIO FASOLI
INNER SOUNDS
AgenzioX 2017

Time to Street
Berchidda, itinerante nelle vie del paese, ore 19.45
FUNKY JAZZ ORKESTRA
MIGRANT RELOADED
Produzione originale Time in Jazz

Time in Jazz
Berchidda, Piazza del Popolo, ore 21.30
TEMPO DI CHET
LA VERSIONE DI CHET BAKER

Time After Time
Berchidda, Piazzetta Fonte Nuova, ore 24
TIME IS OVER #01
DJ ROCCA

LUNEDÌ 12 AGOSTO

Time to Children
Berchidda, Ludoteca, ore 10
DANIELE LONGO
UN PIANOFORTE COME CIELO
(0>36 mesi con i genitori, con prenotazione)

Time to Monte Acuto
Mores, Chiesa di San Giovanni, ore 11
SEBASTIANO DESSANAY GROUP
377

Time to Movie
Berchidda, Cinema Comunale, ore 17
STARE NEL MEZZO
RASSEGNA DI FILM
#2 ESULI: TIBET
Regia di Barbara Cupisti

Time to Coast
Olbia, Chiesa di San Paolo, ore 18
GIOVANNI FALZONE QUINTET
PIANETI AFFINI

Time to Children
Berchidda, Pineta Sacro Cuore, ore 18
DEBORA MANCINI
DANIELE LONGO
PIANO LEGGENDO (da 3 anni)

Time to Read
Berchidda, Sa Casara, ore 19
ROBERTO COTRONEO
COME UN RIMPIANTO
Mondadori 2011

Time to Street
Berchidda, itinerante nelle vie del paese, ore 19.45
FUNKY JAZZ ORKESTRA
MIGRANT RELOADED
Produzione originale Time in Jazz

Time in Jazz
Berchidda, Piazza del Popolo, ore 21.30
OMAR SOSA
YILIAN CAÑIZARES DUO
WITH SPECIAL GUEST
GUSTAVO OVALLES
AGUAS

Time After Time
Berchidda, Piazza del Popolo, ore 24
TIME IS OVER #02
DJ ROCCA

MARTEDÌ 13 AGOSTO

Time to Children
Berchidda, ludoteca comunale, ore 10
RUFIN DOH *IN "NENEN"*
3 FIABE AFRICANE
(8>12 anni)

Time to Gallura
Telti, Chiesa di San Bachisio, ore 11
OMAR SOSA PIANO SOLO

Time to Movie
Berchidda, Cinema Comunale, ore 17
STARE NEL MEZZO
RASSEGNA DI FILM
#3 ESULI: L'AMBIENTE
Regia di Barbara Cupisti

Time to Sassarese
Ploaghe, Convento dei Capuccini, ore 18
JAQUES MORELENBAUM SOLO

Time to Read
Berchidda, Sa Casara, ore 19
FLAVIO SORIGA
NELLE MIE VENE
Bompiani 2019

Berchidda, itinerante nelle vie del paese, ore 19.45
FUNKY JAZZ ORKESTRA
MIGRANT RELOADED
Produzione originale Time in Jazz

Time in Jazz
Berchidda, Piazza del Popolo, ore 21.30
NILS PETTER MOLVÆR GROUP

Time After Time
Berchidda, Piazza del Popolo, ore 24
TIME IS OVER #03
DJ ROCCA

MERCOLEDÌ 14 AGOSTO

Time to Children
Berchidda, Pineta Sacro Cuore, ore 10
STEFANO BARONI
"DRUM CIRCLE": TUTTI QUANTI POSSONO FARE MUSICA!
(0 >120 anni)

Time to Logudoro
Ardara, Nostra Signora del Regno, ore 11
NILS PETTER MOLVÆR SOLO

Time to Movie
Berchidda, Cinema Comunale, ore 17
STARE NEL MEZZO
RASSEGNA DI FILM
Regia di Simone Aleandri
Scritto da Andrea Di Consoli

Time to Meilogu
Cheremule, area archeologica Museddu, ore 18
GEGÈ MUNARI QUINTET
BLUE NOTE PROJECT #1

Time to Read
Berchidda, Sa Casara, ore 19
MARCO LUTZU
NO POTHO REPOSARE. IL CANTO D'AMORE DELLA SARDEGNA
Nota 2017

Berchidda, itinerante nelle vie del paese, ore 19.45
FUNKY JAZZ ORKESTRA
MIGRANT RELOADED
Produzione originale Time in Jazz

Time in Jazz
Berchidda, Piazza del Popolo, ore 21.30
PAOLO FRESU - DANIELE DI BONAVENTURA - JAQUES MORELENBAUM TRIO

Time After Time
Berchidda, Piazza del Popolo, ore 24
TIME IS OVER #04
DJ ROCCA

GIOVEDÌ 15 AGOSTO

Time to Children
Berchidda, Bosco Chiesa di San Michele, ore 10
I RACCONTI NEL BOSCO
CON GUFO ROSMARINO:
ROSMARINO, MA TU MI VUOI? (Spettacolo per 3>100 anni)
CON GIANCARLO BIFFI, PAOLO FRESU, SONIA PEANA, CATIA GORI
Produzione originale Time in Jazz

Time to Think
Berchidda, Chiesa di San Michele, ore 11
DICA TRENTADUE:
IL JAZZ VA A SCUOLA
CON ADA MONTELLANICO E MARIO PIATTI
a cura di Associazione nazionale il Jazz va a Scuola
in collaborazione con la Federazione Nazionale del Jazz Italiano

Time to Happy
Berchidda, Chiesa di San Michele, ore 12
GEGÈ MUNARI E GUESTS
BLUE NOTE PROJECT #02
Produzione originale Time in Jazz

Time to Food
Berchidda, Chiesa di Santa Caterina, ore 13.30
PRANZO TIPICO BERCHIDDESE

Time to Read
Berchidda, Chiesa di Santa Caterina, ore 17
ENRICO PARSI
TANTO PER CAMBIARE - PAOLO FRESU, BERCHIDDA E ALTRE STORIE DI ECONOMIA CIVILE E (STRA)ORDINARIE COMUNITÀ
Pacini Editore 2019

Time to Movie
Berchidda, Cinema Comunale, ore 17
STARE NEL MEZZO
RASSEGNA DI FILM
AS TIME GOES BY
Regia di Simone Aleandri

Time to Dance
Berchidda, Chiesa di Santa Caterina, ore 18
VANNI MASALA
ANDREA PISU DUO
FANTAFOLK

Time to Read
Berchidda, Sa Casara, ore 19
PAOLO FRESU
POESIE JAZZ PER CUORI CURIOSI / Rizzoli 2018

Time in Jazz
Berchidda, Piazza del Popolo ore 21.30
ORNELLA VANONI
ore 24
ORCHESTRA MIRKO CASADEI PLUS GUESTS
FESTA DI FERRAGOSTO

Time after Time
Berchidda, Piazza del Popolo, ore 01.30
TIME IS OVER #05
DJ ROCCA E GUESTS

VENERDÌ 16 AGOSTO

Time to Wine
Museo del Vino/Enoteca Regionale, ore 12
PRESENTAZIONE DELLA BOTTIGLIA DA COLLEZIONE DI TIME IN JAZZ

Time to Sky
Olbia, Aeroporto Costa Smeralda, ore 12
DANIELE DI BONAVENTURA
AIR BANDONEON

Time to Read
Berchidda, Museo del Vino/ Enoteca Regionale, ore 12,30
ROBERTO CIFARELLI
TIME IN JAZZ DIARY
Postcard Edizioni

Time to Coast
San Teodoro, Stagno di San Teodoro, ore 18
PAOLO FRESU E DANIELE DI BONAVENTURA DUO
IN MAGGIORE

ALTRI EVENTI

7 > 16 AGOSTO
Berchidda, Sa Casara
Time to Time
TIME TO TIME 2018
di Roberto Cifarelli
Il racconto per immagini dell'edizione 2018 del Festival
THE BLACK SQUARE
Mostra fotografica di Roberto Cifarelli

7 > 15 AGOSTO
Time to Children
Berchidda, ludoteca
ARRIVA LA PIMPA
Mostra dedicata alla celebre cagnetta Pimpa disegnata da Altan

7 > 15 AGOSTO
BABEL MIGRANT RELOADED
Progetti di inclusione migranti a cura di Theatre en Vol con gli artisti delle XXXII edizione

7 > 16 AGOSTO
Berchidda, Sa Casara
CASART – CASA D'ARTE TIME IN JAZZ

11 > 16 AGOSTO
Berchidda, luoghi vari
I PROGETTI DI GREEN JAZZ-LIFE GREEN-FEST
Contest, percorsi, iniziative di sensibilizzazione ambientale

Non solo jazz...Musica, letteratura, cinema, società, ambiente saranno protagonisti indiscussi anche della edizione di quest'anno, la 32°, in programma dal 7 al 16 Agosto, dal titolo di "Nel mezzo del mezzo". Come ha dichiarato lo stesso Paolo Fresu, il numero 32 dell'edizione 2019 «si colloca tra il 31 – naturale prosecuzione del primordiale e semiperfetto 30 – e il 33, palindromo della maturità e degli anni di Cristo oltre che numero che indica l'inizio e la fine delle cose»; nel "mezzo" come «un'isola, la Sardegna, che sta idealmente tra l'Africa e l'Europa (...) una "Terra di mezzo" in quell'oceano contemporaneo delle nuove migrazioni degli anni Duemila che è il Mediterraneo».
Ad aprire il festival sarà la Funky Jazz Orkestra, street band diretta dal trombettista Antonio Meloni, durante la traversata marittima che da Livorno arriva al Golfo degli aranci (partenza alle ore 8 e arrivo previsto per le 14.30), iniziativa resa possibile grazie alla collaborazione della compagnia Sardinia Ferries. La giornata inaugurale continuerà a L'Agnata (Tempio Pausania), luogo preferito di Fabrizio De Andrè in Sardegna, in occasione del ventennale della sua morte, con un omaggio a Faber. L'ultima sera, quella del 16 agosto, all'interno del Museo del vino/Enoteca regionale ci sarà la presentazione della bottiglia da collezione di Time in Jazz; mentre le ultime note del festival spetteranno al suo inventore, Paolo Fresu, insieme a Daniele di Bonaventura.

PAOLO FRESU

È un trombettista e flicornista italiano, un uomo che, come pochi altri, è riuscito a trasportare il più profondo significato della sua magica terra nella più preziosa e libera delle arti, la musica.

All'età di soli 11 anni entra nella Banda Musicale del proprio paese natale, Berchidda, ma scopre il jazz solo nel 1980 trasformando ben presto la sua passione in un lavoro, registrando per la RAI e frequentando i Seminari di Siena jazz. Nel 1984 si diploma in tromba presso il Conservatorio di Cagliari, vincendo il premio, il primo di una lunga serie, come miglior talento del jazz italiano. Tra i vari suoi riconoscimenti spiccano le cittadinanze onorarie di Nuoro, Junas (Francia) e Sogliano Cavour, la Laurea Honoris Causa conferitagli dall'Università La Bicocca di Milano e la Laurea Honoris Causa della Berklee School di Boston.

Docente e responsabile di attività didattiche e culturali nazionali e internazionali, ha suonato ed è conosciuto in ogni continente, suonando insieme ai nomi più importanti della musica afroamericana degli ultimi 30 anni. Ha registrato più di quattrocento dischi (di cui circa novanta a proprio nome e altri con collaborazioni internazionali). Nel 2010 ha fondato la sua etichetta discografica Tŭk Music.

Nel 1987 fonda il Festival 'Time in jazz' di Berchidda, uno degli eventi itineranti più attesi dell'estate sarda. È stato più volte ospite in grandi organici quali la 'G.O.N. - Grande Orchestra Italiana', l'ONJ - Orchestra nazionale di jazz francese, la NDR - orchestra della Radio tedesca di Amburgo, l'italiana Instabile Orchestra, la PJMO dell'Auditorium/Parco della Musica di Roma, l'Orchestra Sinfonica della Rai, l'Orchestra dell'Arena di Verona, I Virtuosi Italiani, l'orchestra del Teatro Massimo di Palermo ed altri.

Ha coordinato numerosi progetti multimediali collaborando con attori e danzatori, scrivendo musiche per film, documentari, per il Balletto e il Teatro.

Dal 2016, è Ambasciatore dell'Unesco giovani per l'Italia.

Oggi vive tra Parigi, Bologna e la Sardegna, attivo con numerosi progetti che lo vedono impegnato in centinaia di concerti all'anno in Italia e all'estero.

(Per maggiori info consultate la sua pagina ufficiale http://www.paolofresu.it/it/)

[we are mylius]

MYLIUS

YACHTS

di STEFANIA MAFFEO

La Sardinia del golf

Tra natura incontaminata e mare cristallino

La terra di Sardegna costituisce una location ideale per gli amanti del golf

In primis per la dolcezza del clima, ma soprattutto, per la straordinaria ed unica bellezza dei paesaggi e dei panorami, che ben si sposano con la pratica della disciplina, come ha riferito il giornalista sportivo americano Bob Ryan, che ha definito il golf *"una bella frequentazione con alberi, sabbia e acqua"*.
Gli ampi spazi hanno favorito la nascita e realizzazione di impianti di gran qualità con campi famosissimi come il Pevero, ritenuto dall'architetto americano Robert Trent Jones il suo capolavoro (ne ha progettati oltre 500 in tutto il mondo!) e Is Molas, ma anche altri di più recente costruzione fino ai campi pratica ed ai percorsi promozionali. In altre parole ce n'è per tutti, golfisti e simpatizzanti pronti a calcare i prati della bella Sardinia.

La specificità dello sviluppo della pratica del golf in Sardegna è stata determinata dall'incontro di due fattori principali: l'esigenza di destagionalizzare il flusso turistico e la necessita per i golfisti di trovare nuovi campi praticabili nel periodo invernale. Nonostante questo sport sia nato in una terra come la Scozia, dove le giornate piovose sono decisamente molto frequenti, è indubbio che il clima invernale sardo particolarmente mite renda confortevole la pratica di questa disciplina anche nel periodo che va da novembre a febbraio.

Tra l'altro, in quei mesi, i turisti hanno la possibilità di godere appieno della straordinaria bellezza dei paesaggi in cui i percorsi sono immersi. E con il golf il turista scopre anche tutti gli altri valori del territorio: dall'archeologia, alla gastronomia, dalle bellezze naturali alla cultura ed alla storia.

le Club House

Intraprendiamo un viaggio in Sardegna inseguendo la pallina bianca a fossette che non smette di attirare giocatori e turisti alla ricerca delle condizioni migliori per questo sport meraviglioso. L'isola offre ottime Club House e bellissime sistemazioni alberghiere per poter trascorrere le proprie vacanze all'insegna del golf.

La Sardinia del golf

Pevero Golf Club
COSTA SMERALDA

Posizionato nell'area compresa tra la baia di Cala di Volpe ed il Golfo del Pevero. Il tracciato del campo fu inserito nella folta macchia mediterranea, costellata da formazioni rocciose e laghetti naturali.

Fu inaugurato nel 1972, ma ha acquisito notorietà a livello mondiale nel 1978, quando ospitò l'Open d'Italia. Club House e Case del Golf, di mano italiana (progettista Riccardo Bonicatti), sono armonicamente intrinseche al suggestivo contesto naturale. Attrezzature all'avanguardia per la manutenzione dei campi, elevata qualità delle strutture, nuovi golf cart, bar mobile fra i fairways, il fondo "Cerca un Campione" a favore dei giovani talenti sardi (da 11 a 15 anni) ed un ottimo computer per l'apprendimento del golf fanno il resto.

OPENING TIME

CADDIE MASTER	08:00 – 19:30
DRIVING RANGE	08:10 – 19:20
GOLF COURSE	08:10 – 19:20
GYM	08:10 – 19:20
LOCKER ROOMS	08:00 – 19:30
RECEPTION	08:00 – 19:00
SWIMMING POOL	10:30 – 17:30

PEVERO GOLF CLUB
Via del Golf - 07021 - Porto Cervo (SS) - Italy

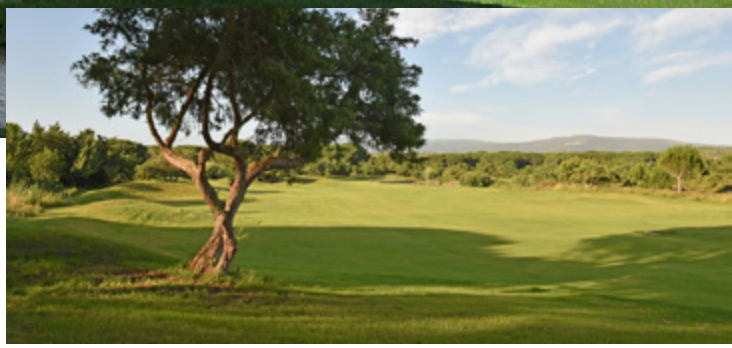
Prenotazioni e Informazioni
Tel +39 0789 958046
reception@golfclubpevero.com

https://www.peverogolfclub.com

La Sardinia del golf

Is Arenas Golf & Country Club

Altrettanto noto è l'Is Arenas Golf & Country Club di Narbolia, una delle più recenti zone marine importanti destinate al golf mai costruite.
Un vero e proprio tappeto di colori: una pineta (che ospita le specie protette di pinus pinea e ginepri) di oltre 700 ettari che costeggia 4 chilometri di spiaggia sabbiosa.
La struttura, con un campo da 18 buche par 72, oltre un percorso executive di 3 buche par 9, è ubicata nell'ambito della penisola del Sinis in provincia di Oristano, ricca di storia, di espressioni culturali, di natura e mare incontaminati sulla costa ovest della Sardegna storica. Il territorio in cui ricade Is Arenas è particolarmente noto anche per la pregiata enogastronomia con prodotti e squisito pesce della zona.
Una curiosità? Per chi intende spostarsi sino al bello stagno di Is Benas (120 ettari di superficie), connesso al mare, potrà ammirare i fenicotteri rosa.



Is Arenas Golf S.r.l.
Località Pineta Is Arenas
09070 Narbolia (Oristano)

Informazioni Golf office
+39 (0) 335 1258322 Segreteria
segreteria@isarenas.it
La Segreteria del golf è aperta tutti i giorni dal lunedì alla domenica dalle 8,30 alle 18,30.

Prenotazioni
+39 (0) 348 6914889
prenotazioni@isarenas.it

https://www.isarenas.it

La Sardinia del golf

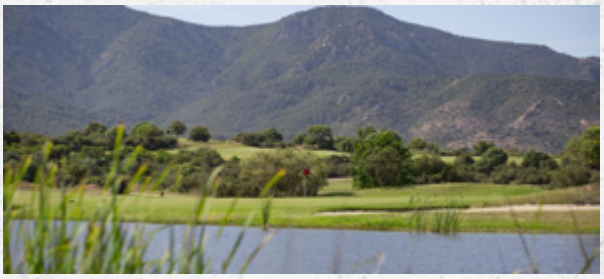
Golf Is Molas

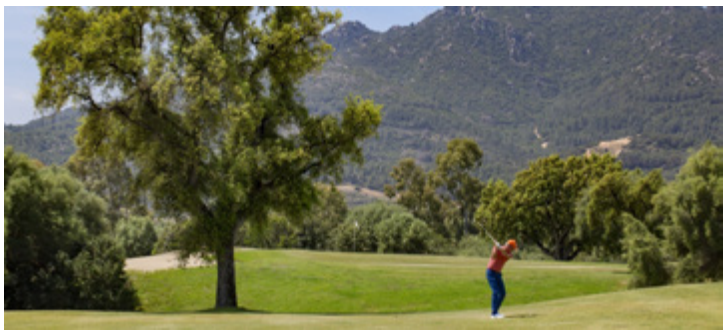
Il Circolo Golf Is Molas è ubicato a sud dell'isola su circa 600 ettari di terreno che degrada dolcemente fra le pendici finali del Sulcis meridionale ed il mare di Pula.

Una struttura molto amata dai golfisti, in quanto il tracciato si presta, grazie ai tee di partenza molto lunghi, sia a divertire il giocatore di medio livello sia ad impegnare il professionista, che, soprattutto nelle giornate ventose, deve far ricorso a tutta la sua abilità.

Infatti Is Molas viene considerato da tutti gli esperti tra i primi 10 campi da golf d'Italia.

Una spettacolare scenografia naturale per 27 buche. Is Molas non è solo un circolo golfistico, è un luogo che affascina e coinvolge.





CIRCOLO GOLF IS MOLAS
Loc. Is Molas 09010 Pula, Cagliari

Prenotazioni e Informazioni
Tel: +39 070 9241006
Mail: ismolasgolf@ismolas.it

https://www.ismolas.it

La Sardinia del golf

Golf Club Puntaldia

Il Golf Club Puntaldia coniuga ottimamente l'aspetto sportivo (nove buche di precisione e spettacolarità tecnica) ed il contesto, che è un vero e proprio paradiso naturale. Il campo si apre su un verdissimo green circondato da lussureggianti palmizi e si snoda lungo la costa orientale della Sardegna, tra il turchese del mare e l'azzurro del cielo, tra piccole insenature e deliziose baie.

Il percorso permette di giocare a due passi dal mare, riempiendosi gli occhi dei colori del paesaggio e della vegetazione circostante, i polmoni del profumo di salsedine per diventare protagonisti di un'esperienza sportiva, visiva ed olfattiva eccezionale.

GOLF CLUB PUNTALDIA
tel. (+39) 0784 864477
fax (+39) 0784 864017
info@golfclubpuntaldia.it
segreteria@golfclubpuntaldia.it
direzione@golfclubpuntaldia.it

Due Lune Resort, Golf & Spa
tel. (+39) 0784 864075
fax (+39) 0784 864017
info@duelune.com

http://www.golfclubpuntaldia.it

CARTUCCE TONER, CARTA STAMPANTI

ci pensa Prink!

CARTUCCE
per stampanti inkjet

TONER
per stampanti laser

CARTA
oltre 200 tipi

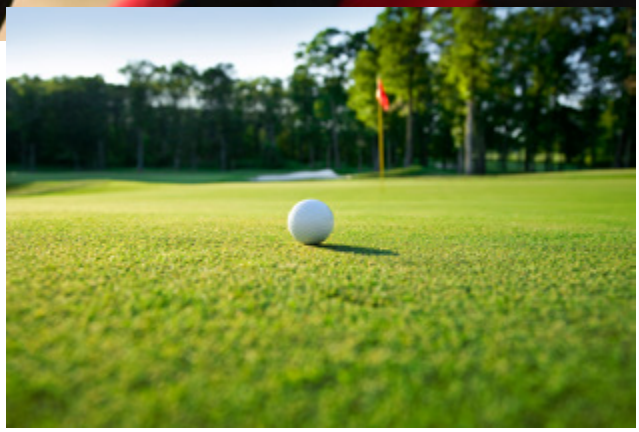
STAMPANTI
vendita, noleggio e assistenza

Oltre 550 negozi e corner in tutta Italia,
trova il più vicino a te su **prink.it**

prink®

La Sardinia del golf

Meirana Golf Club



Sorge in una zona panoramica, tra morbide colline a guardia di stagni che i fenicotteri tingono di rosa, a Settimo San Pietro (Cagliari).
Un mare di acque limpide, spiagge dalla sabbia bianca e finissima. Giocando in questa struttura è possibile scoprire un tipico paese campidanese, un tempo mansio (stazione di posta) romana, che annovera luoghi ed edifici di culto preistorici e moderni.

L'epoca romana è testimoniata dai resti di un acquedotto. Mentre le tracce umane più antiche del territorio risalgono al Neolitico recente: è la domu de Janas de s'Acqua 'e is dolus. Dell'età del Bronzo è il complesso nuragico di Cuccuru Nuraxi, sulla collina omonima, con nuraghe trilobato e tempio a pozzo. Ai piedi del colle è stata costruita l'Arca del Tempo, museo multimediale e centro di sperimentazione su beni culturali e archeologici.

MEIRANA GOLF CLUB
Via Cuccurru Nuraxi - Settimo San Pietro (CA)
Telefono: 070815150
E-mail meiranagolf@tiscali.it

Giunti a Settimo San Pietro percorrendo la circonvallazione Nord di Cagliari (ss 554) il Meirana Golf Club si trova, adeguatamente segnalato, presso i rilievi di Cuccuru Nuraxi e Cuccuru Meirana.

La Sardinia del golf

Tanka Golf Villasimius

Percorso di rara bellezza disegnato dal famoso progettista Luigi Rota Caremoli, è inserito nel meraviglioso scenario della costa di Villasimius denominata, non a caso, la Polinesia del Mediterraneo.

Il percorso, premiato nel 2007 come miglior nuovo campo in Italia dalla rivista "Il Mondo del Golf", si snoda su un'area di circa 40 ettari con vista sull'area marina protetta di Capo Carbonara.

Il par 70 ed i 5418 mt di lunghezza ospitano un campo pratica con otto postazioni coperte e quindici scoperte, affiancato da uno splendido putting green.

Sotto il profilo del gioco, le prime 9 buche sono un po' faticose e richiedono maggior impegno; le seconde nove sono più pianeggianti e concedono più tempo al giocatore per concentrarsi sullo score.

Il Tanka Golf Villasimius promuove il gioco del golf 12 mesi all'anno con l'obiettivo di occupare una posizione di rilievo nell'offerta turistica del sud Sardegna.

ASD TANKA GOLF VILLASIMIUS
Via Degli Oleandri, 4
09049 Villasimius
Sardinia
Italy

Prenotazioni e Informazioni
Tel: +39 3471724373
info@tankagolfvillasimius.it
segreteria@tankagolfvillasimius.it

https://tankagolfvillasimius.it

La Sardinia del golf

Cagliari Golf Club

Si trova in località Flumini di Quartu, immerso in una natura unica caratterizzata dai colori, dai profumi e dai silenzi tipici della macchia mediterranea.

Tutta la magica atmosfera della Sardegna a disposizione di chi vuole mettersi alla prova in flessibili soluzioni di ingresso al campo da gioco, con un percorso a nove buche.

CAGLIARI GOLF CLUB
Via delle Bouganville, 31
09046 Quartu Sant'Elena (CA)

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI
Tel: (+39) 371 3344380
Sempre aperto

http://www.cagliarigolfclub.com

ufin
accessori nautici

JUST SAIL.

Shaft Line & Sail drive propellers
for your passion

flexofold
sailboat propellers

ELICHE RADICE

Ufin s.r.l. Viale Rimembranze 54 • 20099 Sesto San Giovanni • Milano • tel. 0222478015 • info@ufin.com

GOLF CLUB BORGO DI CAMPAGNA

É una tenuta nell'incantevole campagna gallurese (Sardegna nord orientale), in armonia con la natura, in una zona di assoluta quiete.
Ospita un campo pratica all'ombra di querce secolari. Situato vicino ad Olbia, da non perdere una visita al parco naturalistico di Tavolara, un'Area Marina Protetta, caratterizzata da un paesaggio variegato ed affascinante, un susseguirsi di insenature, spiagge, calette e promontori.
La zona protetta comprende tutto il territorio che va dalla spiaggia La Cinta a sud, fino a Capo Ceraso a nord e le tre isole di Tavolara, Molara e Molarotto.

GOLF CLUB BORGO DI CAMPAGNA
LOC. TRUDDA - VIA REGINA ELENA 52 OLBIA SS
09046 Quartu Sant'Elena (CA)

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI
Telefono : 078941321

http://www.borgodicampagna.it

La Sardinia del golf

Sassari Golf Club

È quel che si può definire un “concentrato di efficienza”.

Ecco i principali dati utili: offre 25 postazioni per la pratica sull’erba; 5 postazioni coperte con pedane; un ampio driving range; putting green in erba sintetica; bunker di allenamento; bar per drink e pranzi veloci.

Dal gioco di precisione ai colpi di potenza, dal colpo al green al sand dal bunker.

SASSARI GOLF CLUB
Via Rockefeller 59
Sassari

Prenotazioni e Informazioni
(+39) 348 925 4780
info@sassarigolf.it

La Sardinia del golf

Country Telis Golf Club

Il Telis Golf Club riserva un campo da golf "stagionale" (in funzione dal 1/7 al 31/08) che si estende a 150 m sul livello del mare ed immerso in un'attraente zona di interesse faunistico e botanico.

La lunghezza complessiva è pari a mt. 1020; dispone di 9 buche per un par 27. Il percorso è di media difficoltà, definibile "pitch and put".Dispone anche di "putting green" per allenamenti con "putter" e del campo pratica (driving range) per allenamenti allo swing con short clubs (ferri corti).

TELIS COUNTRY GOLF CLUB
Località Bellavista, Arbatax, Ogliastra
Telefono: 0782667065 - 0782667165

La Sardinia del golf

Ercole Cellino Golf & Country Club

È situato ad Assemini (Cagliari).
E' dotato di un campo da golf che si snoda su 6 buche par 3.
Assemini val davvero una visita.
Di particolare rilevanza architettonica è la chiesa dedicata a San Giovanni posta al centro del paese.
Numerosi gli altri luoghi di culto da vedere: la chiesa di San Pietro Apostolo in stile gotico-catalano con facciata rettangolare merlata e campanile quadrato; la chiesa attribuita a Santa Lucia di impronta romanico-pisano e quella di Sant'Andrea.

ERCOLE CELLINO GOLF & COUNTRY CLUB
Loc. Sa Ruina
09032 Assemini CA

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI
070-9438039
070-9456111
golf.countryclub@tiscali.it

www.golfclubcellino.it

La Sardinia del golf

Capo d'Orso Golf Club

È posizionato su una collina circondato da una macchia mediterranea bellissima con una vista eccezionale sull'isola di Caprera e sulla Costa Smeralda.

Il campo da golf 9 buche Pitch & Putt, putting green e campo pratica è l'ideale per i principianti o per chi desidera avvicinarsi a questo sport.

Ma anche i giocatori esperti troveranno i loro PAR 3 con solo "rough" e piccoli "green" avvincenti e stimolanti per perfezionare il gioco corto.

Cala Capra Palau (Olbia Tempio), la località che lo ospita, si affaccia sul Golfo delle Saline, con sfumature dall'azzurro al verde del mare gallurese. La sabbia bianca e finissima offre incredibili contrasti di colori.

CAPO D'ORSO GOLF CLUB
Localita' Cala Capra
Palau (OT), Sardegna

INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI
prenotazioni@hotelcapodorso.com
+ 39 0789 790307

https://www.hotelcapodorso.com

SUZUKI

Way of Life!

DRIVE SUZUKI.

SUZUKI HYBRID

a **13.800*€**

con tutto di serie

Gamma Suzuki Hybrid. Consumi in l/100km su ciclo combinato: 4,1-4,7 (NEDC correlato), 5,0-5,9 (WLTP). Emissioni in g/km: 94-106 (NEDC correlato), 113-132 (WLTP). *Prezzo promo chiavi in mano riferito a IGNIS 1.2 HYBRID COOL (IPT e vernice met. escluse), presso i concessionari che aderiscono all'iniziativa e per immatricolazioni entro il 31/08/2019.

di STEFANIA MAFFEO

La Sardinia della vela

tra storia e mare incontaminato

***"Il mare, soprattutto la vela, ti è complementare. Ti avvolge, ti forma, ti aiuta, ti accompagna. Serve a capire, te stesso e gli altri. È la più bella avventura della vita"* era solito ripetere il velista Giovanni Soldini.**

In particolare, fare vela in Sardegna è un'esperienza bellissima in quanto il mare cristallino e le calette che si possono visitare sono di una bellezza unica.
Circumnavigando l'intera isola dalle coste granitiche, scolpite dai venti di libeccio e maestrale, vi sono bellissime tappe dove fermarsi per esplorare posti ricchi di magia: dai famosi Nuraghi alle spiagge incontaminate, che rendono i tour indimenticabili, il tutto condito da mirto, ginepri ed elicriso profumato.

Il nord della Sardegna

Con i suoi circa duemila chilometri di costa, è un vero e proprio paradiso, per natura e vegetazione, ma anche per tradizione e cultura.

Vi sono inoltre numerosi porti dove è possibile noleggiare una barca a vela oppure prenotare delle escursioni verso le più belle spiagge dell'isola.

Parco Nazionale di La Maddalena

Prima tappa è sicuramente quella nel Parco Nazionale di La Maddalena, che, con le sue isole ventose ricche di insenature naturali e di caratteristici approdi, è una meta ideale per le vacanze in barca a vela.

Vi si possono ammirare alcune delle più belle e rare spiagge del mondo, a cominciare dalla Spiaggia Rosa (il cui colore dei fondali è generato da gusci di un particolare organismo unicellulare), per proseguire con la Spiaggia di Cala Coticcio.

Il Parco è molto importante anche dal punto di vista culturale e storico in quanto è sede della casa dove Giuseppe Garibaldi trascorse l'ultimo periodo della sua vita: un museo storico che racconta di uno dei più grandi personaggi italiani del XVIII secolo.

La Sardinia della vela

Isola di Caprera

Seconda dell'arcipelago della Maddalena, è certamente una destinazione con pochi eguali. Ha una tradizione velica millenaria.

Basta pensare alla leggendaria Vela Latina (armamento risalente ad epoca altomedioevale) che, proprio in Sardegna, trova il suo posto naturale di elezione.

"Regata della Vela Latina"

Un patrimonio ancora in vita grazie all'artigianato locale e legata alla famosa "Regata della Vela Latina" di Stintino che si svolge, solitamente, a fine agosto. È il più importante e significativo raduno in Italia e, al di là della competizione agonistica, è un momento di ritrovo e di festa per i proprietari di questi scafi, alcuni del primo '900, provenienti da tutta Italia, ma anche da Tunisia, Francia e Spagna. La manifestazione si svolge in un arco di tre giornate con partenza degli scafi dal porto Mannu a Stintino, con eventi a corredo come mostre, serate folcloristiche e concerti.

Qualche curiosità in più?
Ecco...vela "svelata"! La vela latina ha una forma triangolare rispetto alle altre tipicamente rettangolari o trapezoidali.

La barca è un gozzo costruito interamente in legno massello con un'alberatura particolarmente semplice caratterizzata da soli 3 elementi: l'albero, che sostiene la vela in tutta la sua lunghezza, l'antenna e lo spigone. Originariamente era un'imbarcazione utilizzata per la pesca e di conseguenza il suo scafo aveva una forma particolarmente allargata e senza deriva (per poterla issare in spiaggia agevolmente).

Questa splendida attrezzatura velica, propulsore, insieme ai sudati remi, delle flotte da pesca e piccolo cabotaggio, vanta una ricca e gloriosa storia: è una velatura mediterranea per eccellenza partendo dalle prime testimonianze certe sul suo utilizzo, che risalgono al II secolo a.C., fino ai tempi delle Repubbliche Marinare, adoperata anche da Cristoforo Colombo e Vasco de Gama, per arrivare sino ai nostri giorni, revocando, accanto all'epopea del mondo della pesca e del cabotaggio minore, anche l'epoca d'oro delle galere.

In particolare vanno ricordati i tempi d'oro del XVI secolo e della sfida sul mare delle flotte cristiane contro quelle ottomane e barbaresche, flotte in cui l'armo latino era un protagonista e che videro coinvolti i cavalieri ospitalieri che, dopo Gerusalemme e Rodi, avevano stabilito a Malta la loro roccaforte.

Centro Velico Caprera

Andar per mare utilizzando la forza del vento è un'esperienza complessa e semplice nello stesso tempo.
Fatta di emozione, di tecnica, di persone e di un rapporto con il mare che di giorno in giorno si fa sempre più forte.
Lo testimonia egregiamente il Centro Velico Caprera. Classe 1967, è tra le scuole di formazione di marinai più importanti del Mediterraneo.

Una flotta moderna e completa, istruttori qualificati ed un campo di navigazione tra i più belli al mondo con un approccio intensivo, all'interno di una palestra naturale ideale, dove il vento difficilmente si lascia desiderare e l'apprendimento viene condiviso con il proprio equipaggio.

I corsi di iniziazione

di una o due settimane, mettono in grado di acquisire i fondamentali per governare una piccola imbarcazione a vela in autonomia e sicurezza e familiarizzare con la principali andature e manovre, vivendo in mondo intenso la vita del marinaio. A bordo ma anche a terra. A seconda del livello raggiunto, e dell'età, viene utilizzata l'imbarcazione più adatta alle esigenze degli aspiranti marinai.

Per chi ha già una preparazione sufficientemente avanzata ci sono i corsi di deriva - imbarcazioni piccole per uso sportivo - e J80 - imbarcazioni ibride a metà tra i cabotaggio e la deriva.

Per coloro che sono alle prime armi si inizia con il cabinato. Imbarcazioni da crociera che prevedono iter formativi progressivi e obbligatori. Ce n'è davvero per tutti, anche per i ragazzi di età compresa tra i 12 ed i 14 anni, per cui vengono organizzati corsi specifici di avviamento alla vela.

PER IL MARE OGNI LAVAGGIO È UNA TORTURA.

#STOPMICROFIBRE

Un solo carico di tessuti sintetici produce milioni di microfibre plastiche che si riversano in mare, causando danni alla vita marina. Riduci gli acquisti, lava di meno e a basse temperature, con cicli brevi e usando poco detersivo, preferibilmente bio-ecologico. **Se vuoi, puoi fare la differenza.**

MAREVIVO

marevivo.it

La Sardinia della vela

Yacht Club Costa Smeralda

YACHT CLUB COSTA SMERALDA

La costa orientale della Sardegna è importante per velisti perché il mare è più protetto dalle montagne.

Non mancano altre competizioni di alto livello come la "**Rolex Swan Cup**" (evento a cadenza biennale); la "**Maxi Yacht Rolex Cup**" e la "**Sardinia Cup**", tutte organizzate dal prestigiose ed attivissimo Yacht Club Costa Smeralda.

La Sardinia della vela

Orza
Scuola Vela

Una splendida base nautica nel nord della Sardegna, arcipelago della Maddalena, si trova a Porto Pollo, nel Comune di Palau: una località conosciuta in tutta Europa dagli amanti degli sport acquatici. Ambiente incontaminato, spiagge dorate, mare incredibilmente trasparente e costante presenza di vento sono le principali caratteristiche di quest'area dove Orza Scuola Vela tiene i suoi corsi stanziali per adulti e campus di vela per bambini e ragazzi e dal quale salpano i corsi di vela itineranti verso le vicine isole del Parco Nazionale Arcipelago de la Maddalena ed il sud della Corsica a sfidare il vento nelle Bocche di Bonifacio e godere nel paesaggio mozzafiato della meravigliosa isola di Lavezzi.

Centro Nautico di Levante

La base nautica del Centro Nautico di Levante, la Casa del Vento, si trova nell'area del campeggio di Capo d'Orso, a pochi chilometri da Palau (Oristano), racchiusa tra la rigogliosa macchia mediterranea e la splendida spiaggia de Le Saline, protetta dall'Orso granitico in uno dei più bei lembi della costa sarda. Il vento qui non manca mai. La posizione ridossata permette ai corsi di vela per principianti di navigare e prendere confidenza con vento e mare in tutta sicurezza, ed a quelli di perfezionamento ed avanzati, di trovare "vento per le proprie vele" allargando, in taluni casi, il perimetro di navigazione.

Uscendo dalla base, il blu del mare dell'arcipelago della Maddalena si stende fino a perdita d'occhio. Porto Palma, Spargi, Budelli (Spiaggia del Cavaliere), Santo Stefano sono solo alcune delle mete che si possono raggiungere. Navigare in questa zona significa destreggiarsi tra rotte, allineamenti, fari e godersi uno degli angoli più belli di tutto il Mediterraneo. Non resta che scegliere dove puntare la prua!

La Sardinia della vela

Horca Myseria

Dal simpatico nome “Horca Myseria” vi è l’omonima società di vela per imparare la tecnica velica in modo semplice e divertente con base ad Isuledda, di fronte a Caprera e Maddalena.

Un vero e piccolo borgo per velisti: quattro casette, immerse nel verde, nella musica del mare a pochi passi dalla spiaggia con una “piazza” per le attività didattiche e per le serate da trascorrere in compagnia.

Il polo turistico intorno all’area di Alghero, noto come Riviera del Corallo, prende il nome dalle massicce formazioni di corallo rosso presenti nelle sue acque, rinvenuto sin dall’epoca romana e tutt’ora utilizzato dagli artigiani del luogo per la creazione di splendidi orecchini, bracciali e collane. Il litorale nord-occidentale della Sardegna è rinomato anche per la caratteristica alternanza di conformazioni rocciose dalla folta vegetazione (Baia di Porto Conte) a spiagge di sabbie finissime (calette di Fertilia e Pòglina) che si aprono a perdita d’occhio su di un mare dalla superficie cristallina. Queste acque ospitano il **Vento de l’Alguer**, Campionato di Vela organizzato dalla Lega Navale Italiana – Sezione di Alghero.

La Sardinia della vela

Yacht Club Cagliari

YACHT CLUB CAGLIARI

Lo Yacht Club Cagliari è situato nel Porticciolo di Marina Piccola, vicino alla spiaggia del Poetto, a pochi chilometri dal centro della città.

Il circolo è cresciuto nei decenni (nato nel 1964) contraddistinguendosi per la scuola di vela e vantando numerosissimi atleti di alti livelli di tutte le classi, acquisendo fama mondiale con le Regate **Melges World League**.

La Sardinia della vela

Sicuramente non esaustiva, questa panoramica può fungere come fulcro di interesse per scoprire la splendida Sardegna in barca a vela, con i suoi circa duemila chilometri di costa, il susseguirsi di cale e calette, le spiagge di una bellezza sconvolgente, insenature e grotte che si affacciano su uno dei mari più belli del mondo.

Esplorare la Sardegna in barca a vela è un modo di guardare l'isola da una nuova prospettiva. Emozionante e sufficientemente distaccata per poterne capire ogni aspetto.

E qualunque sia il percorso scelto per veleggiare, la porzione di costa che si vorrà esplorare, si rimarrà folgorati dalla bellezza e dall'intensità di questo viaggio.

PUBBLIMARKET

di STEFANIA MAFFEO

Diving in Sardinia

Inabissiamoci

La splendida Sardinia, nei suoi ambienti sommersi, riserva uno scrigno di fantastici scenari: continue sorprese adagiate sui fondali, ricchi di variegati habitat di flora e fauna marine.
Senza dubbio lo sport che consente di esplorare le acque, conoscere i fondali e venire a contatto con il mondo subacqueo ricco di rocce, coralli e pesci è il Diving, ossia le immersioni in profondità. Il famoso oceanografo francese Jacques Cousteau era solito ripetere: "Dopo l'istante magico in cui i miei occhi si sono aperti nel mare, non mi è stato più possibile vedere, pensare, vivere come prima".

I caldi raggi del sole illuminano il mare sardo

... che è ricco di navi scomparse, relitti adagiati in profondità, tesori nascosti scelti come habitat da branchi e colonie di pesci. Proprio la vitalità del mare fa rinascere i relitti feriti: i nuovi abitanti, cernie, aragoste, gamberi, fanno capolino dalle loro tane tra gli splendidi tappeti fioriti di gorgonie e di specie rare come il corallo nero. Relitti ormai del tutto colonizzati dai ventagli rossi e gialli e distese di posidonia che vibrano al fluire dell'acqua, suscitano emozioni anche ai sub più esperti.

Alla scoperta di relitti e fondali marini

Il Mediterraneo è stato sempre la culla della civiltà:

Dalle sue sponde si muovevano genti e culture. La Sardegna era situata al centro di questo mondo. Anfore, lastre e colonne di marmo, legni ed ancore sono solo alcuni dei reperti che ricreano una sorta di straordinario museo archeologico sommerso. Il mare attorno all'isola è anche stato teatro di guerre. Molti dei relitti abissati sono ancora in assetto da battaglia, armati di cannoni e mitraglie cariche di munizioni. Stupore e curiosità pervadono chi si immerge tra plancia, stive e sale macchine delle navi, attirato dalle tracce lasciate dagli equipaggi. Rifornimenti che non arrivarono mai a destinazione. Le navi affondate offrono l'occasione per un'esperienza indimenticabile a metà strada tra il mistero di un viaggio nel tempo e l'ammaliante osservazione di una straordinaria esplosione di vita sottomarina.
Muniti di maschera subacquea, muta protettiva, pinne, erogatore, bombola e macchina fotografica andiamo alla scoperta dei segreti sottomarini grazie alla professionalità dei vari centri diving sparsi in tutto il territorio sardo.

Diving in Sardinia

Santa Teresa di Gallura

Uno dei contesti più rari del Mediterraneo è quello di Santa Teresa di Gallura.

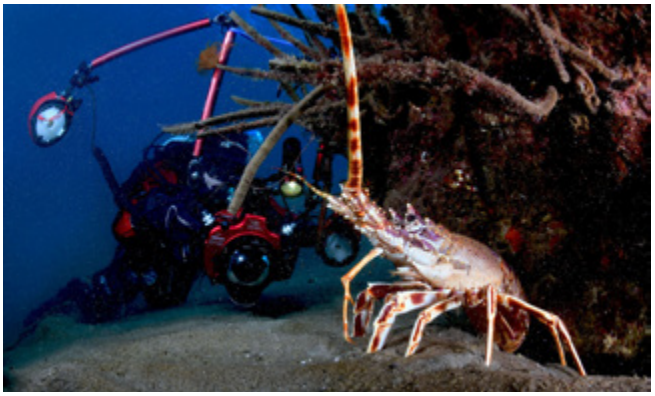
Inabissandosi presso gli scogli della Marmorata, una delle punte più a nord della Sardegna, si scopre il fascino di esplorare il famoso Relitto Angelika, cargo greco di 70 mt che si trova ad appena 18 mt di profondità.
La Secca di Porto Leccio non ha nulla da invidiare ai fondali tropicali tanto desiati.

La posidonia, che popola gli strani più superficiali del mare, lascia spazio al corallo rosso vivissimo in un'esplosione di forme e colori che si annidano sulle pareti della secca con picchi sommersi fino a 3 mt di profondità.

La Costa Rossa

Località emergente del nord Sardegna tra Badesi e Santa Teresa Gallura, rappresenta un'interessante opzione per immergersi e conoscere un tratto di costa poco nota, ma di estrema bellezza. I quarantatré punti di immersione si caratterizzano, oltre che per la roccia rossa del luogo, anche per la presenza di stretti canyon, tunnel sabbiosi e per la famosa Grotta Niedda completamente chiusa e buia.

L'Area Marina Protetta di Tavolara (a poca distanza da Olbia) e Punta Capo Coda Cavallo



Comprende più di 15.000 ettari di mare e l'ampiezza ne fa una delle mete più gettonate.
Tra i venticinque punti di immersione ricreativi da segnalare è la Secca del Papa, considerata una delle più belle al mondo grazie alla presenza di cernie e dentici di taglia superiore alla media e per le gorgonie rosse e gialle.
E' possibile anche esplorare il relitto dell'Omega, una nave da carico affondata nel 1974 dopo una forte mareggiata situata a 19 mt di profondità.
Assolutamente consigliato è il punto di immersione Occhio di Dio, che può essere esplorato, con adeguato brevetto, anche in notturna.
Le pareti subacquee sembrano vere e proprie montagne, con cave ed anfratti misteriosi e ricchi di vita, ma anche frane di epoche lontane.
Scendendo fino a meno 40 mt, si possono trovare aragoste, dentici e ricciole che nuotano indisturbate nel loro incantevole habitat, lontano da occhi indiscreti.

Parco Nazionale Arcipelago della Maddalena

Composto da sette isole maggiori e da decine di isole minori ed isolotti, offre uno scenario subacqueo ricco di colori per morfologia e vegetazione.
I trenta punti di immersione sono in grado di soddisfare le svariate esigenze dei praticanti: si passa da fondali più adatti ai principianti sino a discese ideali per i più esperti.

Da ricordare è la famosa Secca di Spargi o Washington costituita da enormi blocchi granitici erosi e circondati da massi ed avvallamenti che, nei punti più profondi, superano i 25 mt.

Parco Nazionale dell'Asinara

Acque incontaminate che regalano spettacoli incredibili, fondali selvaggi e ricchi di pesce si trovano nel Parco Nazionale dell'Asinara.

Tra i dodici siti di immersioni uno dei più rinomati è il Costone dei Tamburi: è possibile ammirare branchi di barracuda, saraghi e salpe che si incrociano con cernie brune di tutte le dimensioni. Inoltre canyon, piccole gole e pozzi con dentro murene e tanto altro.

Ogliastra

Le immersioni in Ogliastra vanno da Orosei (territorio della Baronia) sino a Bari Sardo e Marina di Gairo.
Le acque blu sorprendono con spettacolari fondali calcarei, granitici, propaggini basaltiche e plateau di arenaria che si alternano ad immense distese di sabbia ricoperte da praterie di posidonia oceanica.

Gli amanti dello snorkeling possono facilmente individuare vicino alla riva varie specie ittiche come castagnole, orate, saraghi e donzelle.

I fondali più profondi sono un autentico spettacolo: cernie, dentici, ricciole e murene, mentre le scogliere di graniti, basalti o rocce calcaree sono il regno incontrastato di molluschi e crostacei e di formazioni di incantevoli gorgonie gialle e rosse.

Villasimius e l'Area Marina di Capo Carbonara

Tappa obbligata per gli amanti del sub con più di venti siti di immersione tra i quali spicca la Secca di Santa Caterina ad ovest dell'Isola dei Cavoli caratterizzata da un ampio rilievo granitico che sprofonda fino a 30 mt, punteggiato da canyon profondi e grotte in cui si possono ammirare, grazie alla limpidezza dell'acqua, sciami di castagnole, zerri e mennole, ma anche spugne e margherite di mare, oltre a pesci piccoli, dentici, ricciole, grosse orate, cernie, saraghi.

Tra le immersioni ricreative va segnalata anche la Madonna del Naufrago, dove colpisce la statua sommersa di una donna che tiene in braccio un bambino.

Si possono scovare ancore di età moderna ed un ceppo di piombo, rimasto sott'acqua sin dai tempi dei Romani.

Gli appassionati di storia possono dedicarsi alla scoperta del relitto di Egle, un piroscafo utilizzato durante la seconda guerra mondiale per il trasporto di rifornimenti che fu affondato dalla marina olandese.

Si trova a circa 35 mt di profondità ed è ormai ricoperto dalla caulerpa a grappoli, un'alga proveniente dal Mar Rosso, e da spugne e gorgonie gialle nelle zone meno illuminate.
Un'altra delle immersioni più belle del Mediterraneo è quella al Relitto dei Vetri: navigava senza armamenti e scorta, il suo carico era una marea di vetri che oggi, illuminati dalle torce, restituiscono un imperdibile gioco di luci ed effetti visivi.

L'Area Marina Protetta Penisola del Sinis e Isola Mal di Ventre

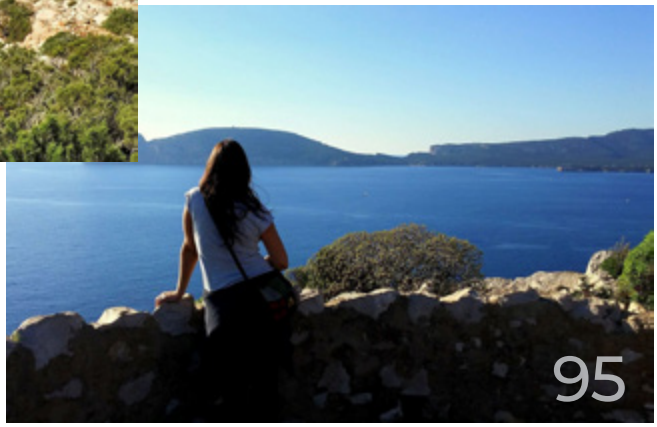
L'Area Marina Protetta Penisola del Sinis e Isola Mal di Ventre riservano tratti di costa quasi unici e pregevoli con sabbia con granuli di quarzo ed imponenti falesie.

In particolare vi sono due punti di immersioni spettacolari: Secca del Libeccio, piattaforma di basalto con fratture e spaccature che creano passaggi per i pesci, e la Secca (o Scoglio) del Catalano, grande secca granitica che arriva a 20 mt di profondità con una parete incredibile composta da spugne viola a canne d'organo, spugne rosse e gialle, finto corallo a forme di vita varie.
Risalendo ci si imbatte in cernie, saraghi e barracuda.

Capo Caccia e Punta Giglio

Nella zona nord ovest della Sardegna è possibile ammirare le affascinanti falesie calcaree di Capo Caccia e Punta Giglio.

Le caratteristiche principali di questo ambiente sommerso sono la presenza di grotte e caverne sommerse, numerosi colori e forme di vita e la presenza del corallo rosso che si crea tipicamente in ambienti bui.



Qui si trova la grotta sommersa più grande del Mediterraneo, la Grotta di Nereo, lunga circa 300 mt, vero e proprio santuario per i sub.

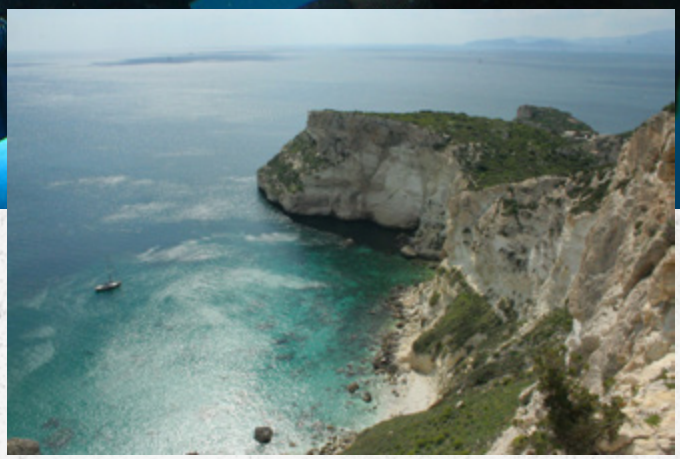
Diving in Sardinia

da Cagliari a Carloforte

Nel tratto isolano lungo la costa sud-occidentale della Sardegna, vi sono numerosi relitti sommersi nella trasparenza del mare.

Il golfo degli Angeli è stato sempre un accogliente riparo ed approdo per le antiche civiltà, ma anche teatro delle guerre mondiali, con vari affondamenti di navi che giacciono sul fondale, a partire dalla Romagna, nave cisterna del 1899 e requisita dalla Regia marina durante la seconda guerra mondiale e poi colpita da un mina ad inizio agosto 1943. Il relitto è adagiato a 40 mt di profondità, a pochi minuti dal Capo Sant'Elia, oggi habitat di saraghi, castagnole, gronghi e cernie si aggirano tra paratie arrugginite e ponte di comando ricoperto di spugne.

Partendo dalla baia di Solanas suggestiva è la tappa all'Entella (15 mt di profondità), che trasportava carbone e fu silurata da un sommergibile inglese.



Uno degli scenari più belli in cui fare immersioni è il famoso Portone di Capofigari, che dà accesso ad un tunnel che si estende fino a un centinaio di metri sott'acqua e che conduce alla Dromia, una stanza piena di colori vivaci e sorprendenti creati dagli effetti della luce che s'infiltra dalle fenditure presenti sulle rocce.

I sub che riescono a scendere fino a 35 mt possono ammirare un'antica ancora bizantina in ottimo stato tra aragostelle e ceriantus.

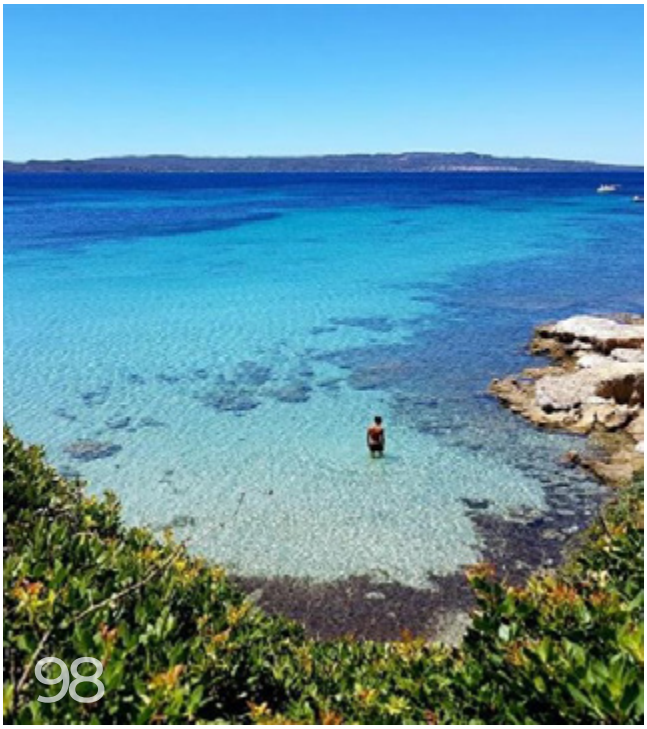
Poco distante c'è la grotta di Satana, sommersa a 12 mt e ricoperta interamente di spugne e Leptosamnia gialle: durante la discesa si possono incontrare negli anfratti rocciosi gronchi, murene, polpi e deliziosi cavallucci marini colorati.

Nei fondali di Teulada

Una delle località preferite dagli appassionati del diving per la profondità dei suoi faraglioni (esattamente presso Punta Zafferano), vi sono vari resti di navi romane ed il relitto Dino, nave da carico affondata nel 1973 da una mareggiata.

Con le dovute accortezze è possibile esplorare stive e sala macchine.

Arcipelago del Sulcis



A sud-ovest della Sardegna, la seconda isola per dimensioni dell'arcipelago del Sulcis offre, grazie a coste rocciose, uno scenario ideale per l'attività subacquea.

Da visitare assolutamente è l'isolotto del Corno, sotto il faro di capo Sandalo.
Il fondale raggiunge qui 40 mt, con pianori sabbiosi intervallati da profondi canyon.
In immersione, calato nella ricchezza di flora e fauna marina, si possono trovare colorati nudibranchi, aragoste, castagnole ed altre specie variopinte.

Da non perdere la discesa alle Tacche Bianche, ad una profondità di 17 mt, dove una colonia di coralli riveste un arco roccioso attorniato da pesci di vario genere.

gerardosacco.com

GERARDO
SACCO
gioielli dal 1963

Trekking in Sardegna

di STEFANIA MAFFEO

Sardegna, il paradiso del trekking

"Mi pare che nel momento in cui le gambe cominciano a muoversi, i miei pensieri cominciano a fluire" diceva il filosofo Henry David Thoreau. Il percorrere sentieri ed itinerari immersi nella natura, respirare in silenzio, scoprire il territorio restando a diretto contatto la dimensione più umana del viaggio: in Sardegna gli amanti del trekking raggiungono l'optimum.

L'isola è una meta ideale per gli appassionati di escursionismo grazie agli ambienti ancora selvaggi e, soprattutto intatti, che l'entroterra riserva.

Gli itinerari di trekking più famosi si articolano in più giorni di cammino, attraverso vaste zone impervie e sostanzialmente disabitate, in particolare lungo le coste sia orientali che occidentali, ma vi sono anche percorsi che attraversano la zona centrale, l'area mineraria del Sulcis Iglesiente e la Gallura.

La maggior parte delle volte, lungo questi sentieri, non ci sono aree di sosta attrezzate e occorre portare con sé tutto il necessario per il completamento del percorso, ma è possibile contattare guide ed associazioni locali che si occupano di far trovare lungo il percorso rifornimenti ed assistenza.
I percorsi brevi, non superiori ai trenta chilometri, possono essere coperti in un giorno, al massimo due con un pernottamento in qualche antico ovile.
Di solito sono agevoli anche per piccolissimi gruppi, perfino per il trekker solitario.

Un consiglio utile:

nel caso dei percorsi più lunghi ed impegnativi che richiedono diversi giorni, non è conveniente lasciare l'auto all'inizio del sentiero. Anche perché non tutti sono percorsi ad anello. La soluzione più semplice, anche per via delle strade spesso inadatte alle auto normali, è quella di farsi accompagnare e poi farsi venire a riprendere o di contattare associazioni e società specializzate che possono effettuare i transfer fino alle zone da cui si parte e rientra per il trekking (è bene poi informare qualcuno che si è in marcia).

Trekking in Sardegna

Grande Traversata del Supramonte e del Gennargentu

Tra i grandi itinerari sono senza dubbio da menzionare la Grande Traversata del Supramonte e quella del Gennargentu, facilmente collegati in modo da creare un unico percorso, ed il **Cammino di Santa Barbara** che si snoda attraverso il parco Geo Minerario nel Sulcis-Iglesiente. Sono luoghi di grande bellezza, non sempre facili da raggiungere, ma che valgono le ore di cammino.

Grande Traversata del Supramonte

La Grande Traversata del Supramonte si può effettuare in quattro giorni e ripercorre il massiccio sopramontano in un ambiente pur sempre selvaggio, la Sardegna, d'altronde, è di questa natura.
La Grande Traversata del Supramonte nasce proprio per contrastare la fama del Selvaggio Blu che ha un po' messo in ombra una zona altrettanto scenica (a detta dell'autore che l'ha ideato) e che rischiava di venire dimenticata, da qui l'idea di un percorso che attraversa un ambiente lontano dal mare sì, ma di eguale bellezza.

Grande Traversata del Gennargentu

Quaranta chilometri in tre giorni per percorrere la Grande Traversata del Gennargentu, il più alto e conosciuto massiccio montuoso della Sardegna, in una zona impervia ed isolata. Durante le tappe, durante le quali si cammina per circa venti ore, si superano complessivamente circa 2500 metri di dislivello e si dorme in alcuni rifugi improvvisati presso gli antichi cuiles (ovili) abbandonati. Importante è lasciarsi catturare dal fascino arcaico e misterioso dell'isola, rischiando di incontrare più mufloni che persone.

Trekking in Sardegna

Selvaggio Blu

Decisamente il trekking più famoso della Sardegna, per bellezza e difficoltà, è il citato Selvaggio Blu (classificato EEA, ossia per escursionisti esperti e con attrezzatura). Si tratta di un'escursione di sei – sette giorni prevede parti di arrampicata, con sentieri attrezzati in cengia, discese fattibili solo con corde, ferrata e soprattutto totale assenza di punti di ristoro. Serve avere con sé acqua e cibo per tutti i giorni e si dorme accampati in tenda. Un percorso avventuroso e spettacolare che si staglia tra cale dal blu intenso ed un ambiente naturale ancora integro.

Trekking delle Cale

In un arco temporale compreso tra i cinque e gli otto è possibile effettuare il Trekking delle Cale del Golfo di Orosei, facendo tappa serale nei tipici ovili del posto o direttamente in spiaggia.
Con l'ausilio di guide esperte, ci si imbatte in antiche mulattiere, impervi sentieri e scale in ginepro e, a volte, per raggiungere luoghi ancora meno accessibili può essere indispensabile la conoscenza delle tecniche di arrampicata libera e dell'utilizzo delle funi.
In questo modo sarà possibile ammirare panorami mozzafiato, guglie, archi di roccia ed imponenti falesie.
Durante il trekking sarà possibile visitare imponenti grotte naturali, bere l'acqua di preziose sorgenti, ammirare i resti della cultura nuragica imprimendo nella mente degli escursionisti profumi e colori di una natura selvaggia.

Cala Mariolu (Ispuligidenie)

Uno dei più bei sentieri di trekking costiero in Sardegna è quello di Cala Mariolu (Ispuligidenie): si parte da località Piredda nell'Altopiano di Golgo, nel comune di Baunei costeggiando chiese (San Nicola e San Pietro), il nuraghe Orgoduri, vecchi ovili abbandonati, Cuiles de S'Arcu 'e su Tasaru, per poi iniziare a scendere.

A questo punto il panorama regala spettacolari scorci sul falciforme Golfo di Orosei. Si può ammirare uno "Scalone" (iscal' e fustes) realizzato in ginepro, uno spettacolare arco di roccia scavato nella parete. Attraversando un fitto bosco di lecci, si segue l'antico sentiero dei carbonai zigzagando tra le piante.

Si intravede il blu del mare tra le foglie sia della Spiaggia dei Gabbiani che di quella di minuscoli e candidi sassolini... piccoli come delle piccole pulci di neve: Ispuligi de Nie!

Trekking in Sardegna

Sentiero costiero dell'Iglesiente

Il sentiero costiero dell'Iglesiente, lungo la costa occidentale della Sardegna, è un percorso facile e con pochi dislivelli, ma ricco di grandi scenari paesaggistici.
Si attraversa il Parco Geominerario Storico e Ambientale denominato dall'Unesco primo Parco della rete mondiale dei geositi – geoparchi (Geoparks).
Comprende unici e particolari esempi di archeologia industriale in sottosuolo ed un grande e moderno centro museale del Centro Italiano della Cultura del Carbone nella Grande Miniera di Serbariu, dove poter ripercorrere ottomila anni di storia mineraria durante i quali, popoli diversi, alla ricerca di minerali, si sono succeduti lasciando indelebili tracce di un'affascinante cultura.
Camminando per il sentiero si prosegue tra colori stravaganti e rocce dalle forme più disparate fino a giungere di fronte al faraglione più alto d'Italia (133 metri), Pan di Zucchero. Dal colore chiaro, simile ad una enorme zolla di zucchero, è uno dei monumenti naturali più imponenti della Sardegna.
Crea un'incantevole scenografia che si può ammirare dalla spiaggia di Masua e dal Belvedere di Nebida. Ha lo stesso nome della montagna a picco sul mare di Rio de Janeiro (in portoghese Pão de Açúcar), ma il suo nome originario è Concali su Terràinu. Di fronte a Pan di Zucchero c'è la falesia di Porto Flavia, dalla quale partivano le navi mercantili per il trasporto dei minerali.

Trekking in Sardegna

Masua a Cala Domestica

Il trekking di Masua a Cala Domestica è un percorso racchiuso nella porzione di territorio che va da Masua a Buggerru, passando per Cala Domestica, un tratto di costa definito come il più spettacolare della costa occidentale della Sardegna.
La traversata fa parte dell'itinerario Miniere nel Blu, tra la passata storia mineraria dell'isola e le bellissime scogliere.

Foto da www.sardegnaturismo.it

Cascate di Piscina Irga

Un paesaggio meraviglioso è quello che riserva il trekking per le Cascate di Piscina Irga: una fantastica escursione per trascorrere una giornata nella natura più profonda e selvaggia con il sottofondo delle cascate.
Il sentiero per arrivarvi è un percorso misto: si passa dalla strada sterrata alla salita rocciosa per terminare con una discesa molto scivolosa.

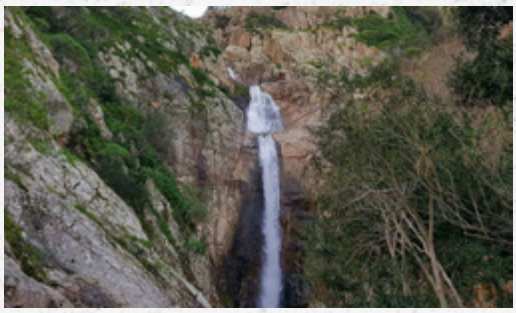


Foto da www.sardegnaturismo.it

Monte Arcuentu

L'escursione al Monte Arcuentu permette di fare un bel trekking tra impressionanti paesaggi vulcanici con colori incredibili e rocce modellate in una delle zone più remote e selvagge della Sardegna: la Costa Verde. Visto dalle spiagge di Piscinas e Scivu, assomiglia ad una mega torre dolomitica dall'aspetto aspro e severo.
Le rocce eterogenee hanno creato un'alternanza di cime e torri che, insieme ai grandi alberi, contribuiscono a rendere unico l'ambiente di arrampicata.

Foto da www.sardegnaturismo.it

Assi del Cansiglio
10° Anniversary

Scopri la promozione dai rivenditori che hanno aderito all'iniziativa.

www.itlas.com

AD: Studio Malisan / Image: Nudesignstudio

Itlas – via del lavoro – n°35,
31016 Cordignano, Treviso – Italia

ph. +39 0438 36 8040
website: itlas.com

ITLAS
IL LEGNO. LA TUA CASA.

CERSAIE – BOLOGNA
23/27 settembre 19
HALL 21 • STAND A39-B38

Il pavimento in legno di faggio italiano proveniente dalla Foresta del Cansiglio, antico bosco da reme della Serenissima Repubblica di Venezia. Un prodotto unico ed inimitabile per qualità, bellezza e materiali.

Assi del Cansiglio con gli anni è diventato il simbolo dell'eccellenza italiana, dell'eccellenza veneta, del 100% made in Italy, del pavimento a km 0... anzi, del km 25 come ci piace definirlo. Assi del Cansiglio è il pavimento realizzato risparmiando CO^2, salubre, stabile, brevettato. Una foresta va curata. Solo così la si ama davvero. Oggi comprando Assi del Cansiglio diamo una mano alla rinascita della foresta.

Trekking in Sardegna

Villaggio nuragico di Tiscali

L'escursione che si svolge per raggiungere i resti del villaggio nuragico di Tiscali è decisamente più impegnativa di una breve passeggiata.
Il contesto in cui si svolge, particolarmente selvaggio e senza insegne, lo rende tutt'altro che elementare – soprattutto per chi non è molto abituato all'escursione in un ambiente impervio.
Situato in una profonda dolina creata da uno sprofondamento nel cuore del monte omonimo, al confine fra i Supramonte di Oliena e di Dorgali, il villaggio, costruito lungo le pareti della dolina ed invisibile fino a quando non si raggiunge l'interno della cavità, è composto da due agglomerati di capanne di diversa dimensione, databili in un lungo periodo fra XV e VIII secolo a.C. Tiscali è una delle mete più note dell'escursionismo in Sardegna.
Per raggiungere la dolina, al cui centro si apre un ampio finestrone dal quale si domina la sottostante valle di Lanaittu, si deve affrontare un trekking intenso di circa due ore.
Arrivando da Dorgali, il percorso, segnalato da cartelli e frecce sulle rocce, si snoda attraverso valle di Surtana e gola di Doloverre fino alla salita per il monte Tiscali.
Il territorio di Dorgali e Oliena è tutto un parco archeologico all'aria aperta. Da non perdere anche il villaggio-santuario di Serra Orrios, che comprende circa cento capanne, due tempietti e sepolture megalitiche, il complesso dell'Arvu, la 'fonderia' di Carros, oltre a decine di domus de Janas, menhir, tombe di Giganti e altri nuraghi, tra cui il Mannu, che domina un rilievo basaltico al centro del golfo di Orosei.
Le grotte Corbeddu e di Ispinigoli hanno restituito tracce umane risalenti sino al Paleolitico.
Per completare la visita archeologica, c'è il Civico museo archeologico di Dorgali, dedicato a testimonianze provenienti da tutto il territorio. (*foto in alto*)

Trekking in Sardegna

Monte Torru

Il Monte Torru, situato a sud-est di Ittiri (nella provincia di Sassari, una delle zone più caratteristiche del nord Sardegna), è un promontorio di origine vulcanica ed è la più alta quota con i suoi 650 metri (uno dei migliori esempi delle cosiddette “Cuestas”).
Al centro della sua sommità si trova un complesso nuragico che domina l’area circostante, probabilmente un punto strategico scelto dai nuragici per proteggersi dalle varie scorrerie. L’escursione si svolge tra il Logudoro ed il Meilogu nei territori di Ittiri-Romana-Thiesi. Da Monte Torru, attraverso l’altopiano “Sea lepere”, si arriva a Monte Pedrosu sulla cui cima, oltre ad una muraglia naturale, si possono intravedere resti preistorici difficilmente leggibili e pochi alberi modellati dal maestrale; quindi si attraversa il pianoro di Monte Palma dove svetta un bosco di sugherete ed un sottobosco costituito prevalentemente da cisto.
Il panorama spazia a nord fino al Golfo dell’Asinara a est fino al Limbara a sud-est svetta Monte Rasu e prosegue la Catena del Goceano, a sud Badde Urbara ed il Montiferru, a ovest la zona di Alghero fino a Capo Caccia.

Canyon di Gorroppu

Il Canyon di Gorroppu fu lentamente scavato nell’acqua del Rio Flumineddu.

Le pareti del canyon raggiungono l’altezza di 500 metri ed ospitano animali che vivono solo qui.

Una volta terminato il percorso, è consigliabile proseguire lungo il lato destro della montagna che conduce all’ingresso della gola.

Il percorso tra un lato e l’altro della gola richiede circa 2 ore. Si cammina nel mezzo di grandi rocce calcaree bianche e levigate lungo il fiume.

Trekking in Sardegna

Marinedda – Tinnari

Molto suggestivo è il percorso sul mare tra i graniti della Costa Rossa Marinedda – Tinnari: ampi paesaggi solitari e caratteristiche rocce rosse a picco sul mare caratterizzano questo percorso ad anello che parte dalla spiaggia di La Marinedda. Un'escursione di media difficoltà che stupisce per la varietà del paesaggio e la particolarità dei graniti.
All'inizio del percorso si incontra Punta Canneddi, piccolo promontorio granitico sul Golfo dell'Asinara da cui godere di uno splendido panorama fino alle Bocche di Bonifacio. Proseguendo verso l'interno per vie sterrate ci si immerge nella campagna, dove, con un po' di fortuna, si possono incontrare esemplari della fauna selvatica come volpi, lepri e tartarughe.
Rientrando verso la costa si arriva alla piccola spiaggia di Tinnari, tra le più belle cale della Costa Rossa. Spuntoni e graniti modellati dal vento si alternano con ginepri dalle forme insolite, mentre l'elicriso e il rosmarino diffondono le loro fragranze.
Tra sentieri a picco sul mare e rocce frastagliate, il cammino di rientro, emozionante e suggestivo, passa dalla spiaggetta di Cala Rossa e prosegue fino alla Baia di La Marinedda.

Capo Testa a Santa Teresa di Gallura

Gli itinerari escursionistici di Capo Testa a Santa Teresa di Gallura hanno una grande valenza storico – naturalistica, luoghi dal fascino dirompente che gli amanti del trekking e dell'outdoor possono vivere in modo ancora più coinvolgente.

Il percorso inizia dalla Spiaggia di Zia Culumba al termine della quale si trova il sito archeologico delle Colonne Romane, dove osservare i resti dell'attività estrattiva durante la dominazione imperiale.

Il cammino prosegue tra i sentieri sul mare ed i graniti di Santa Teresa levigati dal tempo fino alla bella spiaggia di Cala Spinosa con il faro di Capo Testa all'orizzonte, luogo magnetico e di grande rilevanza naturalistica, uno dei punti panoramici più belli del Nord Sardegna.

Ma l'escursione riserva ancora qualche sorpresa! Seguendo la costa, il percorso conduce alla famosa Valle della Luna ed alla spiaggia di Cala Grande, abitata ancora da membri della comunità hippie.

Trekking in Sardegna

Punta Sardegna

Da Palau, un'escursione molto affascinante è quella di Punta Sardegna.

L'itinerario inizia con una dolce salita verso la sommità del suggestivo luogo panoramico da dove poter ammirare l'Arcipelago di La Maddalena.

Un percorso ricco di scorci interessanti, alternato dai graniti che digradano verso il mare, che assumono forme strane che spesso rimandano ad animali o a sagome antropomorfe.

Oltre la spiaggia bianca di Cala di Trana i più allenati possono scegliere se dilungare il percorso fino alla Batteria Talmone, fortezza militare, oppure proseguire sul sentiero che conduce a Costa Serena.

L'itinerario si conclude nel pittoresco borgo di Porto Rafael.

Trekking degli stazzi

E per chi vuole scoprire l'entroterra, può optare per il trekking degli stazzi, percorsi tra le abitazioni tipiche galluresi, immerse nella campagna tra sugherete e vigneti (dal latino "statio", stazione, in passato definiva un luogo di sosta per il bestiame ed i viandanti).

Lungi da essere un mero sentiero escursionistico, questa scelta escursionistica si propone come viaggio di valorizzazione del territorio ricco di numerosi punti di interesse turistico e naturalistico immersi in una cultura remota ed in un contesto naturale unico come quello della Gallura autentica.

ROLEX

DATEJUST

OYSTER PERPETUAL DATEJUST 31

Classico per antonomasia, il Datejust è stato il primo segnatempo al mondo ad indicare la data all'interno di una finestrella sul quadrante e ancora oggi rappresenta l'archetipo di uno stile senza tempo. Questa è una storia di perpetua ricerca dell'eccellenza. La storia di Rolex.

#Perpetual

di STEFANIA MAFFEO

Tennis e Padel in Sardegna

“Il tennis è più che uno sport. È un’arte, allo stesso titolo della danza”
soleva ripetere il campione statunitense delle racchette Bill Tilden

Nulla di più vero soprattutto per gli amanti di questo sport che vivono in Sardegna o vogliono recarsi nella splendida isola in vacanza. Quasi ogni albergo ha i suoi campi da tennis per l’organizzazione di corsi di vario livello o di stage di perfezionamento.

“Il servizio è una finestra sull’ignoto”

I caldi raggi del sole illuminano il mare sardo

Nel periodo estivo si può trovare facilmente l’occasione di rinnovare e migliorare il proprio gioco partecipando ad uno degli eventi in programma nelle strutture ricettive. Inoltre molti sono i Tennis Club che hanno la sede presso villaggi o alberghi e volentieri accettano di ospitare i turisti in visita, anche per brevi periodi. E poi ci sono numerose Scuole Tennis riconosciute dalla Federazione Italiana Tennis.

Tennis e Padel in Sardegna

Tennis Club Cagliari

Per conoscere più da vicino le realtà sportive isolane, partiamo da Tennis Club Cagliari, immerso nell'oasi verde del colle di Monte Urpinu, situato in un ambiente naturalistico di grande pregio. I tanti campi in terra ed in sintetico e le sue strutture ricreative sono quanto di meglio si può chiedere per mantenersi in forma, rafforzare la qualità del proprio tempo libero e trascorrere piacevoli momenti di svago.

Tennis Club Alghero

Storico è il Tennis Club Alghero, datato 1960, è la struttura ideale per la pratica del tennis. L'impianto, composto da sette campi – sei in greenset di cui un centrale con tribune, più un settimo campo in terra battuta – consente di svolgere sia la pratica sportiva che ricreativa. Ciò ha consentito di raggiungere un numero sempre crescente di soci e risultati agonistici importanti, oltre all'organizzazione di manifestazioni di carattere internazionale.

Tennis e Padel in Sardegna

Tennis Club Porto Torres

Il Tennis Club Porto Torres, negli ultimi anni, ha fatto grossi passi avanti dal punto di vista strutturale: vanta quattro campi in green set tutti illuminati, di cui due coperti illuminati a led ed un campetto minitennis.

La vera particolarità del Circolo da rilevare è che la fascia di età ricoperta dai soci risulta essere molto ampia, compresa dai cinque ad oltre i settanta anni. L'attività socio educativa consiste prevalentemente nella gestione della Scuola S.A.T. (Scuola Addestramento Tennis) tramite istruttori certificati dalla Federazione Italiana Tennis che, oltre ad avviare alla disciplina sportiva i ragazzi dai 5 ai 18 anni, hanno lo scopo non secondario di educarli allo sport e coinvolgerli in tutte le iniziative sociali. Ai corsi per adulti sono ammessi sia i soci che i non soci.

Tennis Club Arzachena

Anche il Tennis Club Arzachena ha ospitato ed ospita eventi tennistici di risalto nazionale ed internazionale: svolte molteplici attività a testimonianza del dinamismo e della vivacità del circolo smeraldino.

Tennis e Padel in Sardegna

Tennis Club Terranova

Ad Olbia il Tennis Club Terranova è uno dei più importanti di tutta la Sardegna. La partecipazione di tanti soci e di maestri professionisti lo hanno portato a realizzare, di anno in anno, tante attività ed anche notevoli traguardi in termini di risultati nelle varie competizioni agonistiche. Per quanto concerne gli impianti attualmente il circolo è dotato di cinque campi da tennis all'aperto, tre in green set, uno in terra rossa ed uno in erba sintetico.

Tennis Club Nuoro 94

ha sicuramente tra i suoi primati una scuola che è il fiore all'occhiello; quattro campi in green set ospitano gli appassionati, ma in programma vi un progetto per la copertura di un campo che consentirà di poter proseguire l'attività anche nei mesi invernali. La società nuorese partecipa inoltre, con buoni risultati, ai tornei regionali di terza e quarta categoria.

Tennis Club 70

Con il suo circolo, il Tennis Club 70 di Oristano (nel 2019 "Città europea dello Sport") è la seconda "basic school" d'Italia certificata dalla Federazione Italiana Tennis nella graduatoria di eccellenza.

Tennis e Padel in Sardegna

Geovillage Sport Wellness & Convention Resort

Sempre ad Olbia, il Geovillage Sport Wellness & Convention Resort offre ai propri ospiti ed a tutti gli appassionati di questa disciplina sportiva il proprio Centro, costituito da quattro campi in terra rossa; due campi in green set; uno da beach tennis ed uno da padel (il primo in Sardegna datato 2015). Sui campi del Geovillage sono stati organizzati tornei del circuito ATP e campioni internazionali hanno utilizzato i campi per i propri allenamenti o per esibizioni, come il numero uno del tennis mondiale Roger Federer.

Accademia Tennis 1990

Il circolo Accademia Tennis 1990 di Sassari è una struttura ideale per gli appassionati di questo sport. Permette di giocare in un luogo tranquillo ed attrezzato senza doversi allontanare dal centro cittadino in due campi in green set. Seppur di dimensioni modeste è un circolo estremamente vivace, che trova nelle attività dei soci, nella SAT (Scuola Addestramento Tennis) e negli eventi agonistici le proprie motivazioni ed obiettivi, tra cui l'organizzazione del primo torneo a livello nazionale di tennis in carrozzina.

Tennis e Padel in Sardegna

PADEL

A dimostrazione del crescente interesse per il tennis (un trend forse maggiore del previsto), in Sardegna sono notevolmente aumentati gli investimenti nel padel, che si sono concentrati soprattutto nelle località turistiche.
Amichevole e famigliare, questo gioco può essere praticato a tutte le età. Combinando molti sport di racchetta (essendo simile a tennis, squash e racquetball), il padel può essere un motivo di divertimento oppure l'occasione giusta per tenersi in forma raggiungendo degli ottimi risultati sportivi.

Componente non di poco conto, è una disciplina sportiva che richiede un minimo di spesa. Le regole sono basicamente quelle del tennis.
E' particolarmente adatto come gioco di doppio, in un campo dalle dimensioni inferiori (la lunghezza non supera i 20 mt mentre la larghezza è pari a 10 mt).

In Sardegna sono operativi sette campi, cinque di prossima realizzazione.

A Cagliari il padel è arrivato a fine gennaio 2018 e si è giunti già a quota cinque campi, ma altri sono già in cantiere altri. I rimanenti due campi sono quelli del citato Geovillage di Olbia: **Geovillage** e quello del **Forte Village a Santa Margherita di Pula**.
Circondato da ettari di stupendi giardini, affacciato sulla bianchissima spiaggia dell'assolata costa meridionale sarda, la struttura vanta una consolidata tradizione tennistica.
Ogni anno ospita le leggende del tennis internazionale: Karel Nováček, Paul Henrik Magnus Larsson, Dominik Hrbatý, Thomas Johansson, Andrea Gaudenzi e Andrei Medvedev per indicare le star della stagione 2019.

Il Tennis Club, sede ormai da diversi anni dei tornei internazionali del **circuito ITF**, possiede undici campi in terra battuta, un campo in erba ed uno in cemento. I corsi di tennis sono indirizzati a giocatori di ogni età e livello.

Forte Village
Santa Margherita di Pula

Per il tennis isolano sono grandi le premesse: nuovi campi, eventi di respiro internazionale, il tutto corredato da scenari mozzafiato che rendono ancor più suggestiva la pratica dell'attività tennistica, dove si uniscono forza e agilità fisica con doti importanti di concentrazione mentale.

Immaginare è il nostro mestiere

ROViRO' è un global style del tutto originale

Siamo nati nel 2003 con lo scopo
di coniugare creatività
ed uno stile artistico del tutto originale
all'artigianalità del vero Made in Italy.

La nostra mission? Realizziamo cose
Immaginiamo forme ed oggetti
Diamo nuova vita a ciò che c'è
Adoperiamo il colore
Applichiamo il nostro particolare know how
per caratterizzare in modo differente
i tuoi ambienti,
la tua vita, perché no,
a te stesso

ROViRO'

ART·STYLE·DESIGN

www.roviro.com

I nostri habitat sono i tuoi spazi.
Consultaci per le tue esigenze e per immaginare come soddisfarle

Scopri i nostri articoli in catalogo | Clicca qui

Bike in Sardinia

di STEFANIA MAFFEO

In sella alla scoperta della Sardegna in bike

“È andando in bicicletta che impari meglio i contorni di un paese, perché devi sudare sulle colline e andare giù a ruota libera nelle discese. In questo modo te le ricordi come sono veramente, mentre in automobile ti restano impresse solo le colline più alte, e non hai un ricordo tanto accurato del paese che hai attraversato in macchina come ce l’hai passandoci in bicicletta”. Così scriveva il grande Ernest Hemingway. Mai pensieri più reali per chi intende scoprire la Sardegna in bike.

La Sardegna, terra per lunghi tratti ancora selvaggia, rappresenta un vero paradiso per gli amanti della mountain bike, perché racchiude chilometri e chilometri di meravigliosi percorsi a contatto con la natura più vera. La mountain bike è proprio la soluzione ideale per osservare alcuni luoghi dell’isola impossibili da raggiungere con altri mezzi.

Esplorando i percorsi dell’isola da Nord a Sud, dalla sella si può ammirare una inaspettata varietà di paesaggi e di esperienze fra le splendide spiagge ed i profumi della macchia mediterranea, tra le dolci colline della costa ed i duri calcari dell’interno. Una imperdibile occasione per approfondire dal primo insediamento umano nell’Anglona agli innumerevoli nuraghi onnipresenti negli itinerari, dalle imponenti miniere del Sud-Ovest agli ovili isolati dove i pastori custodiscono ancora le antiche tradizioni barbaricine.

Pedalando si può conoscere un territorio

... ancora in gran parte incontaminato ed attraversare sentieri secolari, testimoni in passato del transito di famosi banditi e del lavoro duro dei carbonai ed oggi aperti al divertimento dei biker più esigenti o alla curiosità dei cicloturisti inesperti.
Dalla Gallura al Campidano, dal Sulcis all’Ogliastra numerosi sono i percorsi da effettuare in bike per esplorare e conoscere le zone più affascinanti di un’isola fantastica.

Tacchi di Barbagia

Il tracciato noto come Tacchi di Barbagia (escursione affascinante ed impegnativa) si articola per circa 45 chilometri nei comuni di Sadali e Seui che consentono di visitare la meravigliosa foresta demaniale di Montarbu ed il monte Perda Liana dalla caratteristica forma a tacco.

Foto da www.sardegnaturismo.it

Foto da www.sardegnaturismo.it

Is Janas
La gola della cascata

L'area dell'escursione Is Janas – La gola della cascata rientra nella Barbagia di Seulo, a sud del massiccio montuoso del Gennargentu.
Un percorso semplice e scorrevole, anche grazie ai numerosi chilometri su asfalto, che termina con un suggestivo parallelo con la ferrovia del Trenino Verde.

Foto da www.sardegnaturismo.it

Bike in Sardinia

Giogantinu Maestrale e Granito

Per i più esperti vi è il difficile circuito Giogantinu – Maestrale e Granito, all'interno dei comuni di Tempio e Calangianus: irto di salite per arrivare sul tetto della Gallura e poter così ammirare tutta la costa settentrionale della Sardegna e le bianche scogliere della Corsica.

Il tracciato si articola in soli 45 chilometri, su per sentieri che salgono verso l'imponente promontorio "M. Biancu", e lungo i quali è possibile visitare i luoghi del granito che offrono panorami indimenticabili. In particolare il granito è padrone incontrastato dall'alto del Monte Limbara che, con l'altezza di oltre 1300 m. s. l. m., domina sul paesaggio circostante e sulla rinomata Costa Smeralda. Un dettaglio da non trascurare: è una zona nota per gli ottimi vini.

Foto da www.costasmeraldaportal.com

Limbara

Il percorso semplice Limbara è all'interno del comune di Tempio Pausania e consente di raggiungere la vetta del Limbara. Dai suoi 1300 metri è possibile ammirare uno dei panorami più belli di tutta la Sardegna.
Lungo il tragitto in bike si possono osservare paesaggi meravigliosi: guglie e speroni di granito circondati dalla verde macchia mediterranea, mentre sullo sfondo si scorge la terra di Gallura, che sfuma verso l'azzurro del mare. Il sentiero passa per numerose località, come quella di Curadoreddu, di "AbbaFritta" e Vallicciola.

Piscinas – Fiume Rosso

Cinquanta chilometri lungo la rinomata Costa Verde nella Sardegna sud-occidentale si snoda il tracciato Piscinas – Fiume Rosso nei territori comunali di Arbus e Guspini in un paesaggio aspro e suggestivo ricco di siti minerari.

Uno dei posti più belli del Mediterraneo, un luogo unico, con dune alte decine di metri in un contesto selvaggio.

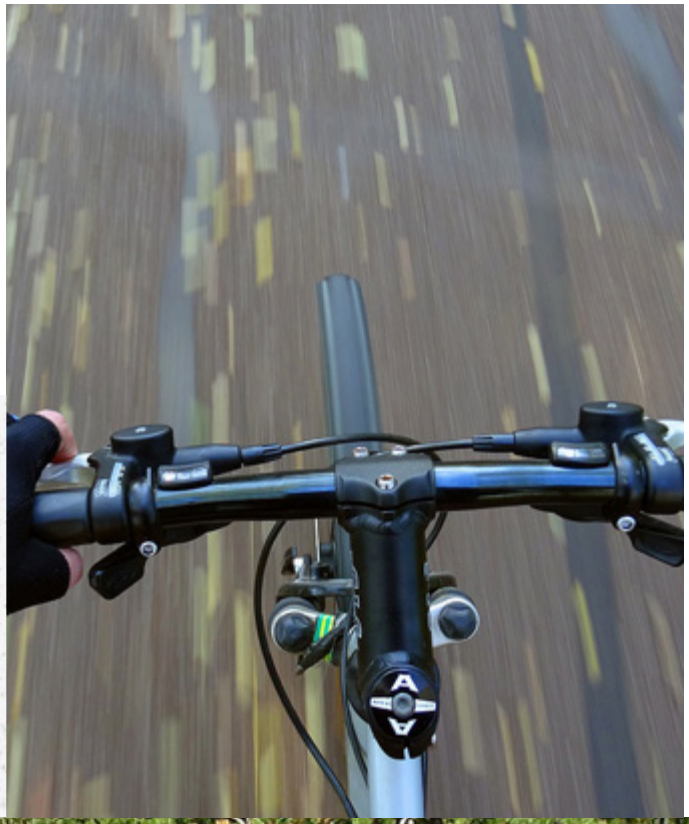
Ad Arbus, una strada sterrata che le raggiunge, un solo albergo per chilometri di costa intatta.

Chi percorre la stradina tra marina di Arbus e Piscinas si trova a dover guadare un corso d'acqua, il Rio Piscinas, che ha l'alveo ed anche le acque di un color rosso intenso a causa della pesantissima contaminazione da metalli pesanti derivanti dalla miniera dismessa posta pochi chilometri a monte.

Bike in Sardinia

I guadi

Il percorso I guadi, che attraversa i comuni di Burcei e Sinnai nel cuore del Sarrabus, consente di visitare una delle zone montuose e boschive più belle dell'isola.
Un percorso medio facile di 33 chilometri, un tunnel di single track e guadi che lascia, in chi lo percorre, una profonda ed indescrivibile sensazione di benessere sia fisico che spirituale.



Il Cervo

Articolato all'interno dei territori comunali di Burcei e Sinnai, Maracalagonis, S. Vito e Castiadas, vi è il tracciato Il Cervo, che, per i 64 chilometri di lunghezza e per la particolare durezza, richiede un perfetto stato di forma ed un buon allenamento. Non a caso è soprannominata la Granfondo dei cinque comuni.

Correxerbu

Il Correxerbu è un sentiero che si articola nei territori di Sinnai, Soleminis e Dolianova e consente di raggiungere la vetta più alta del Sarrabus, "P. ta Serpeddi" con una spettacolare visuale specialmente la notte.
Un percorso duro di 43 chilometri che richiede un buon livello di allenamento dei bikers.

Bike in Sardinia

Mont'Arbu

Sempre rientrante nel territorio di Sinnai, Maracalagonis e Quartu con le sue sterrate ed i sentieri che regalano splendidi scenari di promontori e rocce granitiche, il percorso Mont'Arbu, a parte una salita un po' tosta all'inizio, non presenta difficoltà particolari ed è adatto anche ai meno veterani delle due ruote.

Cardaxius – Codula del Sud

L'itinerario Cardaxius – Codula del Sud riserva paesaggi che alternano fitta vegetazione a promontori aspri e semidesertici, per attraversare infine una delle più suggestive meraviglie della Sardegna: la strettissima e profonda gola del rio Gutturu Cardaxius.

Bike in Sardinia

Muru Mannu

Il percorso Muru Mannu si snoda attraverso la Foresta Demaniale di Monti Mannu in uno scenario sovrastato da spettacolari montagne.
Un giro impegnativo che richiede una buona preparazione fisica ed una mountain bike in perfetta efficienza: al resto ci pensa il paesaggio. Attraversando il territorio di Gonnosfanadiga, si può ammirare un salto d'acqua che, con i suoi 72 metri, rappresenta la cascata più alta ed imponente della Sardegna, in un'area circondata da gigli, orchidee e ciclamini.

Arenas

Nella parte centrale dell'Iglesiente, nel comune di Domusnovas, i più esperti di bike possono effettuare un percorso duro Arenas caratterizzato da sterrate, sentieri e single track che, attraverso un ambiente naturale di rara bellezza, conduce dalle miniere di "Arenas" al "Tempio di Antas".

Is Cannoneris - La maratona delle 3 Case Forestali

Il giro Is Cannoneris – La maratona delle 3 Case Forestali è caratterizzato da un percorso tra i più belli in assoluto lungo 64 chilometri, abbastanza impegnativo ed ha la particolarità di passare per ben tre stazioni forestali: la dispensa di "Medau M. Nieddu" e le caserme de Is Cannoneris e di Pixinamanna.

Bike in Sardinia

Baccu Malu

Il tracciato Baccu Malu, che si articola nei territori comunali di Burcei e Sinnai, consente di visitare una delle zone montuose più belle dell'isola con un percorso breve di soli 23 chilometri, accessibile anche a chi è alle prime armi armi con la bike.

La partenza è prevista dal Parco dei Settefratelli, a circa 30 chilometri da Cagliari.

Le foreste sono tra le più ampie e meglio conservate della Sardegna, ottimo areale del Cervo Sardo soprattutto grazie al contesto montuoso di grande valore ambientale e paesaggistico.

Gambarussa

Il tracciato Gambarussa si articola nei territori comunali di Capoterra, Assemini, Sarroch, Villa S. Pietro ed Uta.

Il fondo è quasi sempre buono e compatto lungo tutti i 58 chilometri dell'escursione.

"La bicicletta è la trascrizione dell'energia in equilibrio, l'esaltazione dello slancio,l'immagine visibile del vento"

ha scritto il letterato Cesare Angelini. Forse lo scrisse pedalando in Sardegna.

IMMAGINA STRADE NUOVE
INSIEME POSSIAMO ARRIVARE LONTANO
Oggi la tua voglia di muoverti allarga gli orizzonti. Immagina Strade Nuove di Generali è la soluzione che ti protegge nei tuoi spostamenti, su ogni mezzo: dall'auto, alla bici, al car sharing, ai mezzi pubblici. E puoi condividerla con altre 5 persone: parenti, amici o collaboratori. Con noi sempre al tuo fianco.
Generali. Il futuro inizia prima.
generali.it
GENERALI
Prima della sottoscrizione leggere il set informativo disponibile in Agenzia o su generali.it

Tradizioni e Artigianato

Tradizioni

Variopinte e multiformi, le tradizioni popolari sono tutt'oggi profondamente radicate nella cultura sarda e ne esprimono la forte identità.
Tra le attività artigianali tipiche della Sardegna ci sono la lavorazione del bronzo e quella del ferro, caratteristica perlopiù della zona del Sulcis che è ricca di miniere, o l'arte dell'intreccio della paglia e del giunco per realizzare cestini come quelli tipici di Sinnai.

Processioni, tornei dalle atmosfere medievali, acrobazie spericolate a cavallo, carnevali antichi, sono alcuni dei riti che da secoli si ripetono con le stesse modalità.
Non mancano poi altre sagre dedicate alle migliori specialità enogastronomiche locali. I sardi sono profondamente cristiani, ma molte feste e tradizioni si rifanno ad un passato pagano.

Ad ogni modo, di feste e celebrazioni legate al culto cristiano e non, il calendario sardo ne è ricco. Alcune di queste sono derivate dai lunghi secoli di dominio spagnolo, il cui influsso è particolarmente evidente nelle celebrazioni pasquali di molte città, Castelsardo ad esempio.

Un capitolo interessante della tradizione sarda è costituito dalle leggende, antiche e recenti, che avvolgono di magia l'antichissima isola.

Artigianato

L'I.S.O.L.A. è l'ente creato dalla Regione Sarda per promuovere ed attuare iniziative volte al potenziamento ed allo sviluppo tecnico, artistico e commerciale dell'artigianato sardo.
Un attento lavoro di studio ha permesso all'I.S.O.L.A. di consentire che venissero tramandate le tradizionali tecniche di produzione degli oggetti. Oggi come ieri, gli oggetti selezionati dall'I.S.O.L.A. vengono creati con le stesse tecniche in uso secoli fa. La stessa attenzione viene posta nella salvaguardia dei simboli e delle forme della tradizione, che viene rispettata anche nei disegni che ornano tutti gli oggetti prodotti per l'I.S.O.L.A..

Ma, a riprova di quanto in Sardegna la tradizione artigianale sia una tradizione viva, l'I.S.O.L.A. seleziona anche oggetti che innovano e sviluppano i prodotti e le tecniche tradizionali in una direzione più moderna. L'artigianato si trasforma così in design, creando manufatti di straordinaria modernità.

Per tutelare la produzione degli artigiani esiste la legge regionale n. 14 del 1984 che ha istituito il marchio di origine e qualità dei prodotti dell'artigianato tipico della Sardegna. Tale legge è, al momento, non operativa in quanto non è ancora stato ricostituito il Comitato per l'attribuzione del marchio.

#DontCrackUnderPressure
TAG HEUER
TAGHeuer
SWISS AVANT-GARDE SINCE 1860
AQUARACER CALIBRE 5
Kai Lenny is one of the few surfers with enough mental strength to challenge the 'Jaws'. Kai means ocean in Hawaiian, the natural element where #DontCrackUnderPressure is nothing but literal: like TAG Heuer, it is his whole mindset.

Palio di Fonni

di FEDERICO PESIRI

Palio di Fonni in attesa della 36° edizione

Proprio nel cuore dell'isola, Fonni è il paese più alto della Sardegna. Con i suoi quattro mila abitanti, è il centro più importante della Barbagia, un paesino di montagna circondato dalla natura in cui è possibile godere di visite archeologiche, fare trekking, fra boschi e sorgenti incontaminate, e sciare, grazie agli impianti di risalita delle cime Spada e Bruncu Spina. Ma se d'inverno Fonni è caratterizzato da intense nevicate e vette imbiancate, in primavera regala paesaggi colorati mozzafiato.
Fonni è tra i comuni che, ogni anno, partecipano all'iniziativa Autunno in Barbagia, promossa per combattere lo spopolamento dei piccoli centri dell'entroterra ed estendere il turismo stagionale, durante il quale potrete visitare cantine e loggiati eccezionalmente aperti per l'occasione.

Tra le tradizioni più affascinanti di Fonni, la produzione dolciaria (i tipici savoiardi), il carnevale fonnese, caratterizzato dalle maschere di Urthos e Buttudos (le maschere tradizionali, rappresentanti la lotta tra il bene e il male, l'uomo e l'animale) e il **palio di Fonni** (o dei Comuni), a inizio agosto.
A dispetto di altri paesi di provincia poco noti di altre regioni di Italia, i borghi sardi offrono il meglio di sé e sanno come valorizzare il proprio territorio. A questo proposito, il Palio di Fonni, noto anche come Palio dei Comuni, nasce nel 1985 ed è organizzato dalla Società Ippica Fonnese, associazione culturale nata per valorizzare le tradizioni equestri del centro barbaricino. È secondo in Italia, dopo quello di Siena.

È una corsa di cavalli montati a pelo, che si svolge ogni anno all'Ippodromo San Cristoforo, Santu Gristolu, in un altipiano situato a pochi chilometri dal paese. La gara si corre sui 1500 metri, duemila la finale. Il regolamento di gara prevede esplicitamente la corsa a pelo, con il divieto assoluto di infierire sugli animali pena la squalifica.

Il Palio si corre la prima domenica di agosto e porta ogni anno migliaia di spettatori. Al Palio possono partecipare i Comuni, non necessariamente sardi o addirittura possono essere esteri, purché siano rappresentati da un fantino residente nel proprio comune da almeno tre mesi; infatti, ogni fantino deve indossare una giubba di riconoscimento con i colori del municipio rappresentato.
Dato l'elevato numero di partecipanti, gli organizzatori hanno deciso si effettuare delle batterie di selezione per stabilire chi disputerà la finale, a cui accedono i primi due classificati di ogni batteria. Al terzo e al quarto classificato di ogni batteria è poi riservata una finale di consolazione.

Come ogni gara che si rispetti, anche alla fine del Palio di Fonni non può mancare il montepremi! Il tetto massimo della vincita varia nel corso degli anni, sino ad arrivare a 31.000 € (nel 2018), di cui 15.000 spettano al vincitore; il reso lo dividono i vincitori delle batterie.
Il Palio è caratterizzato dal ripetersi di riti antichissimi come le "Sas Parillias", esibizioni acrobatiche sui cavalli in corsa e cavalieri vestiti con costumi tipici locali, e "S'Istangiartu", lo stendardo portato da un cavaliere che accompagna la statua della S.S. Madonna dei Martiri in processione: ha origine nel Seicento per adempiere a un voto per grazia ricevuta e da allora si tramanda di padre in figlio nella famiglia Mureddu, custode dell'antica tradizione.
Nel 2020 si terrà la 36° edizione del Palio.
Ogni informazione potrà essere richiesta alla società ippica fonnese oppure contattando il comune di Fonni, che assume un ruolo sempre più centrale nell'organizzazione dell'evento.)

GARMIN®

VI ASPETTIAMO
A GENOVA
19-24 settembre 2019

59° SALONE NAUTICO | S[n]

salonenautico.com

QUATIX® 5

FUNZIONI VELA | CONDIVIDI I DATI DI BORDO | COMANDO AUTOPILOTA | APP INTEGRATA FUSION LINK™ LITE | SMART NOTIFICATION | RILEVAZIONE CARDIO DA POLSO | FUNZIONI MULTISPORT

© 2019 Garmin Ltd. or its subsidiaries. Wi-Fi è un marchio registrato di Wi-Fi Alliance.
Photo credits: Andrea Muscatello per Absolute Yachts

ESSENTIAL PARTNER

MATERA 2019
OPEN FUTURE

C'È UNA NUOVA TAPPA PER CHI VISITA MATERA.

ESSENZA LUCANO®

Il nuovo spazio espositivo dedicato ad Amaro Lucano.
Un'indimenticabile esperienza multisensoriale, un percorso tecnologico
e interattivo per ripercorrere la storia dell'Amaro e della sua Lucania.
COSA VUOI DI PIÙ DALLA VITA?

Viale Cav. Pasquale Vena, s.n. - Pisticci Scalo (MT) | essenzalucano.it

Fiera della tosatura

di FEDERICO PESIRI

“Sa Tundidura” il giorno della tosatura

Il momento della tosatura, sa tundidura o tundimenta, è un vero e proprio rito, con i suoi luoghi (sos tundidorzos) e i suoi cerimoniali. È primavera inoltrata quando le alte temperature cominciano ad opprimere le pecore ed è tempo di alleggerirle dal vello.
Le pecore vengono tosate non solo perché la lana è utile, ma anche per ripulirle dalla sporcizia accumulata durante l’inverno e perché la lunghezza del vello può essere un impedimento per l’animale, soprattutto nella stagione estiva: l’animale, infatti, impigliandosi nei cespugli, si riempe di spine ferendosi.
Il giorno della tosatura coincide con il periodo di rientro dalla transumanza (migrazioni stagionali del bestiame dai pascoli di pianura a quelli delle regioni montuose e viceversa).
Su tunnintzu rappresenta un vero e proprio evento, che coinvolge l’intera famiglia, gli amici, i pastori confinanti. Ognuno ha un compito preciso: chi prepara i sacchi che andranno a contenere la lana, chi prepara gli strumenti di lavoro, le forbici (sos ferros de tundere) e chi prepara il gran banchetto, perché non c’è festa senza cibo e vino!

Si inizia al mattino con l’adunata delle pecore all’interno di un recinto chiuso (korte): le pecore si spaventano alla vista delle compagne senza lana e possono irritarsi violentemente. Ad una ad una le pecore (brebèis) vengono prelevate e portate all’esterno e sdraiate sul dorso, con una abile e rapida mossa. Una volta a terra, alla pecora, vengono legate insieme le 4 zampe con una cordicella: la pecora è immobilizzata e in questo modo sarà più facile tosarla. Durante la procedura del taglio, è il tunnituri, ovvero il tosatore, a maneggiare le forbici e le moderne tosatrici elettriche.
Bisogna tosare la pecora in tutte le parti del corpo, dalla testa fino alla coda e bisogna tosare in modo tale che il vello venga via come una pelliccia, composto e uniforme. L’operazione non è affatto facile: serve precisione, forza e dimestichezza, anche per evitare che l’animale si faccia male. Finite le operazioni di taglio, la pecora è libera e ritorna nel recinto.

Sino a qualche anno fa, con la lana ricavata, i pastori guadagnavano del denaro, utile all’economia delle proprie aziende perché era abbastanza remunerativo. Oggi purtroppo non è così, perché un chilo di lana è pagato tra i 40 e 50 centesimi. La lana della pecora sarda è talmente resistente che prima veniva utilizzata per realizzare cuscini e persino materassi. Oggi, invece, viene utilizzata soprattutto per maglieria, tessuti e tappeti e ogni pecora dà circa 1Kg e mezzo di lana (l’ariete può arrivare a 2 kg e 800 gr).
Sa tundidura è una festa di voci, balli e sapori: già a metà mattina, a tutti i presenti viene offerto Su murzu, piccola colazione tipica dei pastori, a base di casu axedu (una sorta di yogurt ottenuto dal latte di pecora o di capra), interiora di pecora e vino.

Quando si arriva al korte si scelgono gli animali da macellare e, mentre i pastori danno il via alla tosatura, gli altri preparano uno dei pranzi più ricchi dell’anno, a base di carni, formaggi e vino.
Tra i cibi tradizionali, sa tratalìa e sa corda, arrosto di frattaglie confezionate a forma di treccia e cotte allo spiedo, casu marzu, il tipico formaggio marcio con i vermi, su kallu, stomaco del capretto contenente una crema di latte molto piccante.
Nel frattempo, si tengono diverse manifestazioni folkloristiche, canti e balli popolari. Il canto a tenore riproduce i suoni della natura e una delle voci richiama, come leggenda vuole, al belato della risorsa più importante per molti sardi: la pecora, appunto. Si cantano anche “muttos” e “muttettus”: canti in rima, improvvisati e dai contenuti burleschi e allegri.
La festa si svolge dal 1982 ed è uno dei momenti più intensi, essendo l’economia sarda ancora in gran parte legata alla pastorizia.

TEATRO LIRICO DI CAGLIARI
FONDAZIONE
Häänsel und Gretel
ENGELBERT HUMPERDINCK
DICEMBRE
13 - 14 - 15 - 17 - 18
19 - 20 - 21 - 22
2019

di FEDERICO PESIRI

Fiera regionale del cavallo, appuntamento da non perdere

La fiera del cavallo è un evento regionale sardo molto importante e antico, di cui si attende con trepidazione ogni anno l'arrivo.

La fiera si svolge da più di cento anni a Santu Lussurgiu, un comune in provincia di Oristano, a riprova dello stretto legame che c'è da sempre tra gli abitanti della zona e questo animale e viene organizzata tra maggio e giugno (generalmente il 2 Giugno) in località San Leonardo di Siete Fuentes, l'unica sua frazione.

Alle origini, essa era l'occasione per gli appassionati di vendere o acquistare cavalli, ma anche latte, formaggio e provviste di ogni genere. Non solo, la fiera era una «circostanza di feste, di euforia collettiva, di evasione dal quotidiano, ma soprattutto momento in cui il cavallo diventava protagonista di un evento mondano sempre più partecipato» (Tratto dalla monografia "Santu Lussurgiu. Dalle origini alla Grande Guerra", a cura di Giampaolo Mele).

E questa tradizione è andata avanti per anni e anni, compiendo nel 2006 il suo primo centenario. Si tratta di un evento storico che negli anni ha rappresentato in Sardegna un punto di riferimento per allevatori, appassionati, esperti o semplici curiosi ed amanti del cavallo.

Il 2 Giugno è, nel calendario dei più appassionati, una ricorrenza canonica: la fiera ha un'importanza molto forte nel territorio poiché mantiene fede al forte legame con le tradizioni della comunità legate all'allevamento del cavallo e alle produzioni tipiche.

La fiera dei cavalli è una rassegna completa dell'allevamento equino che mantiene, in tutta Italia, il record della maggior biodiversità di cavalli. Ogni anno sono infatti presenti più di 250 cavalli di razza Anglo Arabo Sardo, Sella Italiano e altre razze autoctone come il cavallino della Giara e il cavallo del Sarcidano.

Durante la fiera si svolgono gare e persino mostre a tema: tra queste, il rodeo del cavallo selvatico.
La fiera ha anche un settore dedicato all'enogastronomia e all' agro-alimentare; sarà possibile curiosare tra gli stand espositivi della mostra mercato, caratterizzata dall'esposizione di prodotti tipici locali e regionali, e degustare i prodotti e piatti tipici.

L'obiettivo è promuovere il cavallo in tutte le sue sfaccettature, dal turismo alla gastronomia.
L'appuntamento equestre di Siete Fuentes si conclude sempre con un piacevole ritrovarsi davanti ad un banchetto e una tavola imbandita. Tutti fanno la loro parte, così dalle case e dai cofani delle auto saltano fuori prosciutti, salsicce, formaggi, vini rossi e pane profumato.

La fiera di San Leonardo è anche l'occasione per vedere ancora in uso tradizioni ormai dimenticate nella maggior parte dei paesi della Sardegna. Cavalieri vestiti con costumi tradizionali, cavalli addobbati con finimenti e attrezzi ormai in disuso, usi e costumi di tante contrade, tutti diversi tra loro ma tutti ugualmente accomunati dalla passione per i cavalli.

Come arrivare
Adagiato su un dolce altipiano, la borgata montana di San Leonardo de Siete Fuentes si trova a cinque chilometri da Santu Lussurgiu in direzione di Macomer.

FESTA DI SANT'EFISIO
65 km in onore del Patrono

di FEDERICO PESIRI

La **festa di Sant'Efisio** è tra le più importanti in Sardegna. Il Santo si venera ogni 1° maggio dal 1967. La peculiarità di questa celebrazione consiste nel fatto che vengono coinvolti gruppi che sfilano con abiti tradizionali, tramandati di generazione in generazione ed estremamente curati in ogni minimo particolare.

Giunta alla sua 363° edizione, la processione di Sant'Efisio è tra le più antiche e anche tra le più lunghe di tutta Italia con circa 65 km percorsi a piedi in 4 giorni, e la più grande del Mediterraneo. È destinata a entrare a far parte del patrimonio immateriale dell'Umanità dell'Unesco.
Secondo la tradizione, Efisio, nato in Asia Minore nel III secolo d.C, fu ufficiale dell'esercito romano. Si convertì in seguito alla visione di una croce splendente nel cielo e sentendo la voce di Cristo che lo rimproverava per la sua sanguinaria attività. In Sardegna, mentre i suoi soldati combattevano i barbari, divenne difensore del cristianesimo, disobbedendo a Diocleziano. L'imperatore ne comandò il martirio nel 303 d.C. Prima di essere giustiziato, come estremo atto di fede, promise di proteggere per sempre Cagliari e i suoi cittadini.
Si narra che per la prima volta l'intercessione di Sant'Efisio fu invocata nel 1656 per sconfiggere una terribile ondata di peste, epidemia che contagiò tutta la Sardegna. Se fosse riuscito a sconfiggere la peste, ogni si sarebbero svolti una processione e dei festeggiamenti in suo onore, partendo dal quartiere di Stampace, fino ad arrivare a Nora, dove il santo era stato martirizzato. Grazie al suo intervento, le piogge fecero scomparire la peste.
Da allora, ogni 1° maggio (simbolo di rigenerazione della natura) si rispetta il voto.

1° GIORNO
La processione parte a mezzogiorno dalle viuzze del quartiere di Stampace, dove si trova la piccola chiesetta a lui dedicata e all'interno della quale avviene la vestizione della statua, decorata con abiti preziosi e gioielli in oro.

La processione è aperta dalle "traccas", pesanti carri tirati da buoi ornati di fiori, nastri e arazzi colorati. Seguono donne e uomini in preghiera vestiti con i costumi tradizionali e ornati di gioielli dei paesi e città della Sardegna. Ci sono poi i gruppi folkloristici che giungono da ogni parte della Sardegna, anch'essi vestiti con abiti tradizionali.

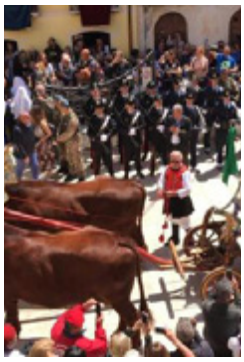
La processione raggiunge il suo punto cruciale in via Roma, in cui viene compiuto il rituale di sa ramadura, un atto di omaggio nei confronti del santo. Detta anche "infiorata", sa ramadura viene espletata attraverso lo spargimento per terra di petali di rose (rosse, rosa e gialle) sui lastroni della Via Roma, in modo che, al suo passaggio, il cocchio che trasporta la statua del martire possa avanzare su un tappeto floreale, mentre sullo sfondo le sirene delle navi suonano in segno di saluto.

2° GIORNO
Il secondo giorno, il tragitto si snoda dal luogo di prigionia sino a quello del martirio, arriva a Pula e poi ancora a Nora, dove si erge la chiesetta romanica intitolata al santo.

3° GIORNO
Per tutto il 3 giorno avviene la commemorazione del santo: la mattina si celebra la messa, di sera si svolge una processione sulla spiaggia di Nora, dove Efisio subì il martirio. Nella tarda serata il corteo lascia Nora e rientra a Pula, da dove Efisio comincerà il viaggio di ritorno verso la chiesa di Stampace.

4° GIORNO
La mattina del 4 maggio il santo riparte verso Cagliari, rifacendo tutto il percorso fatto fino a quel momento. Il corteo rientra prima della mezzanotte, entro la quale deve essere certificato lo scioglimento del voto, che avviene tramite una lettura da parte del Presidente dell'Arciconfraternita (del Gonfalone, che gestisce tutti i preparativi), seguita dall'intonazione dei tradizionali "goccius", preghiere e lodi in onore del Santo.

La 363ª edizione del 2019 è stata molto particolare rispetto a quelle passate, perché per la prima volta il ruolo di Alter Nos (un tempo era il rappresentante del viceré, oggi del sindaco della città) viene affidato ad una donna, la funzionaria del comune di Cagliari Raffaella Lostia. Per l'occasione è stato creato un abito inedito in versione femminile nel rispetto dei canoni dell'abito tradizionale nella versione al maschile.



Orari e programma:

ore 6,00 – Recita Santo Rosario in Lingua Sarda
ore 7,00 – Santa Messa Solenne nella Chiesa di Sant'Efisio
ore 9,30 – Santa Messa nel carcere cripta di Sant'Efisio
ore 9,30 – Partenza della grande sfilata per le vie del centro storico di Cagliari,
ore 11,00 – Celebrazione Santa Messa dell'Alter Nos
ore 12,00 – Partenza di Sant'Efisio, uscita del cocchio dalla chiesa ed inizio del pellegrinaggio con il carro col Simulacro del Santo che chiude la Processione seguito da miglia di fedeli a piedi che pregano e offrono i propri doni al Santo.

Tappe del percorso:

Giorgino, dove viene sostituito il cocchio e vengono fatti indossare al Santo gli abiti da viaggio.
La Maddalena Spiaggia , Su Loi , Villa d'Orri , Sarroch , Villa San Pietro , Pula , Nora
La processione riparte verso Cagliari, attraversando tutte le tappe del percorso fatto all'andata

L'accesso è naturalmente gratuito, aperto a tutti i credenti e a chiunque desideri scoprire questo meraviglioso viaggio in onore del Santo patrono. Un viaggio intenso che difficilmente dimenticherete.

di FEDERICO PESIRI

IL GIROTONNO, XVII EDIZIONE

È ormai tutto pronto per la XVII edizione del Girotonno, manifestazione che da anni promuove la tradizione del tonno rosso, che si terrà a Carloforte sull'isola di San Pietro. Le date sono state ufficializzate: l'evento si terrà dal 30 Maggio al 2 Giugno.

Carloforte è la città custode della cultura del Bluefin, la specie di tonno più pregiato. Peculiarità del tonno rosso è che compie una sorta di girotondo dei mari; non a caso, il suo passaggio strategico nel Mediterraneo viene detto "tonno di corsa", poiché quando vi passa è in corsa per la riproduzione.
Nel mese di Aprile, il tonno rosso, proveniente da Terranova, attraversa lo Stretto di Gibilterra ed entra nel Mediterraneo per raggiungere acque ideali alla deposizione delle uova. Soprattutto tra la Sicilia e la Sardegna, i banchi (di pesci) stazionano all'incirca 60 giorni; poi puntano su Spagna e Francia, depongono le uova e a settembre escono dal Mediterraneo lambendo di nuovo l'Italia.

Il tonno rosso è purtroppo una specie a rischio: in passato, la pesca indiscriminata e spesso illegale ha portato ad un impoverimento della specie fino alla totale perdita di una sua presenza stabile nel nostro mare; le scelte di tutela che da qualche anno sono state attuate hanno permesso una sostanziale ripresa. Ciò non toglie che questa specie pregiata di tonno resta ad alto rischio soprattutto a causa del notevole consumo da parte dei giapponesi sotto-forma di sushi e sashimi (solo loro consumano circa ¾ di tutto il pescato mondiale).

La pesca del tonno a Carloforte si realizza con le reti secondo una pratica molto antica, la mattanza, una vera e propria lotta tra uomo e animale, che, come da tradizione, inizia con una preghiera propiziatoria indirizzata alla Madonna da parte dei tonnarotti i quali sperano in una pesca ricca di tonni. La tonnara a Carloforte è oggi l'unica ancora attiva nel Mediterraneo
Quelli a Carloforte saranno quattro giorni ricchi di eventi: vi aspettano tanti spettacoli, musica, live show, live cooking, ospiti di rilievo internazionale e naturalmente il tonno, l'ingrediente principale! Teatro delle sfide sarà un grande palco allestito nel porto turistico.

PROGRAMMA COMPLETO:

· **TUNA CUISINE COMPETITION**, gara gastronomica internazionale tra chef provenienti da tutto il mondo che presentano originali ricette a base di tonno cotto e crudo.
A giudicare i piatti ci sarà una giuria tecnica, formata da esperti del settore, presieduta dallo chef italo-americano Andy Luotto. Potrà votare anche una giuria popolare, composta cioè dai visitatori presenti i quali armati di paletta e buon gusto potranno contribuire alla scelta del miglior piatto.
A sfidarsi saranno quattro Paesi: l'Italia, il Giappone, gli Stati Uniti e la Tunisia. La gara sarà condotta da Federico Quaranta, giornalista e conduttore di Linea Verde (Rai1) e dalla showgirl Ylenia Tonino, volto di Sport Italia.
Il prezzo del biglietto è di 15€.

· **GIROTONNO LIVE COOKING**, spettacolo di cucina, gusto e creatività per i visitatori che assistono alla preparazione dei piatti e degustano le ricette di grandi chef. Verranno svelati piccoli segreti, aneddoti e curiosità. Tra i protagonisti, oltre Andy Luotto, Secondo Borghero, del ristorante Tonno di Corsa, e Luigi Pomata, maestro nella cucina del tonno, una stella Michelin Stefano Deidda e Roberto Serra.
Il prezzo del biglietto è di 10€.

· **GIROTONNO TUNA VILLAGE**, villaggio gastronomico in cui poter gustare tante ricette locali, a cura dello staff eventi del Consorzio Arcobaleno di Carloforte guidato da Angelo Borghero, e molte altre di stampo internazionale, a cura degli chef Lorenzo Lavezzari e Andrea Provenzani.

Il menu della tradizione
· Tonno alla carlofortina
· Capunadda
· Pasticcio alla carlofortina
· Lasagne al pesto e tonno

Il menu internazionale
· Tributo alla Liguria: trofie, pesto agli agrumi, stracciatella, bottarga, tonno in tartare*
· Tuna burger: hamburger di tonno, pane di "Pinna", cipolle in salsa barbeque, iceberg, pomodoro*
· Tonno tonnato: tagliata fredda di tonno marinata, salsa tonnata leggera, capperini canditi, polvere alghe nori e pane Carasau
· Poke maguro: ciotola di riso da sushi, pomodoro camone sardo, edamame, 2 differenti tagli di tonno, zenzero, wasabi

Entrambi a 12€ (un piatto a scelta e una bevanda) o 15€ (un primo, un secondo e una bevanda).

· **GIROTONNO LIVE SHOW:** musica e spettacoli non potevano mancare per concludere in bellezza; ogni sera si esibiranno all'aperto e gratuitamente artisti di rilievo che allieteranno la serata.

Giovedì 30 maggio ci sarà la Finale Arezzo Wave Band Sardegna 2019: ad esibirsi saranno le band che hanno superato le selezioni regionali del celebre e storico concorso per gruppi emergenti.
Venerdì 31 maggio Provenzano DJ e Sandro Bit, direttamente da Radio M2o faranno ballare tutta l'isola.
Sabato 1 giugno a esibirsi sarà la grande artista Bianca Atzei.
Domenica 2 giugno sul palco salirà la band rock cipriota Minus One.

Come arrivare:

Per chi arriva da Cagliari è necessario raggiungere gli scali portuali di Portovesme e Calasetta, utilizzando gli autobus della compagnia ARST, con partenza da Cagliari città. Qui il sito della società di trasporto : **http://www.arst.sardegna.it**

Per chi viaggia in auto, da Cagliari è necessario proseguire in direzione Iglesias SS 130; in corrispondenza del km 44 prendere la direzione per Villamassargia e Carbonia. Giunti al bivio di Carbonia-Sirai è possibile proseguire per Portovesme o deviare per Calasetta.

Per chi volesse arrivare sull'isola di San Pietro con il traghetto, è necessario recarsi nei porti di Portovesme o Calasetta (40-30 minuti). Qui il sito della società di trasporto : **https://www.delcomar.it**

Per altre informazioni potete visitare il sito ufficiale dell'evento :
http://www.girotonno.it

L'isola di San Pietro ha un fascino incredibile e una bellezza mozzafiato. Se venite in occasione del Girotonno segnaliamo itinerari turistici che vale la pena visitare
http://www.girotonno.it/itinerari

Artigianato tessile

tra tradizione e innovazione

di FEDERICO PESIRI

La Sardegna è davvero una terra dalle mille risorse. Resistente e di successo è senza dubbio l'artigianato, da sempre una garanzia per gli isolani e i turisti che ogni anno decidono di trascorrervi le vacanze e scoprire nuove mete.
L'artigianato sardo si manifesta in molteplici forme e colori, e viene realizzato con i più disparati materiali, dal tessuto alla pietra, dalla ceramica al vetro e non solo.

Ogni laboratorio realizza dei lavori unici e preziosi ma al contempo fortemente identitari, tradizionali e innovativi insieme.
Tra questi, un settore molto peculiare è l'artigianato tessile. La produzione tessile tradizionale in Sardegna è strettamente connessa a quelle che, nei secoli, sono state le principali attività produttive: l'allevamento e l'agricoltura.

L'arte della tessitura in Sardegna ha origini antiche: in questa terra di pascoli, la filatura è stata una delle prime attività nell'economia del lavoro domestico che vedeva le donne impiegare il proprio tempo lavorando al telaio a mano al fine di produrre beni e oggetti destinati all'uso quotidiano come tovagliati, coperte e tappeti.

Per tradizione, infatti, l'arte della tessitura veniva esercitata da quasi tutte le donne e di ogni ceto sociale.

Insieme agli oggetti quotidiani, venivano realizzati anche manufatti decorativi, come gli arazzi destinati a rivestire le pareti, i quali aiutavano a ravvivare l'ambiente domestico generalmente povero e austero.

Nell'isola vengono usati due tipi di telai, quello verticale e quello orizzontale. Il telaio orizzontale è il più diffuso in tutta l'isola fino ai primi decenni del Novecento, mentre il telaio verticale è attualmente in uso soltanto in alcuni centri della Barbagia e del Goceano.

https://www.sardegnaartigianato.com

Telaio orizzontale

La struttura portante del telaio orizzontale è costituita da due elementi lignei uguali, paralleli e distanziati tra loro di circa 120 cm, sospesi su robusti cavalletti, su cui poggiano tutte le altre parti.
Questi due elementi sono uniti dal subbio anteriore e dal subbio posteriore (come delle grosse bobine) sulle quali è rispettivamente avvolto il tessuto già realizzato e l'ordito (l'insieme di fili che insieme a quelli della trama concorrono nel formare un tessuto). La tessitrice per lavorare siede su una bassa seduta davanti al subbio anteriore.

Telaio verticale

Il telaio verticale è quello più arcaico, come si può notare dalla sua struttura estremamente semplice; la sua struttura è sostanzialmente costituita da due montanti paralleli fissati perpendicolarmente tra pavimento e soffitto: il subbio superiore tiene avvolto l'ordito mentre in quello inferiore si avvolge il tessuto realizzato. La tessitrice per lavorare si sistema di fronte al telaio e procede dal basso verso l'alto.

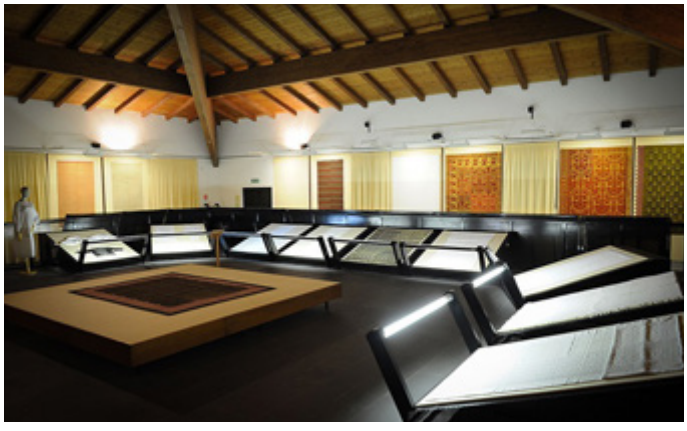
La principale materia prima impiegata nella tessitura è la lana ovina e, in misura minore, quella caprina. Le fibre tessili di origine vegetale sono il lino, la canapa ed il cotone. Un caso del tutto particolare è costituito dalla tessitura della seta e del bisso marino. Fino al primo Novecento, la colorazione dei filati si effettuava sfruttando le proprietà tintorie di piante locali.
Due sono le tecniche di lavorazione: "**Lavorazione liscia**" utilizzata per la realizzazione di tessuti da ricamare e la "**lavorazione a scaccu**", più particolare. Tra queste, la tecnica a pibionis (acini d'uva) è sicuramente la più caratteristica e pregiata della Sardegna.

Le immagini hanno generalmente carattere naturalistico: uccelli, cervi, cavalli, fiori; oppure sono arricchite da integrazioni fantastiche, quasi mitologiche. Questo repertorio di colori, forme, materiali conferiscono ai manufatti sardi una inconfondibile identità, anche se la tessitrice difficilmente rinuncia a dare un suo tocco creativo e personale.

Samugheo è il centro più rinomato per la fiorente produzione tessile e qui si trova anche il **Museo Unico Regionale Arte Tessile Sarda** (MURATS): la sezione etnografica ospita telai tradizionali in legno, attrezzature e strumenti vari per la tessitura, oltre che un'esposizione di capi di abbigliamento tipici sia giornaliero che festivo.
Una parte della struttura è, invece, interamente dedicata all'organizzazione di mostre tematiche con le quali si vuole valorizzare la tradizione tessile, tramandata ancora di madre in figlia. Un altro spazio del museo è dedicato alla didattica, cioè i visitatori possono assistere alla proiezione di filmati sull'arte e la tecnica della tessitura.
Vi sono anche due telai, uno verticale e uno orizzontale, utilizzabili dal pubblico, per apprendere e mettere a confronto le tecniche di tessitura utilizzate in antico e quelle attualmente in uso.

Il museo è aperto dal martedì alla domenica, festivi inclusi:

Orario legale:
9:30 – 13 (martedì 10-13) / 17:00 – 20:00
Orario solare:
9:30 – 13 (martedì 10-13) / 16:00 – 19:00
Prezzi per l'ingresso:
intero: € 2,50
ridotto: € 1,00 (guida compresa)



L'arte orafa
simbolo sardo in tutto il mondo

di FEDERICO PESIRI

L'arte orafa sarda secondo la leggenda fu tramandata dalle Janas, creature fantastiche in parte streghe in parte fate, le più conosciute tra le tradizioni popolari della Sardegna.
Il metodo di lavorazione dell'oro più antico è la filigrana, che consiste nell'intrecciare sottilissimi fili di oro e argento che poi vengono saldati tra di loro, una lavorazione molto complessa e articolata.

La prima comparsa della filigrana risale a Troia intorno al 2500-2000 a.C. Per tutto il medioevo e fino al XV secolo, nonostante il periodo non sia dei più floridi dal punto di vista artistico, la filigrana si diffonde in tutta Europa, venendo per lo più impiegata per coprire gli spazi liberi fra le gemme e gli smalti nelle lamine auree; particolare sviluppo ebbe la lavorazione a Venezia grazie anche ai contatti della città con il mondo orientale.

Questa particolare arte nel XVI sec. e in età barocca ricomparve in forme decisamente più preziose raggiungendo altre importanti città, come Genova. È difficile ipotizzare la comparsa della filigrana in Sardegna poiché non vi è traccia di pezzi originali, ma secondo i più esperti in Sardegna la filigrana ha fatto la sua comparsa successivamente alle invasioni fra il 1050 e il 1100, perché documenti dell'epoca dimostrano che a quei tempi si lavorava l'argento in una vasta gamma di forme.

È solo nel Rinascimento che l'arte della filigrana raggiunge in Sardegna il massimo sviluppo, con un considerevole numero di artigiani localizzati esclusivamente a Cagliari all'interno delle vecchie mura di Castello. Il '700 segnò una ulteriore svolta nella città di Cagliari, una fioritura che dura ancora oggi in tutta l'isola grazie al lavoro e alla passione di artigiani di altissima qualità.

Se inizialmente le "prendas", i gioielli, venivano realizzati per adornare gli abiti delle famiglie aristocratiche, tra la fine del '700 e l'inizio dell'800, soprattutto in virtù del fatto che si utilizzava anche l'argento, le preziose decorazioni comparvero anche sugli abiti delle classi meno agiate.

Tra i primi, e di maggiore importanza, centri della lavorazione dell'oro, furono Cagliari, Iglesias e Sassari, da dove poi la produzione si diffuse in centri minori.

Come già accennato, secondo la leggenda erano le Janas che, nelle loro case incantate, tessevano i sottili fili d'oro e d'argento alla luce della luna, intrecci di fili che diventavano stoffe ricamate con pietre preziose. E questo basta a far capire come fosse radicata la cultura dell'arte orafa in Sardegna, estremamente legata al costume tradizionale.

Bottoni, gemelli, collane e pendenti, spille, anelli, orecchini, amuleti ed oggetti sacri si ritrovano sì nei numerosi laboratori, ma si possono ammirare anche nei costumi tradizionali folcloristici nell'ambito della maggiore sagra popolare della Sardegna, la sagra di Sant'Efisio a Cagliari, e di altre celebrazioni popolari e religiose.

L'arte orafa è diventata col passare del tempo un simbolo della Sardegna in tutto in mondo.

CURIOSITA'

Nel passato, i gioielli avevano molti significati, le donne, soprattutto, li conservavano e tramandavano di generazione in generazione come oggetti sacri e preziosi.
Tra questi gioielli, assume particolare spessore l'anello, ornamento prettamente femminile realizzato secondo diverse tecniche. Un anello che presenta caratteristiche particolari è il maninfide (mani strette in atto di fede), l'anello di fidanzamento che ha incise due mani che si stringono e che suggellano il patto d'amore. Era tradizione che il fidanzato lo donasse alla futura sposa, ricevendo in cambio un coltello finemente lavorato con manico in corno o osso inciso ed arricchito da borchie e festoni di ottone.

Le donne sarde sono sempre state solite sfoggiare molti tra questi e altri anelli, addirittura dotati secondo le tradizioni popolari di poteri taumaturgici. Ad esempio, si sosteneva che gli anelli d'argento con incastonata una particolare pietra color miele tipica del Cagliaritano potessero alleviare l'emicrania.
Alto valore simbolico hanno anche le more o mura, orecchini la cui forma ricorda le more di gelso. Per capirne il significato, occorre dire che la mora era l'ultimo frutto di cui il bestiame si cibava prima che si avvicinasse il periodo in cui avrebbero partorito. Le more venivano infatti generalmente regalate dalla famiglia dello sposo alla neo-sposa come augurio di fertilità.

Questo patrimonio oggi rimane ricco del ricordo della tradizione ma è accostato alla ricerca di forme nuove e tecniche più moderne che con soddisfazione hanno portato a grandi risultati e interesse. Se ne volete sapere di più o se volete conoscere i laboratori più importanti consultate la pagina :
https://www.sardegnaartigianato.com
vetrina dell'artigianato artistico della Sardegna.

SARDEGNA NEL MONDO

di FEDERICO PESIRI

EMIGRAZIONE SARDA
STORIE DI VITE NEL MONDO

La ricerca del lavoro e di migliori condizioni di vita, sono queste le ragioni che da sempre hanno spinto, e spingono ancora oggi, migliaia di sardi a lasciare l'isola per recarsi, oltre che in altre regioni d'Italia, anche all'estero, in Europa e non solo.

L'emigrazione non è di certo un fenomeno dell'ultimo lustro; già dagli inizi del Novecento gli espatri sardi verso l'Europa rappresentano il 64,1%, la restante parte si dirigeva verso l'America.

Ma è soprattutto nel dopoguerra che l'emigrazione assume proporzioni di rilievo: stando alle statistiche, solo fra il 1953 ed il 1971 c'è stato un saldo migratorio negativo di 180.000 persone.
Volendo concentrarci su anni più recenti, ecco che secondo un report del centro studi della Cna Sardegna, solo nel 2018 ci sarebbero stati oltre 3000 espatri (3288 per la precisione), da parte soprattutto di giovani in cerca di un futuro più prospero o giovani che si trasferiscono per motivi di studio che poi non rientrano per mancanza di prospettive (emigrazione "intellettuale").

Un record storico nell'ultimo ventennio che, inevitabilmente, contribuisce ad accelerare l'inesorabile declino demografico della regione. In totale, sarebbero 600.000 le persone emigrate.

Fuori dalla Sardegna vivono intere generazioni di famiglie che con l'isola hanno mantenuto un legame molto forte, non perdendo mai la memoria delle proprie origini. E questo riguarda anche figli di emigrati sardi nati e cresciuti all'estero, i quali sentono di appartenere alla terra dei propri nonni o genitori.

Sul territorio nazionale, la FASI (Federazione delle Associazioni Sarde in Italia) riunisce 70 circoli (divisi in quattro Circoscrizioni territoriali), che operano nella Penisola in rappresentanza di circa 350mila sardi che, andati via dalla Sardegna, si sono trasferiti altrove.

Numerose sono le aggregazioni, i circoli e le federazioni di sardi distribuite nei diversi continenti, riconosciute dalla Regione come strutture di base cui fanno riferimento i conterranei residenti fuori dall'Isola; esse costituiscono per loro un punto di riferimento e svolgono attività di assistenza, di divulgazione e valorizzazione della cultura sarda, tramandando le tradizioni di generazione in generazione, promuovono il turismo e i prodotti tipici isolani.

"Il Messaggero Sardo"

Un'altra importante iniziativa consiste nel finanziamento da parte della Regione Autonoma della Sardegna, di un giornale bimestrale, "Il Messaggero Sardo", distribuito nei circoli e nelle federazioni di tutto il mondo per mantenere viva la comunicazione con gli emigrati, promuovere e favorire scambi culturali con le associazioni.

Le Federazioni, oltre che in Europa, si trovano nell'America del Sud, soprattutto in Argentina.
Le associazioni e i circoli sardi all'estero sono dislocati in Europa, quindi Austria, Belgio, Francia, Germania, Inghilterra, Olanda, Spagna, Svizzera, Bulgaria, Spagna; in America, soprattutto in Argentina, Brasile, Canada, Messico, Perù, Stati Uniti; e in Oceania, quindi in Australia e in Nuova Zelanda.

(Per maggiori approfondimenti e conoscere tutti i circoli clicca qui).

L'obiettivo è non abbandonare mai i propri conterranei e rafforzare con loro quel senso di comunità e identità che solo chi vive nell'isola può capire. I circoli sono dotati di uno Statuto democratico, aperto a tutti i soci e anche ai simpatizzanti.

La Regione Sardegna è stata la prima in Italia ad aver prodotto una legge a favore dell'emigrazione, all'inizio degli anni Settanta del secolo scorso, aggiornata con la legge n. 7/1991, avente proprio l'obiettivo di promuovere forme di partecipazione e iniziativa di tutela e sviluppo fra la Sardegna e le comunità degli emigrati.

Abbandonare la propria casa, la propria terra non è mai facile; ma non possiamo ignorare il fatto che molti nostri conterranei, armati di speranza e di coraggio, partono per costruirsi altrove un futuro, e il più delle volte è in quell'"altrove" che ottengono riconoscimenti e gratificazioni che se fossero rimasti nell'isola forse non avrebbero mai ricevuto.

Simone Tondo

È la storia di Simone Tondo, originario di Macomer, con la passione per la cucina. Ha studiato all'alberghiero di Alghero.
Oggi è uno chef rinomato e ha fondato in Francia, a Parigi, il bistrot/restaurant Tondo. Ma è soprattutto nel dopoguerra che l'emigrazione assume proporzioni di rilievo: stando alle statistiche, solo fra il 1953 ed il 1971 c'è stato un saldo migratorio negativo di 180.000 persone.
Volendo concentrarci su anni più recenti, ecco che secondo un report del centro studi della Cna Sardegna, solo nel 2018 ci sarebbero stati oltre 3000 espatri (3288 per la precisione), da parte soprattutto di giovani in cerca di un futuro più prospero o giovani che si trasferiscono per motivi di studio che poi non rientrano per mancanza di prospettive (emigrazione "intellettuale").

Claudio Mura

Ma è anche la storia di Claudio Mura, architetto nato e cresciuto a Sassari, e da quasi tre anni vive e lavora a Yangon, in Myanmar (ex Birmania), un paese in forte via di sviluppo che corre verso la modernizzazione, «una realtà tutta in divenire».
Claudio è Design Manager presso Archetype Myanmar, costola di Archetype Group un ufficio di Progettazione architettonica, ingegneria, progettazione industriale e project management.

Andrea Sorrentino

È nato e cresciuto a Cagliari, dove si è laureato in Biologia. Si è trasferito a Parma per la specialistica e il dottorato, ma oggi lavora come ricercatore a Boston, tra i laboratori dell'Harvard Medical School e il dipartimento di cardiologia del Brigham and Women's Hospital. Il suo sogno è diventare docente e guidare un laboratorio.

Elisa Mele

Una storia di emigrazione è anche quella di Elisa Mele, nata ad Oristano e cresciuta a Solarussa, nel paese della Vernaccia.
Già a 18 anni Elisa lascia la Sardegna e si trasferisce a Padova dove ha studiato e ha sempre lavorato. La sua, infatti, non è stata una scelta "obbligata" ma voluta; partire era per lei motivo di crescita personale e così è andata in Australia, a Queensland. È ricercatrice sociale, scrive e racconta tradizioni, storie di vita.

Angelita Caredda

Tra gli emigrati sardi, c'è anche chi è partito per aiutare uomini, donne e bambini in condizioni difficili, perché ha sentito dentro di sé il bisogno di lasciare tutto e tutti per un senso di dovere e umanità.
Tra questi, Angelita Caredda, oggi Country Director per Norwegian Refugee Council in Giordania. Angelita è nata e cresciuta a Cagliari, ha studiato Scienze Politiche, ha un master in Development Studies alla School of Oriental and African Studies (SOAS) all'University of London.

È stata capo missione di "Terre des hommes" in Kenya, organizzazione non governativa, nata in Svizzera nel 1960, è attiva in 34 nazioni tra Africa, Medio-Oriente, Asia, Sudamerica ed Europa dell'Est.
Ha lavorato anche in Afghanistan, Siria, Palestina, Giordania e Darfur.

(Fonte https://www.sardiniapost.it)

PER DIVENTARE IL NUMERO UNO
SCEGLI LA NUMERO UNO

www.unipegaso.it 800-185-095

La Sardegna nelle Americhe

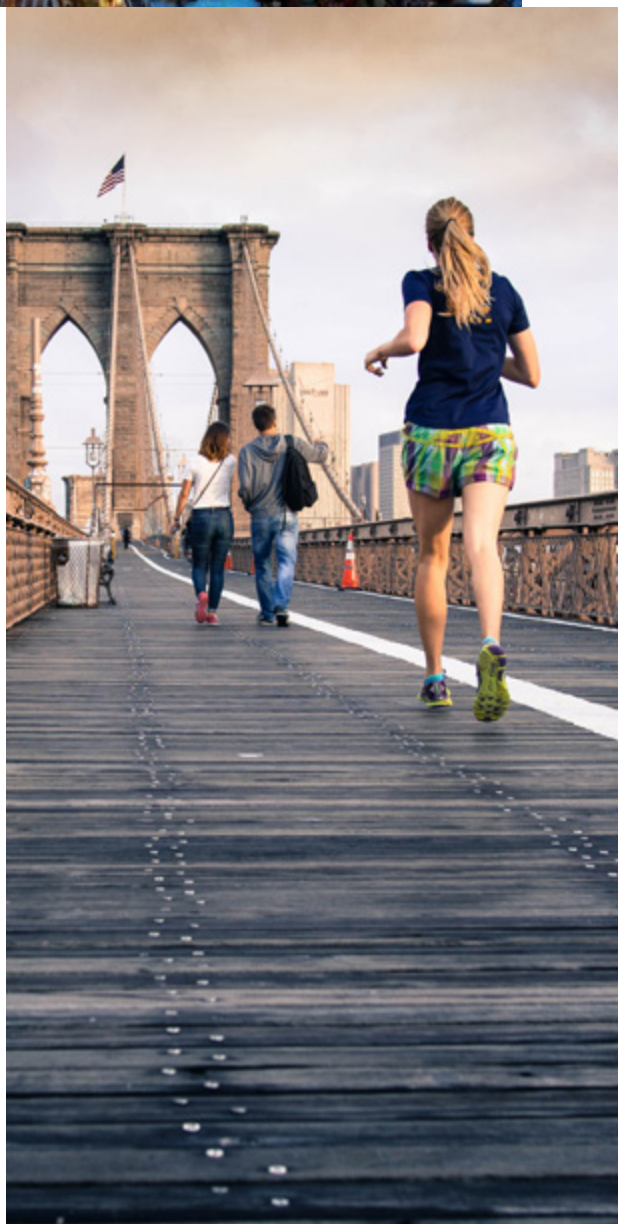
Organismi, associazioni e istituzioni
Federazioni - Circoli - Notizie - Bandi

di Federico Pesiri
e Stefania Maffeo

Storie di sardi del 21° secolo nelle Americhe

Il comune denominatore dei sardi nelle Americhe è l'essere sardi amanti della Sardegna, sardi cresciuti in Sardegna, che sono andati via cinque, dieci, venti anni fa, per affermarsi professionalmente, ma che la Sardegna la conservano nell'animo nelle parole, nel palato.

La Sardegna ce l'hanno nel sangue, li segue come un'ombra e gli salta addosso appena la possono indossare.



La Sardegna nelle Americhe

Pietro Porcella, giornalista cagliaritano e docente di italiano al Liceo "American Senior High School", da svariati anni residente negli Stati Uniti, è solito raccontare nei suoi reportage i *"luoghi della sardinità"* cari ai suoi amici isolani che vivono nelle Americhe, in particolare a New York.

A cominciare dal DOC Wine Bar a Brooklyn di **Claudio Coronas** e la moglie **Rosanna Patteri**, dove si riuniscono i soci del **"Cagliari Club NY NY"** per serate speciali a base di *is fueddus, is arrisus, malloreddus* e Cannonau.

CAGLIARI CLUB NEW YORK NY

Silvio Podda, il presidente che ha preso il posto di Porcella a seguito del suo trasferimento a Miami Lakes, è a capo del reparto di chirurgia plastica cranio-facciale dell'Ospedale di St. James a Paterson New Jersey (vicino all'aeroporto di Newark). Ogni mattina presto lascia la sua magnifica Penthouse che guarda su Central Park West Avenue, attraversa il Washington Bridge e si dedica ad aggiustare visi e teste di persone vittime di incidenti gravi. Spesso parte in missioni umanitarie come medico volontario di Emergency per luoghi colpiti da guerre in Africa o Medio Oriente e salva la vita a uomini, donne bambini martoriati dalle bombe.

Giorgio Casu, giovane pittore ed artista internazionale di San Gavino Monreale, ha decide di trovare la sua dimensione di uomo nel mondo a New York. Unisce stili colori e culture per creare una forma d'arte globale che ben presto arriva alla Casa Bianca.

"New York è la città più importante al mondo, più ricca di eventi e di produzioni culturali. Un giorno sono entrato in contatto con un'associazione dove la curatrice di una mostra che si doveva tenere alla Casa Bianca si è innamorata di un mio ritratto di Obama che avevo fatto per la sua elezione nel 2009. Così aveva scelto una ventina di quadri tra cui il mio, che è finito a Washington nel 2010 a maggio ed è stato scelto come il miglior ritratto di Obama. Oggi fa parte del Permanent Collection of White House" racconta Casu.

In seguito, ha esposto uno dei suoi dipinti più popolari, "The Owl", al Times Square Center. Tra i progetti futuri ci sono la creazione di magliette con la riproduzione del Gufo presentato a Times Square, una collezione di Sari indiani e di chitarre elettriche, una nuova mostra ed un murales in Sudamerica, Colombia o Bolivia, dove trovare nuove influenze artistiche e collaborazioni.

Tante anche le storie al femminile: **Elena Lecca**, che ha lasciato Quartu per affermarsi nella Grande Mela ed occuparsi di incoming di gruppi internazionali al Park Meridien Hotel in piena Mid-Town; le **sorelle Cossu** di Thiesi: **Giulia**, commercialista, che cura i libri contabili delle più importanti ditte italiane dall'alto del 23° piano dell'Empire State Building, ed **Elena**, che si dedica alla diffusione in tutti gli States dei formaggi di casa.

Sempre più giovani lasciano la Sardegna per andare molto più lontano al di là dell'Atlantico e verso sud, sotto la linea dell'equatore che ospita gran parte dell'America Latina. Giovani spesso altamente qualificati che vedono in un altro Continente possibilità diverse anche a quelle offerte dai gettonatissimi Stati Uniti. Chi sono questi nuovi emigrati? Cosa trovano dall'altra parte dell'oceano? A queste domande provano a rispondere i freelance sassaresi **Antonio Muglia** e **Salvatore Taras** che, viaggiando tra Brasile, Argentina e Perù hanno incontrato molti sardi che si sono trasferiti in Sudamerica.

Viaggio dal quale nasce il libro pubblicato da Edes **"Verso Sud"** (con testi proposti in italiano ed in sardo). Un volume che raccoglie le storie di chi ha lasciato la Sardegna alla ricerca di un futuro. Tra le tante, nel testo, si narrano le vicende di **Luca Lupino**, classe 1978, manager che coordina le iniziative di marketing e comunicazione dell'Adidas a Rio de Janeiro.

Daniele Pinna, trentacinque anni, cresciuto a Guardia Grande (una delle borgate di Alghero) nel 2009 approda a Buenos Aires dopo aver maturato esperienze gastronomiche in diverse parti d'Italia e di altri Paesi europei. Oggi è un personaggio anche televisivo grazie al successo dei piatti che prepara nel suo ristorante, diventato uno dei più quotati della città, che ha un particolare legame con la Sardegna. Come riportano gli autori del libro sarebbe stata fondata nel 1536 da un gruppo di sardi al seguito dello spagnolo Pedro de Mendoza, battezzata con il nome della Madonna di Bonaria di Cagliari. Sarà anche per questo che è facile sentirsi a casa sulle sponde del Rio de la Plata, pur arrivando dall'altra parte del mondo. Così sembra dalle parole di **Iside Casu**, imprenditrice e grafica sassarese che si è inventata una piccola, originale azienda basata sullo slogan *"Amantar es amar":* la produzione di magliette comode e accattivanti studiate specificamente per allattare in pubblico in modo discreto e naturale.

A Lima vive **Elisabetta Mannai**, cagliaritana che si è imposta nel particolare settore del coaching (consulenza motivazionale); **Alessandro Piras** che ha lasciato Orroli e lavora nell'ufficio comunicazione di un'importante associazione educativa; **Federica Angioni** partita da Guasila ed in Perù insegnante in un collegio bilingue; **Simone Pisu**, biologo nella culla della civiltà inca. Speciale è la vicenda del *"diversamente giovane"* **Natalino Demontis**, da sessant'anni lontano da Sassari che costruisce candelieri a Cabo Frio, non lontano da Rio de Janeiro.

Sardi dell'ultima generazione, non di quelli emigrati a metà del secolo scorso per disperazione con la valigia legata a spago. Non di quelli invidiosi dell'altro o taciturni ed asociali. Sardi moderni, tutti o quasi tra la ventina e la quarantina.
Sardi che ogni anno o due fanno di tutto per tornare a casa per vedere famiglia ed amici e respirare la propria terra. Con la speranza che un giorno si possa rientrare fissi in Sardegna e si possa vivere in pace ed in maniera migliore la vecchiaia e la giovinezza di figli e nipoti. Questa la prospettiva dei sardi d'America del 21° secolo.

La Sardegna in Asia

Organismi, associazioni e istituzioni
Federazioni - Circoli - Notizie - Bandi

di Federico Pesiri
e Stefania Maffeo

Sardi e continente asiatico: un legame in crescita

L'Associazione Isola Sardegna-Giappone è stata fortemente voluta da un gruppo di sardi residenti a Tokyo, ma col cuore sempre rivolto alla terra d'origine ricca di sapori, profumi e tradizioni difficili da dimenticare.

Con questo spirito, questa passione e orgoglio per un pezzo di Italia sconosciuto a molti nel Paese del Sol Levante, hanno deciso di offrire a chi è già stato, o a chi vorrebbe andare, o ancora di più a chi non ne ha mai sentito parlare, l'occasione di assaggiare (attraverso la cucina), toccare con mano (attraverso laboratori), rifarsi gli occhi (attraverso proiezioni) e rilassare lo spirito (attraverso la musica) quella terra a loro così cara, ma tanto lontana!

Prendendo spunto dal concorso fotografico "La Sardegna vista dai Giapponesi", hanno dato voce alle esigenze di entrambi, sardi e non, desiderosi di partecipare attivamente ad un'iniziativa stimolante e ricca di novità.
Il successo ha superato ogni più rosea aspettativa!! Si chiama **"1+1=3"** ed un progetto di 3 giovani sardi che mira a supportare le piccole e medie imprese sarde che intendono affacciarsi verso mercati internazionali, con un approccio innovativo che utilizza la cultura come il cavallo di Troia per l'accesso ai mercati e il posizionamento dei prodotti.

Un team di giovani sardi: **Maura Fancello**, sinologa e manager culturale, **Alessandro Pettazzi**, economista e **Francesco Nanu**, chef, hanno deciso di sfatare il mito secondo cui con la cultura non si mangia. L'idea è quella di approfittare di eventi culturali per farle diventare occasioni di promozione del patrimonio isolano, in particolare quello eno-gastronomico, artigianale e della moda.

Il progetto si è sviluppato all'interno del programma regionale creato dall'**Aspal** e coordinato dalla **Fondazione Brodolini** per la creazione di impresa: Talent Up Entrepreneurship and back. E presto 1+1=3 testerà la sua validità sul mercato Giapponese. Accompagnano l'esperimento anche altri due collaboratori nuoresi: **Claudio Piga** e **Simone Manca**.

Si comincia il 23 Settembre a Toga, in Giappone, dove nel corso delle Olimpiadi del Teatro a rappresentare l'Italia ci sarà il Macbettu, il Macbeth in lingua sarda premio **UBU 2017**, produzione di Sardegna Teatro. Il team 1+1=3 accompagnerà l'opera culturale con le eccellenze dell'isola. Accanto all'evento artistico-culturale una delegazione di sapori con la presentazione delle ricette della tradizione e alcune fra le eccellenze eno-gastronomiche isolane.

1+1=3 continuerà il suo viaggio a Okinawa, isola dei centenari, e Tokyo, dove in collaborazione con l'**associazione ISOLA**, saranno presentati gli scatti di Laura Mele e la mostra Chentannos, a cura di **Manca Spazio**. Il 4 Ottobre al Seadas Flower Cafe di Tokyo si terrà un evento di networking legato alla Sardegna, ai prodotti della tradizione e alla cultura dell'isola. Ospiti speciali dell'evento saranno i **Tenores de Tokyo** con le musiche dall'Isola. Francesco Nanu chef del Rifugio a Nuoro e del progetto 1+1=3 presenterà per l'occasione il Filindeu, prezioso piatto della tradizione nuorese nonché la pasta più rara al mondo.

IL MEETING
È AL PIANO TERRA,
QUERCIA A DESTRA.
GOLIA
Herbs Limone
CON VITAMINA C
SENZA ZUCCHERO
CARAMELLE ALLE ERBE DALLA NATURA
Cambia prospettiva.
RESPIRA GOLIA®

Mellus, un pezzo di Sardegna a Dubai

By Elisabetta Norzi Published on October 12, 2017

Ascoltare i suoi racconti sulla storia e sulle tradizioni della Sardegna, una regione spesso poco conosciuta anche agli italiani, è un piacere raro. Alberto Caddeo, nato e cresciuto nel cagliaritano, oltre ad essere un profondo conoscitore della sua terra è il fondatore di un progetto unico: Is Mellus.

Partito nel 2012, ha non solo l'obiettivo di portare i prodotti sardi nel mondo, ma di fare conoscere il prezioso patrimonio gastronomico della Sardegna, che significa anche storia, cultura e antiche maestrie.

La missione di Is Mellus è infatti quella di ricercare le migliori aziende alimentari sarde, esportare i prodotti e infine commercializzarli, spiegandone la provenienza e la produzione, fino al consumatore finale. In Sardegna lo chiamano "poeta", ma Alberto Caddeo crede fino in fondo al suo lavoro: dietro un pecorino, una sebadas o una pasta tirata a mano ci sono infatti antiche tradizioni e un pezzo di Sardegna.

Alberto, che cosa significa Is Mellus ?

Is Mellus, in lingua sarda, significa semplicemente "i migliori". Questo nome è stata una scelta per identificare un concetto, non per dire che i nostri prodotti sono migliori di altri, perché nel settore alimentare sappiamo che è sempre tutto molto soggettivo.

Is Mellus significa quindi la miglior qualità possibile di un prodotto. Noi puntiamo infatti sul discorso di filiera, di tracciabilità: Is Mellus significa avere un prodotto incontaminato, che segue la natura nella sua produzione, come da tradizione antica, come si fa in Sardegna nelle colture e in tutto quello che riguarda il processo di creazione di un prodotto.

Il nostro obiettivo non è solo vendere il pecorino, ma raccontare cosa c'é dietro quel pecorino. Ti racconto Antonio che ha fatto il formaggio, ti racconto da dove ha preso il latte e le tradizioni legate a quel prodotto. Un progetto più ampio, dunque, rispetto alla semplice vendita.

Perché ha deciso di lasciare la Sardegna ? Come è nato il progetto ?

Is Mellus nasce circa 5 anni fa. Ad un certo punto, in Italia, dopo aver provato diversi investimenti, mi sono scontrato con troppe difficoltà e con una tassazione davvero troppo aggressiva. Allora ho deciso di puntare all'estero e inventarmi un nuovo lavoro, ovviamente sulla base della mia esperienza passata che è sempre stata nel settore delle vendite. Ho pensato: che cosa posso fare? La risposta è venuta da sé: promuovere il prodotto che conosco meglio, ovvero la mia terra. E allora ho iniziato a fare alcune ricerche, in tutto il mondo.

Perché ha scelto di partire dagli Emirati Arabi ?

Le opzioni ricadevano su Usa, Australia, Cina e Medio Oriente, che è arrivato solo alla fine perché stavamo puntando più verso la Florida. E così è spuntata la Dubai post crisi, parliamo del 2011-2012, quando la città si stava riprendendo e i movimenti commerciali nel settore agroalimentare verso il Medio Oriente si stavano muovendo bene. Un giorno ho fatto il biglietto per Dubai e sono venuto a dare un'occhiata, in occasione di Gulf Food. Dopo due settimane ho deciso di fare le valigie e pochi mesi dopo sono venuto qui: ho preso la mia licenza e piano piano ho avviato le conoscenze, le amicizie, i primi contratti con gli hotel e i ristoranti. Siamo via via cresciuti e ci siamo fatti un nome a livello internazionale.

Si è quindi creato un rapporto solido tra gli Emirati e la Sardegna ?

Sia Dubai che Sharjah che Abu Dhabi sono in qualche modo legati alla Sardegna. Sheik Al Maktum e suo figlio Fazza vengono spesso nell'oristanese perché hanno diversi cavalli di razza sarda. L'anglo-arabo-sardo, come razza di cavallo, è tra le

più rare e tra le più ricercate. A Sharjah abbiamo organizzato una bella manifestazione lo scorso ottobre: un evento culturale legato ai diversi comuni sardi nei quali gli Emirati, principalmente quello di Sharjah, ha avuto un ruolo fondamentale nel promuovere la nostra cultura a livello nazionale. Insomma, la Sardegna è molto considerata dagli arabi e noi stiamo cercando non solo di fare import, ma anche export da qui alla Sardegna, consolidando un legame in-out per i servizi, per il turismo, per la promozione della cultura.

Ci sono anche legami storici tra la Sardegna e il mondo arabo

Anche se in Sardegna gli arabi ci sono solo passati, come in tutto il Sud Italia ci sono state forti influenze. Anche la lingua sarda ha molte parole simili all'arabo, così come alcuni prodotti sono simili a quelli arabi, ad esempio il pane carasau e la bottarga. Insomma il legame è forte e stiamo lavorando per sancire un rapporto ufficiale. Al momento siamo gli unici in Medio Oriente a portare avanti questo genere di discorso: far rivivere il legame tra Sardegna e Medio Oriente che è stato in passato. E' difficile, veniamo chiamati poeti più che commerciali, ma è un lavoro a cui teniamo molto. Sarebbe riduttivo vendere semplicemente un prodotto: non compri solo il pecorino, in quel prodotto c'è un pezzo di Sardegna.

La missione di Is Mellus è dunque quella di portare nel mondo la cultura e la storia che stanno dietro ai prodotti ?

La difficoltà più grande non è vendere il prodotto in sé, ma farne conoscere la provenienza. Ovviamente se vai a parlare con qualsiasi persona nel mondo, l'Italia è nota per Roma, Venezia, Firenze. Se parli della Sardegna in genere viene confusa con la Sicilia oppure non sanno proprio che cosa sia. Il nostro impegno sta nel fare capire che dietro c'è una storia molto importante, che è la storia di una parte dell'Italia, ed è proprio lì che nascono i prodotti di qualità, prodotti diversi da quelli di altre regioni e diversi dai prodotti commerciali nel mercato italiano. La nostra battaglia è davvero questa.

Diventa anche un modo per conservare le tradizioni, che in tante zone di Italia si stanno perdendo

Le tradizioni in Sardegna sono molto forti, soprattutto nei paesi dell'interno, non purtroppo sulle coste dove c'e sempre un mix. I 377 Comuni della Sardegna, ad esempio, sfilano tutti insieme a Cagliari in occasione della festa del patrono, Sant'Efisio, con i vestiti tipici. Sono giornate legate all'unione della Sardegna e a fatti storici. Nelle famiglie dei paesi più all'interno della regione si investe moltissimo sulla cultura, sui vestiti tipici che completo di gioielli costano anche 20-25 mila euro, fatti completamente a mano, dorati e orlati con pizzo. Per noi è una cosa molto seria la tradizione ed è importantissimo mantenerla. Per rimanere in campo gastronomico, in Sardegna esiste ad esempio un tipo di pasta fatta a mano che sanno tirare solamente 5 donne al mondo, un'arte che si tramanda di madre in figlia: i filindeu, fili d'oro o fili di Dio. Oggi questa è una pasta ricercata dai migliori chef del mondo.

Come selezionate i vostri prodotti?

E' complesso. Siamo sempre alla ricerca di nuovi prodotti. Diciamo che cerchiamo aziende che riescano a mantenere la qualità, il processo di produzione classico e tradizionale, ma che siano anche in grado di dare innovazione e di sapere stare al passo con i tempi. Ci affidiamo quindi a delle nicchie, ma anche a delle aziende più grosse che a livello internazionale siano bene o male più organizzate e che abbiano deciso di investire. In italia c'è spesso la paura di investire, quindi la difficoltà di trattare prodotti di nicchia è anche questa.

Quali sono i vostri principali clienti?

Così come scegliamo i fornitori, scegliamo anche i clienti. Ovvero ristoranti e Chef che sappiano valorizzare il prodotto e la propria natura. Cerchiamo professionisti, altrimenti il prodotto viene identificato come "un prodotto come tanti". Il nostro obiettivo è quello di chiudere questo circuito di promozione fino al consumatore finale, per non fare rientrare i prodotti Is Mellus in una lista di prodotti generici italiani. Reputo sia sbagliato che lo stesso lavoro non venga fatto anche con i prodotti tipici delle altre regioni di Italia. Sono contento quando nei ristoranti vedo nel menù che il tal ingrediente arriva dalla Toscana o dal Piemonte: è importante, a patto che al servizio ci sia una persona che ti sappia spiegare dove siano la Toscana o il Piemonte e quali siano le rispettive tipicità.

Vendete anche al dettaglio, come avete cominciato e dove possiamo acquistare i vostri prodotti?

Abbiamo cominciato con una soft opening nel 2013, siamo stati il primo E-commerce regionale in Medio Oriente. Inizialmente abbiamo sondato il mercato con i diversi gruppi Facebook della comunità italiana di Dubai, abbiamo visto che i prodotti erano richiesti e siamo stati i primi a fare consegna a domicilio. Abbiamo quindi deciso di aprire una sezione dedicata del nostro sito, e-commerce che abbiamo avviato nella versione definitiva due anni fa. Piano piano ci stiamo legando non solo alla comunità italiana, ma anche alle altre comunità di expat: francesi, spagnoli, tedeschi, russi, tutte le comunità che all'interno dei diversi eventi che abbiamo fatto, come ad esempio il Ripe Market, hanno dimostrato interesse verso i nostri prodotti. Ma tra i nostri clienti ci sono o anche tanti locals e arabi: facciamo delivery in tutti gli Emirati.

Quali sono i progetti per il futuro?

Is Mellus non è legato solo a Dubai. Dubai è il punto di inizio, un hub principalmente per la distribuzione. Un anno fa abbiamo cominciato anche in Arabia Saudita e da questa estate in Oman. Da circa un anno e mezzo, poi, abbiamo iniziato a sviluppare un franchising che può essere un negozio di prodotti sardi, un corner Is Mellus all'interno di un altro negozio, oppure un e-commerce dedicato, un'opzione più semplice per cominciare a commercializzare i prodotti, senza troppo impegno. Un qualsiasi partner, dunque, se decide di vendere prodotti sardi nella sua città, può farlo utilizzando la nostra logistica organizzata dalla Sardegna e può utilizzare il nostro supporto HT se si tratta di e-commerce. Il progetto si sta sviluppando molto bene e stanno arrivando richieste da tutto il mondo: a breve inauguriamo le prime aperture in Europa. Paradossalmente, abbiamo cominciato prima da Dubai, per consolidare il nostro brand a livello internazionale, e poi siamo tornati in Europa e in Italia con nuovi Partner. È indispensabile uscire dal cerchio per fare sentire la propria voce e poterla poi promuoverla più forte.

poste.it

PIÙ CHE UN BILANCIO, UNA GRANDE STORIA DI ATTENZIONE ALL'AMBIENTE.

La nostra è una storia di tutela per l'ambiente e per il territorio. La chiamiamo sostenibilità ambientale e si concretizza nell'efficientamento dei consumi, nella riduzione degli impatti e nel ripensamento dei processi. L'utilizzo di oltre il 95% di energia elettrica proveniente da fonti rinnovabili e la scelta di garantire una mobilità sostenibile ci hanno permesso di ridurre del 30% le emissioni totali. Le attività di dematerializzazione dei documenti cartacei hanno determinato un risparmio di oltre 1 tonnellata di carta rispetto all'anno precedente. Lo abbiamo scritto nel nostro primo Bilancio Integrato e continuiamo a scriverlo ogni giorno, perché quella di Poste Italiane è una grande storia di crescita responsabile. Per saperne di più, vai su posteitaliane.it

Bilancio Integrato 2018. La responsabilità di crescere.

Posteitaliane

La Sardegna in Europa

Organismi, associazioni e istituzioni
Federazioni - Circoli - Notizie - Bandi

di Federico Pesiri
e Stefania Maffeo

In giro per l'Europa... dalla Sardegna con amore

Sempre più sardi vanno via dal loro Paese. Ed a farlo sono, per la maggior parte, i giovani, alla ricerca di un futuro migliore. Per lo più scelgono un paese europeo. Dalla provincia di Cagliari si registrano i maggiori flussi migratori che riguardano tutta l'Europa; seguono Sassari, Carbonia ed Oristano secondo i dati dell'anagrafe degli Italiani residenti all'estero. Le mete preferite? Germania, Francia, Belgio, Svizzera e Inghilterra.

Targato Germania non è solo il flusso umano, ma anche quello dei prodotti. *"Dici export, scrivi Germania"* - commenta **Antonio Matzutzi**, presidente di **Confartigianato Sardegna** – *"e non solo per le affinità commerciali che, da sempre, rendono Berlino uno dei primi mercati di riferimento per i prodotti made in Sardegna. Per la nostra regione la Germania è un prezioso partner di mercato con cui intratteniamo buoni rapporti da molto tempo. L'economia tedesca è ancora molto forte: inoltre i prodotti sardi sono molto apprezzati in questo Paese. Molto interessante è la crescita del settore dell'agroalimentare, un comparto che sempre più risponde alle esigenze di una clientela che, nel corso degli anni, ha modificato ed affinato i propri gusti e stili alimentari"*.

Targato Germania non è solo il flusso umano, ma anche quello dei prodotti. "Dici export, scrivi Germania" - commenta Antonio Matzutzi, presidente di Confartigianato Sardegna – "e non solo per le affinità commerciali che, da sempre, rendono Berlino uno dei primi mercati di riferimento per i prodotti made in Sardegna. Per la nostra regione la Germania è un prezioso partner di mercato con cui intratteniamo buoni rapporti da molto tempo. L'economia tedesca è ancora molto forte: inoltre i prodotti sardi sono molto apprezzati in questo Paese. Molto interessante è la crescita del settore dell'agroalimentare, un comparto che sempre più risponde alle esigenze di una clientela che, nel corso degli anni, ha modificato ed affinato i propri gusti e stili alimentari".

Da Ossi (Sassari) all'Inghilterra la corsa di Chiara Careddu in sella ai purosangue.

La giovane amazzone vive a Newmarket, una cittadina di 20.000 abitanti della contea del Suffolk; lavora in uno dei team più prestigiosi del Regno Unito, specializzato nella preparazione dei cavalli da corsa di ricchi sceicchi e miliardari. Migliaia di chilometri la separano dalla sua Ossi. Ma non le pesano: ha raggiunto un obiettivo che per il momento è solo una tappa di un percorso che si annuncia pieno di soddisfazioni.

Chiara ha sempre amato i cavalli. *"Volevo diventare fantino a tutti i costi e nel 2016 ho fatto domanda alla Racing school di Newmarket, città dove vivono centinaia di sardi tutti legati al mondo degli sport equestri. Superare gli esami non è stato facile. Test fisici intensi, scatti, flessioni, addominali. Un fantino deve avere una preparazione fisica perfetta. Dopo nove mesi di dure lezioni la grande soddisfazione. Ho trovato subito un posto di lavoro nella scuderia di Luca Cumani, uno dei migliori allenatori. Ora cavalco i cavalli da corsa della scuderia di Roger Varian. Animali di ricchi sceicchi arabi e milionari inglesi: il loro valore può arrivare anche a 200.000 sterline"*.

Anche il teatro è in viaggio verso Inghilterra e Germania: lo spettacolo "Istòs" parte da Mogoro (Oristano) per raccontare il mondo della tessitura sarda nell'ambito del progetto Memory Wefts.

Trame, tessuti, fili che parlano di identità locale, antichi saperi, tradizioni e territorio sono il filo conduttore di un viaggio che varca i confini della Sardegna per presentare all'estero la cultura sarda.

Il progetto, dal nome inglese che significa Trame di Memoria, ha come obiettivo quello di riscoprire la storia locale raccontando la tessitura tradizionale sarda ad un pubblico internazionale attraverso uno spettacolo teatrale evocativo, multidisciplinare, fatto di gesti, danze e di suoni, ispirato al racconto *"Il cervo in ascolto"* di Salvatore Cambosu che narra, in chiave allegorica, la nascita delle varie tradizioni tessili della Sardegna.

"Istòs" (deriva dal greco e significa telaio) racchiude il senso del progetto: è composto da vari prodotti culturali che consentono agli spettatori di entrare completamente nel mondo delle tessitrici sarde da diverse prospettive. Parti essenziali del progetto sono: lo spettacolo in sé e la musica inedita realizzata ad hoc per lo spettacolo e suonata dal vivo; le scenografie, costruite anche con tappeti e arazzi realizzati da una selezione dei migliori artigiani del settore, che diventeranno una mostra visitabile sul palco alla fine dello spettacolo; i costumi, ispirati alle varie tradizioni tessili dell'Isola; uno show realizzato con la penna grafica che verrà proiettato durante lo spettacolo per stupire il pubblico; il Mondo Nuovo (strumento di pre-cinema), che sarà visionabile prima e dopo lo spettacolo, che sbarcherà a gennaio 2020 ad Hannover ed a Londra, nello stesso periodo in cui si tengono due grandi fiere dedicate al settore tessile, il Domotex (Hannover) ed il Larta (Londra).

Ecco, così si costruiscono ponti tra terre lontane, apparentemente diverse, ma con tratti comuni, come la tessitura, e si favoriscono proficui scambi di conoscenze.

La cultura made in Sardinia si affaccia al resto del mondo, per portare conoscenza in un'ottica di sviluppo turistico ed economico. Fiore all'occhiello della campagna di comunicazione sarà un videogioco narrativo che porterà l'utente in un viaggio alla scoperta della tessitura tradizionale sarda attraverso un percorso fatto di luoghi, personaggi e tradizioni identitarie della Sardegna. Legato allo spettacolo teatrale, è anch'esso ispirato al racconto di Cambosu, ma ambientato in epoca contemporanea. Il videogioco sarà progettato anche in ottica turistica e promosso nei vari luoghi dell'Isola protagonisti del viaggio interattivo.

Ismaele Marongiu e Lara Melis, progettisti: *"Abbiamo voluto dare dei tratti innovativi al nostro videogioco inserendo, tra i personaggi, delle persone reali. Gli utenti potranno contattarle ed incontrarle di persona, per prenotare una visita guidata o un altro tipo di esperienza che gli consenta di conoscere meglio i luoghi di questo viaggio e quindi la cultura identitaria dell'Isola".*

Una riflessione conclusiva è d'uopo. Giacomo Casti, per Meltemi Editore, ha pubblicato un bel testo, "Sardi, Italiani? Europei". Antropologia pop? Può darsi. Tentativo di auto-etno-analisi? Anche. Trattatello cultural-esistenziale sotto forma dialogica? Perché no. Ciò che è certo è che queste conversazioni con Francesco Abate, Giulio Angioni, Giancarlo Biffi, Jacopo Cullin, Marcello Fois, Elena Ledda, Frantziscu Medda Arrogalla, Michela Murgia, Omar Onnis, Alexandra Porcu, Alessandro Spedicati Diablo, Pinuccio Sciola, Gigliola Sulis, registrate e trascritte tra il 2014 ed il 2017, vanno nella direzione opposta alla lamentela, alla recriminazione sterile, al rimpianto. Dall'indipendenza dell'Isola al problema della lingua e della cultura sarda, dalla questione generazionale alle utopie e le distopie possibili nel proprio luogo, Casti contribuisce, in dialogo con tredici scrittori, intellettuali ed artisti sardi, a una riflessione collettiva su cosa significhi essere, oggi, sardi, italiani, europei.

AIRITALY

OLBIA

IMAGINE SARDINIA DIFFERENTLY

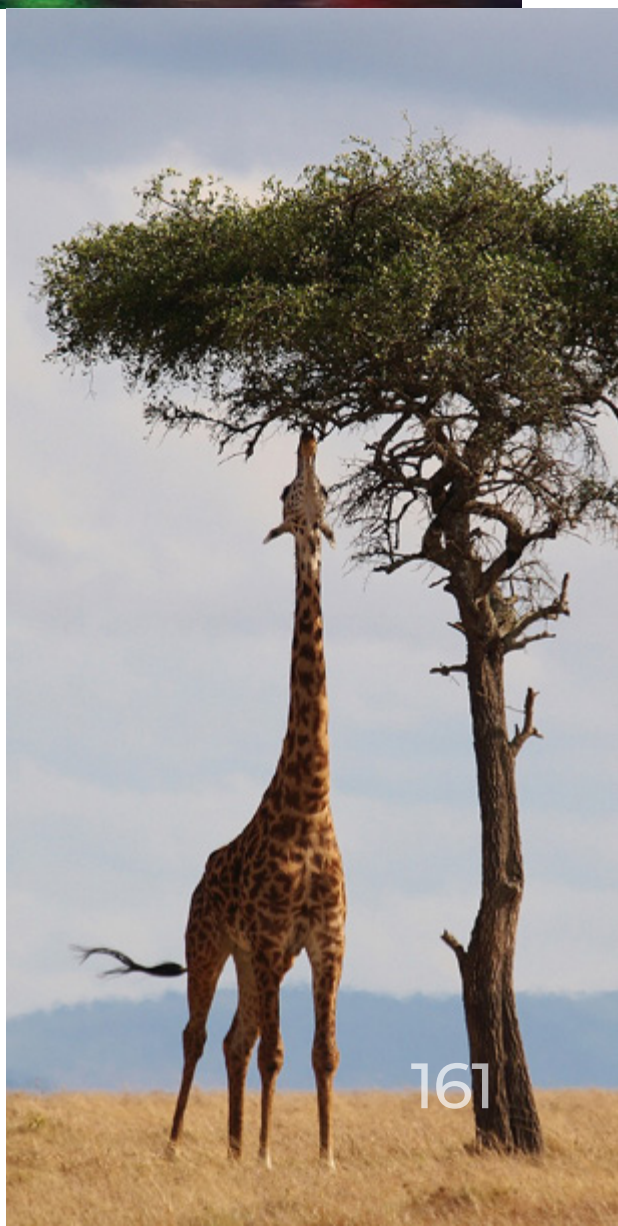
La Sardegna in Africa

Organismi, associazioni e istituzioni
Federazioni - Circoli - Notizie - Bandi

di Federico Pesiri
e Stefania Maffeo

Dalla Sardegna all'Africa e viceversa: andata e ritorno per nuove opportunità

Il Continente Nero esercita un fascino antico ed impenetrabile, oltre a rappresentare un elemento chiave della geopolitica; è un paese verso il quale l'Italia vanta ancora un rapporto speciale sul piano culturale e commerciale. Come pochi altri al confronto. Una sintonia con il Belpaese che, nella dimensione mediterranea e di "ponte di civiltà" con l'Africa ed il mondo arabo, ha vissuto i suoi momenti migliori.



La Sardegna in **Africa**

Una storia ed un legame che partono da lontano come dimostra una ricerca pubblicata sulla rivista "Science" a cura dell'Università di Cambridge sul Dna dell'**uomo di "Mota"**: i sardi sono parenti stretti dei migranti che 4500 anni fa raggiunsero l'Africa da Europa ed Asia, probabilmente per l'isolamento geografico dell'isola, divenuta una capsula del tempo. Le migrazioni di ritorno da Europa ed Asia verso il continente africano sono iniziate molto prima di quanto ipotizzato (3.000 anni fa) e sono state massicce. Ed i successori ai giorni nostri di questi migranti del neolitico sono i sardi, gli unici ad avere un corredo genetico simile a quelle popolazioni. A riscrivere la storia dei flussi migratori preistorici è proprio il Dna di un uomo vissuto in Etiopia nella grotta Mota circa 4.500 anni fa, il primo ad essere recuperato e sequenziato in Africa, i cui geni indicano origini eurasiatiche.

Degna erede di cotanti geni è sicuramente **Suor Maria Concetta Esu**, 85 anni di Villasor (Cagliari), da 60 è in Africa come missionaria ed ostetrica. Con migliaia di "figli" (circa 34.000!). Figlia di San Giuseppe di Genoni, istituto religioso femminile fondato in Sardegna da Felice Prinetti, allora segretario dell'arcivescovo di Cagliari Vincenzo Gregorio Berchialla, è stata omaggiata da Papa Francesco con una prestigiosa onorificenza che esalta il suo esempio. Fin dal suo arrivo in Congo, le madri più povere, spesso lasciate sole nel momento più importante, la nascita di un figlio, si sono rivolte a lei. In Africa non è contemplata la pratica del figlio unico. "Le donne che non riescono a dare al mondo dei figli" – racconta la religiosa sarda – "vivono questa esperienza come un dolore, mentre c'è grande gioia per ogni bambino che nasce: una festa per tutto il villaggio". La suora ha un segreto per portare avanti la sua missione di donna che ama la vita. "Tutto ciò è possibile solo grazie a una grande fede, perché chi opera è Lui, il Signore. Noi siamo solo strumenti nelle sue mani. Questa fede mi ha spinto sempre ad andare avanti, con gioia, pur nel sacrificio. Molte volte i parti avvengono di notte e, nonostante gli 85 anni, continuo a fare tutti i miei turni, con ciò che ne consegue...". Suor Maria Concetta torna ogni tanto in Sardegna. L'Africa chiama: quella terra che oramai è casa sua, tra la sua gente. Continuerà a sostenere la vita ed a portare avanti l'impegno anche nei turni di notte, "quando" – termina – "possono esserci fino a 7 parti".

Altra storia, altra vita, altra esperienza. **Massimo Spano** è un ingegnere e dagli anni Novanta ha lasciato la Sardegna per andare in Africa, in Guinea Equatoriale, nazione grande quanto la sua isola e popolata da un milione di persone.

"Sono partito come volontario di una Ong sarda, l'Osvic, per sostenere progetti della Cooperazione internazionale e per tanti anni ho seguito molte iniziative che sono state realizzate. L'aiuto dei sardi ha lasciato il segno. Quando poi il nostro Paese ha deciso di tagliare i fondi ormai avevo già iniziato a mettere su famiglia, mi sono messo a cercare lavoro, così sono impiegato nel settore delle costruzioni. All'inizio ero partito per sei mesi, che sono diventati due anni e poi sono arrivato alla scelta di rimanere, anche perché ho conosciuto mia moglie e, successivamente, sono arrivati i figli, Teresa, Guillermo e Matteo".

Massimo è sposato con Sinforosa Nchama Nsue Ada, che lavora nel settore educativo del suo Paese, in particolare cercando di migliorare la condizione femminile delle giovani guineane.

"In Africa c'è un elemento che forse manca in Sardegna come pure nel resto del mondo occidentale: la vita a misura d'uomo è ancora caratteristica predominante nella società di questo continente, per cui i rapporti umani sono autentici ed hanno un valore importante. Io stesso quando torno in Sardegna sento tante lamentele sulle complicanze della vita, mentre il popolo della Guinea vive con gioia e semplicità".

L'Africa è considerata un mercato in ascesa: il brand ChiGlo di design e moda realizzato da due gemelle sarde, le stiliste **Chiara** e **Gloria Pisceddda**, ha l'obiettivo geo-commerciale di espandersi velocemente per ampliare l'offerta nelle economie emergenti e "sviluppate" del mondo, pur mantenendo il suo patrimonio culturale radicato in Sardegna. ChiGlo, che ha recentemente aperto nuovi uffici in Russia ed in Cina, ha iniziato l'espansione in Africa, unendosi ad un sempre maggior numero di marchi internazionali di lifestyle e di lusso che stanno aprendo attività nel Continente Nero, in particolare in Nigeria, Ghana e Sud Africa.

"ChiGlo è nata da un'innata passione per la moda, proveniente dalla nostra terra d'origine, così eclettica, incontaminata e colorata. Volevamo anche mostrare la Sardegna come un territorio di cultura, ricco di tradizione e storia, reinterpretando il suo tessuto sociale dal nostro personale punto di vista. Con ogni pezzo ed ogni collezione stiamo raccontando una storia. Quella della Sardegna, fonte di ispirazione di per sé, con i suoi ricchi costumi, simboli artistici di un mondo unico".

AZIMUT
YACHTS

LIVE
The Dolce Vita

—78—

50
1969
2019

Worldwide Premiere
Cannes Yachting Festival ***2019***

A brand of AZIMUT | BENETTI Group
azimutyachts.com

La Sardegna in Oceania

Organismi, associazioni e istituzioni
Federazioni - Circoli - Notizie - Bandi

di Federico Pesiri
e Stefania Maffeo

Ajò in Australia: emigrazione di ieri e di oggi

"Mellus fillu de fortuna che fillu de gurrei".
Così recita un famoso proverbio sardo: meglio figlio della fortuna che figlio del re. Calzante più che mai per un popolo fiero e coraggioso, pronto a lasciare la propria terra per cercare nuove opportunità.

Lo hanno dimostrato i flussi migratori nel corso degli anni a partire dalla fine dell'Ottocento. La politica demografica del fascismo portò ad un drastico calo dell'emigrazione, per poi riprendere dopo la caduta del regime, tra il 1960 ed il 1970, decennio durante il quale si accentuò lo spopolamento, soprattutto dell'interno dell'isola.

In questi ultimi anni si è assistito ad una nuova emigrazione, composta soprattutto da giovani nella fascia di 18-34 anni, talvolta in possesso di titoli di studio apicali, alla ricerca di esperienze qualificanti o di opportunità. L'emigrazione sarda, a differenza di quella del resto del meridione italiano, è caratterizzata da un sostanziale equilibrio di genere.

Un numero crescente di figli e discendenti di emigrati sardi, nati nel Paese ospitante, che in alcuni casi hanno conservato la cittadinanza italiana ed in altri l'hanno perduta in ragione delle norme sulla cittadinanza – attuali o pregresse – del Paese ospitante, rappresentano una risorsa culturale e identitaria di grande importanza per la Sardegna.

In ogni nazione dove risiedono molti di loro sono organizzati in circoli. Dal 1968 esiste un periodico Il Messaggero Sardo che viene distribuito a tutti i sardi nel mondo e, da alcuni anni, vi è anche l'edizione on-line. In particolare, la rappresentazione sarda in territorio australiano non conta su grossi numeri. Ecco una carrellata dei circoli sardi attivi in Oceania in base alle zone.

A Sydney vi è l'**Associazione Culturale e Sociale Sarda di Sydney** presieduta da Tania Zarodoukas (info@sardisydney.com).

Invece la **Sardinian Cultural Association (Sca)** ha sede all'Assisi Centre di Rosanna ed è guidata da Paolo Lostia (sardi.melbourne@bigpond.com; www.sardi-melbourne.com).

A Brisbane vi è l'**Associazione Sarda del Queensland** con presidenza affidata a Giuseppe Murtas (sardiqld@bigpond.net.au).

A New Farm Fausto Zanda regge il **Queensland Sardinian Culture Club "Ulisse Usai"** (nuragic_park_ulisse_usai@hotmail.com).

Ma quali sono in compiti di un'associazione?

Tra i vari compiti, quello di identificare bisogni e necessità della comunità, avviando progetti per favorire l'integrazione, promuovendo l'italianità e tutto ciò che è italiano, collaborando sempre aggiornati e a passo con i tempi, con l'autorità diplomatica.

Una delle associazioni più attive è la **Sardinian Cultural Association (Sca).** Fondata nel 1987 dall'unione del Sardinia Club (risalente al 1969) e del Sardinia Social Club (istituito nel 1971), conta circa 250 iscritti. Il Sodalizio vanta significativi momenti: il riconoscimento, da parte della Regione Sardegna, arrivato nel 1988, *"senza i cui fondi e contributi sarebbe molto difficile, dati i numeri esigui della comunità, portare avanti eventi e progetti di una certa sostanza"* evidenzia il presidente **Lostia**, che è solito sottolineare come *"la storia della Sca sia un esercizio di adattamento e che per promuovere la cultura sarda in Australia la parola d'ordine sia flessibilità"*.

Oggi l'associazione, in un'ottica di prospettive per il futuro, desidera aprirsi il più possibile a collaborazioni esterne, in particolare con i giovani. Procedendo in tale direzione, a curare sito e pagina Facebook ci pensano dei ragazzi. Grazie ad una rinnovata "multimedialità" la Sca è entrata nel circuito del Nomit, The Italian Network of Melbourne.

Un punto di riferimento fondamentale sono i Comitati per gli Italiani residenti all'estero.

Più precisamente i Comitati dell'Emigrazione Italiana (Legge n. 205 dell'8 maggio 1985), sono organismi consultivi democraticamente eletti dai cittadini italiani residenti nella circoscrizione consolare di appartenenza: in Australia ci sono sei **Com.It.Es**, che svolgono un'assistenza continua e capillare, coordinata dai dodici volontari eletti che lo compongono.

Francesco Pascalis, romano, 66 anni, vive in Australia da 33 ed è giunto in Oceania ai tempi della grande emigrazione. Orgoglioso della sua "*sardità*" – suo nonno era sardo – Francesco, socio del Sardinian Cultural Association, è presidente del Com.It.Es del Victoria e Tasmania.

Si è sempre occupato della comunità italiana, proponendo e valorizzando servizi di assistenza sociale ed educativa verso i connazionali. Diverse le proposte portate avanti tra cui progetti tipo "Erasmus" europei a 'doppio senso', che coinvolgano anche giovani australiani interessati alla cultura europea. Tra le conclusioni di una recentissima ricerca affidata a due studiosi dell'Università di Melbourne sono emerse alcune raccomandazioni indirizzate a far sì che ci sia un'attenzione diversa da parte delle autorità australiane verso la specifica situazione dei giovani italiani, con il superamento di problemi burocratici che riguardano i visti di soggiorno e alcuni casi di sfruttamento sul piano del lavoro.

"Ajo, ferrami il cavallo che vado a Thiesi per partire per l'Australia". Questa la frase pronunciata nel 1948 da Nicotero Oppes che si apprestava a partire per il nuovo mondo, senza contatti né programmi se non quello di provare a ricostruirsi una nuova vita lontano dalla Sardegna. La frase, nella sua stridente immediatezza, sintetizza la decisione comune a tutti gli emigrati e l'incongruenza reale che traspare quando si affiancano due mondi così distanti: un cavallo da ferrare e l'Oceania da raggiungere.

E' proprio la parafrasi di questa esortazione del signor Oppes a dare il titolo ad un prestigioso volume che raccoglie la ricerca sui sardi dello Stato del Victoria, pubblicato dall'Italian Australian Institute della La Trobe University (Fondazione Ruzzane-Grollo), con il contributo della Regione Autonoma della Sardegna e grazie al grande impegno della Sardinian Cultural Association di Melbourne. Il testo **"Ajo in Australia – Let's Go to Australia"** è basato su oltre cinque anni di lavoro da parte del ricercatore **Saverio Minutolo** che ha raccolto oltre cinquanta interviste. Uno studio di tipo qualitativo, che analizza e racconta le vicende di *"tutti coloro che, a vario titolo, per nascita o origine sarda, fossero disponibili a raccontare la propria esperienza di emigrazione o quella dei propri familiari"*, così come si legge nel testo. Un quadro sicuramente non esaustivo, ma suggestivo ed affascinante:

un racconto corale della comunità sarda che dà voce agli stessi protagonisti. Le narrazioni sono presentate seguendo un ordine cronologico dalle partenze in nave degli inizi del '900 agli spostamenti in aereo del nuovo millennio. Dal testo emerge, in base ad aneddoti, fatti e circostanze, la scelta di una più generica emigrazione italiana in Australia. Il volume dalle mille anime, composito, proprio come le storie raccontate, costituisce l'esempio di una lungimiranza istituzionale che – con l'appoggio dato a questa pubblicazione – giustamente riconosce l'importanza delle esperienze di coloro che non sono più visti come 'emigrati', bensì come "sardi nel mondo".

Anche in **Nuova Zelanda** è attivo un circolo. Più precisamente ad Auckland, il Domus de Janas Incorporated Circolo Sardo presieduto da Antonello Fadda (info@domusdejanas.co.nz). Nel 2016 due viaggiatori biellesi, Battista Saiu e Raffaele Zanella, hanno effettuato un giro del mondo in 80 giorni (tanto è durato) come quello compiuto dal più celebre Fogg di Verne, nella prospettiva di punteggiare il globo di nuovi circoli sardi e tenere alta la bandiera dei Quattro Mori (le teste nere eredi di secoli di storia ed emblema dell'antico Regno di Sardegna) passando per Sydney e per Auckland. Nell'isola dei Maori insegna Lingua Italiana all'Università di Auckland Franco Manai, tra i fautori del **Sardinia Day** all'interno del Festival Italiano in cui possono sentirsi profumi dell'isola e gustare l'agnello cucinato dal cuoco Umberto Cambosu.

Uno dei settori che maggiormente attrae le nuove generazioni di emigrati è la ristorazione. Qui in Australia non esiste una vera e propria cultura culinaria indigena. Le grandi città, come Sydney, hanno bellissimi ristoranti, ma quelli che praticano la buona cucina sono di solito gestiti da stranieri, in particolare da Italiani.

Diversi cuochi sardi varcano il mare, lasciano la loro isola, alla ricerca di nuove esperienze con la finalità di affinare le loro conoscenze culinarie. Uno di questi è il giovanissimo sassarese **Marcello Arru**, che lavora con grande successo e alta creatività professionale.

"Ho realizzato il mio sogno venendo in Australia, dove risiedo dal 2011. Tramite un amico che lavorava qui a Sydney ho cercato di raggiungerlo e grazie a lui ho iniziato a lavorare in un ristorante che si chiama Manly Pavilion. In questo ristorante si pratica una moderna cucina australiana. I piatti più richiesti sono le carni, molto vicine per bontà a quelle della Sardegna. Cuciniamo agnello e maialino da latte. Come? Con cotture a bassa temperatura e per circa 24 ore. Il risultato è eccezionale. Prepariamo anche una piccola selezione di paste, molto apprezzate dalla clientela australiana".

Chi è **Giovanni Pilu**? È un sardo che ce l'ha fatta in Australia. Produttore di bottarga di muggine oceanico, il suo Pilu at Freshwater" è anche uno dei ristoranti più in di Sydney, un punto di riferimento per chi desidera assaggiare specialità mediterranee. Ormai da anni collezione medaglie al merito per la sua gastronomia, lo chef sardo è ormai una celebrità. Citazioni dei più importanti quotidiani locali, menzioni della stampa di categoria e recensioni eccezionali su Trip Advisor e nei più importanti siti legati ai giudizi gastronomici. Cresciuto nel settore tra i fornelli dei ristoranti della Costa Smeralda, Giovanni, dal 1992, ha poi scelto l'Oceania e l'Australia e la sua scelta si è rivelata vincente.

Nativo di Sotza, frazione di Padru, fondatore e presidente del CIRA, **"Consiglio dei Ristoranti Italiani in Australia"**, istituito con lo scopo di salvaguardare la cultura culinaria italiana, Pilu ha aperto il suo primo ristorante nel 1997. Da allora il suo nome, anche fuori dall'Oceania, è sinonimo di successo all'insegna del cibo buono fatto seguendo e rivisitando la tradizione della sua terra. Cucina contemporanea con alla base ricette ed ingredienti genuini che provengono dai luoghi natii. Da quello di adozione, arrivano tutti i prodotti freschi ed alcune etichette, come l'apprezzata bottarga di muggini oceanici con il marchio "Pilu".

"Le uova dei pesci sardi sono insufficienti a soddisfare tutte le richieste. Molti ovari provengono dall'Australia per essere lavorati e rispediti fuori dall'Isola. Così, ho deciso di produrre direttamente la bottarga qui, dove c'è la materia prima utilizzata anche in Sardegna" spiega Giovanni Pilu.

Tante altre le storie di emigrazione positiva, tra cui quella di **Stefano Rassu**, cagliaritano classe 1976, da dieci anni in Australia e da cinque anni titolare del locale "Pomodoro sardo". Tra gli ingredienti più usati nel suo locale ci sono i "Salumi Australia", prosciutti ed insaccati, realizzati con le ricette tradizionali sarde, a Byron Bay dal giovane **Massimiliano Scalas**.

E poi **Enrico Pusceddu** che a Sydney importa prodotti italiani: l'attività iniziata nel 1977 dal padre nel garage di casa, ora si è trasformata in un moderno deposito con cinque dipendenti che rifornisce oltre cento tra ristoranti, winebar e negozi.

Angelo Loi ha una bella storia. Di emigrazione, da Dorgali, perfettamente riuscita. Globalizzazione. Ma anche di Sardegna impoverita. Vive a Perth. Insignito del Nobel australiano per l'agricoltura. Fa ricerca nel campo delle foraggere presso il "Centre for Legumes in Mediterranean Agriculture" (CLIMA): ha rivoluzionato i sistemi di pascolo dell'immensa area a clima mediterraneo del Western Australia. Alcune varietà di queste leguminose, portano di sardo anche il nome: Caprera, Portòlu.

È un creativo dei campi, inventa erbai e pascoli con costi ridotti. E per ottenerli fa un uso minimo dell'acqua e dell'elettricità. Una innovazione rivoluzionaria perché sembra mettere in soffitta l'aratura profonda: non più vomeri che rivoltano il terreno fin sotto 50 centimetri, ma un nuovo macchinario quasi lo sfiora.

Dice Loi: *"Le arature profonde non sono solo un incredibile dispendio di energia umana ed economica, ma pregiudicano la fertilità del suolo impoverendolo, rendendolo asfittico, favorendo l'erosione e la distruzione della flora microbica utile allo sviluppo delle piante"*. Continua: *"Puntare al miglioramento dei pascoli seminando nuove specie altamente produttive, che possono essere pascolate e che devono essere sparse una sola volta perché sono in grado di persistere ed autoriseminarsi ogni anno. Inoltre arricchiscono il terreno di azoto per cui, ad anni alterni, si può coltivare nello stesso appezzamento del triticale con duplice uso di pascolo e granella oppure orzo. Ma senza utilizzare fertilizzanti azotati"*. E poi la quadratura del cerchio: *"Così si può produrre a basso costo la granella da destinare alle pecore e abbattere gli esborsi destinati ai concentrati"*. Nuove tecniche di semina allora. Con un occhio alla tradizione agraria sarda.

LOCANDA DESIGN

Cellini®
CAFFÈ

La vita. La passione.

Preferisci un caffè forte, aromatico o delicato?
Scegli il tuo preferito: ogni nostra miscela è unica, proprio come te.

www.cellinicaffe.com

La Sardegna a tavola: alla scoperta di sapori e prodotti tipici

di Stefania Maffeo

Il cibo costituisce un tramite importante per conoscere profondamente un territorio. In Italia, forse più che altrove, la biodiversità si esprime nell'estrema varietà dell'offerta culinaria che concorre a contribuire all'eccellenza del Belpaese.

La gastronomia diventa uno dei motori del viaggio: il cibo, infatti, racconta il territorio dal punto di vista antropologico, da quello della tradizione, dei piatti ancestrali, riuscendo a soddisfare anche quel desiderio tutto umano di trasformare un'esperienza in un buon ricordo. Andare in un posto, assaggiare un piatto e portarne a casa il ricordo si trasforma in un'esperienza completa.

La Sardegna è conosciuta per il suo mare trasparente e cristallino, ma anche la sua cucina merita un posto d'onore tra le delizie della gastronomia italiana.

In particolare, l'isola, con i suoi territori belli ed incontaminati, dalla forte tradizione pastorale, riserva un'identità culinaria unica.

La distanza dal continente le ha consentito di maturare una cultura specifica, molto particolare, che si rispecchia anche sulla preparazione dei cibi. Una tradizione fatta di formaggi tipici, pani, paste ripiene e molto altro.

La Sardegna a tavola

Dai **malloreddus** (i famosi gnocchetti sardi) al **porceddu** (maialino da latte) all'inconfondibile pecorino sardo (il tutto innaffiato dal Cannonau) ecco un assaggio dei prodotti della Sardegna:

una base indispensabile da cui partire per scoprire tutte le varianti locali, che, di provincia in provincia e, spesso, di paese in paese, caratterizzano pani, paste ripiene, dolci. Differenze che fanno grande la tradizione di una regione affascinante e, in parte, ancora da scoprire.
Preparato tradizionalmente nei forni di casa il **pane carasau** viene chiamato anche carta da musica per la sua sottigliezza e croccantezza (dovuta alla doppia cottura). Ecco svelato il procedimento: inizialmente viene messo in forno come una pizza, si gonfia e viene tagliato lungo il bordo per ottenere due dischi poi cotti separatamente. Può essere consumato sia così com'è, ma anche messo di nuovo al forno con l'aggiunta di olio e sale (detto pane guttiau), oppure bagnato (diventa come un pezzo di stoffa) per avvolgere delle melanzane alla parmigiana o un pezzo di formaggio. Un'altra variante lo prevede sempre bagnato e condito con del sugo di pomodoro, pecorino ed uova (il tipico pane frattau)..

Il **pecorino sardo** ("cugino" di quello romano, che nasce proprio dal lavoro di pastori sardi che si trasferirono nel Lazio e Toscana) è un formaggio molto saporito, che può essere gustato sia fresco – principalmente d'inverno, sciolto sulla graticola del caminetto e mangiato insieme al pane carasau – sia stagionato.

Viene utilizzato per condire i diversi primi piatti o essere consumato a fine pasto.

Costituita dalle uova del pesce essiccate con procedimenti tradizionali, la **bottarga** (di muggine o tonno) è un prodotto costoso dal colore ambrato e dal sapore intenso, reperibile solo in alcuni periodi dell'anno ed entro certi limiti quantitativi per tutelare le nuove generazioni. È prodotta principalmente nelle zone di Cagliari, Tortolì, Sant'Antioco, Terralba Stagno di Cabras.

Si può trovare sotto forma di panetto o già grattugiata. Solitamente si taglia a fette sottili e si mette sul pane coperto da un velo di burro, oppure la si usa per condire una semplicissima pasta (di solito spaghetti) fatta con l'aglio soffritto, i pomodorini appena saltati in padella o anche crudi.

Ottima anche come antipasto affettata insieme a carciofi o sedano e pomodorini, il tutto condito con del buon olio di oliva.

Formato di pasta simbolo della regione, chiamati nel resto d'Italia gnocchetti sardi, i **malloreddus** (nel dialetto del sud malloru vuol dire toro: sono metaforicamente dei "vitellini") si ricavano da cordoncini di pasta, da cui, con entrambi i pollici, si tagliavano piccoli pezzi incurvati con una forma che sta tra gnocchi ed orecchiette. Malloreddus non è l'unico nome con cui vengono indicati: nel sassarese sono chiamati cigiones o ciciones, dalle parti di Nuoro cravaos, mentre nel Logudoro macarones caidos o macarones de punzu.
Si possono trovare nella versione base, cioè con farina di semola e acqua, oppure arricchiti aggiungendo all'impasto spinaci tritati o zafferano. La ricetta tipica, preparata per le feste, è quella alla campidanese: la pasta si condisce con un ragù di salsiccia (o di cinghiale) e basilico, aggiungendo alla fine dei fili di zafferano ed una spolverata di pecorino sardo.

Le **ispinadas** sono dei piccoli spiedi su cui si infilzano bocconcini di carne di pecora, alternando le parti più magre a quelle più grasse, provenienti dalla schiena. Le dimensioni permettevano ai pastori di cuocerle velocemente e senza dove accendere un grande fuoco: il piccolo falò veniva realizzato all'interno di una buca, con il vento a favore, mentre gli spiedini venivano appoggiati su bordi e girati spesso, in modo da farli cuocere in maniera uniforme.

La Sardegna a tavola

Numerosi ritrovamenti di gusci di lumaca in grotte e siti archeologici testimoniano che le **mungetas** facevano parte della cultura alimentare sarda sin dai tempi del neolitico. Sono le lumache monachelle, le più diffuse, ma in realtà in Sardegna vengono cucinate anche altri tipi di lumache: le lumache grandi (Helix Aspersa) chiamate boveri o coccoiddu secondo la zona, quelle chiare striate (Eobania Vermiculata), conosciute come giogge nel nord Sardegna e sitzigorrus al sud, le gioghittas e le monzittas, lumache molto piccole e saporite.

Le giogge vengono preparate soprattutto con un sugo di pomodoro piccante, mentre le mugentas sono solitamente arrostite, oppure cucinate in padella con olio, aglio, pangrattato e prezzemolo.

A prima vista potrebbe sembrare un cous cous: è la **fregula**, uno dei prodotti più particolari della regione. Si produce per "rotolamento" della semola di grano duro dentro un grosso catino di coccio: così si realizzano delle palline fra i due ed i sei millimetri che vengono poi tostate in forno. Incerte le sue origini: potrebbe essere stata portata in Sardegna dai Fenici. Le prime testimonianze scritte fanno risalire la portata al X secolo d.C.

È un prodotto molto versatile: si può mangiare in versione asciutta, condita con sugo di pomodoro e basilico, o in brodo. L'abbinamento più comune e gradito è quello con arselle o cotta nel fumetto di pesce e frutti di mare.

Il **porceddu** è un piatto che i sardi considerano costitutivo della propria cucina. Per prepararlo si utilizzano maiali da latte dal peso inferiore ai cinque chili e massimo di venti giorni. La tecnica di cottura è molto lunga: dura tra le tre e le cinque ore. Il pezzo di carne suina viene infilzato intero sullo spiedo, cotto sulle graticole in verticale e rigirato spesso, in modo da evitare la perdita di liquidi ed assicurare una cottura omogenea. In genere viene aromatizzato con foglie di mirto e rosmarino sia prima che dopo la cottura.

La Sardegna a tavola

Tra i dolci della tradizione sarda vanno annoverate le pardulas, diffuse soprattutto nel Sulcis e nel Campidano, e le sebadas fritte. Questa specialità riceve diversi nomi a seconda di quale parte della Sardegna la si vada a mangiare. Può essere seada, come sevadas o altri simili.

Le **pardulas** sono dischi di pasta cotti al forno, preparati con farina, uovo e strutto, e ripieni di pecorino (in questo caso vengono chiamate **casadinas**) e zafferano, aromatizzate con arancia o limone. In alcune zone del Sassarese si aggiunge al ripieno anche dell'uva sultanina. Quelle a base di ricotta hanno un sapore molto delicato ed armonico, mentre quelle con ripieno di formaggio di pecora sono più decise e sapide.

Piatto di origine spagnola, le **sebadas** sono costituite da due dischi di farina di semola sovrapposti, lavorati con lo strutto che gli conferisce una fragranza unica. Il ripieno è di formaggio freschissimo, appena cagliato ed aromatizzato con scorza di limone. Esistono due versioni: con formaggio cotto e con formaggio crudo, chiamata anche **sa mandrona**, cioè "in modo pigro". Si friggono e poi vengono cosparse di miele o zucchero. Tra le varianti molto apprezzate vi è quella ripiena di ricotta e scorza d'arancio.

Prodotto a partire dal miele, **l'abbamele** è una delle preparazioni gastronomiche sarde più antiche.
È una sorta di decotto di miele e polline, fatto a partire dai favi usati per l'estrazione del miele, che vengono immersi nell'acqua calda per far staccare i residui di prodotto: una volta sciolti, si estrae una specie di cera dai grumi di miele e polline, spesso lavorata con le mani, facendola affiorare. Il liquido rimasto viene fatto bollire, aggiungendo bucce d'arancia o limone ed eliminando le impurità.
Man mano che il liquido si addensa va mescolato frequentemente per evitarne la caramellizzazione.

L'arte culinaria della Sardegna ha goduto dell'apporto delle diverse culture con cui l'isola è venuta in contatto nel corso dei secoli, arricchendosi di sapori e configurandosi come una fusione di gusti e suggestioni diversificate, tutte da provare ispirandosi al gastronomo francese Anthelme Brillat-Savarin, che soleva ripetere: *"La scoperta di un piatto nuovo è più preziosa per il genere umano che la scoperta di una nuova stella"*.

unittre.it

De Rica

DISPENSA ITALIANA

CONSERVA VALORE DAL 1963

De Rica

Dal 1963 De Rica coltiva, seleziona e conserva per te il sapore dei suoi campi. Una Dispensa Italiana di prodotti buoni e genuini, con materie prime solo di alta qualità ed una filiera agricola 100% italiana e controllata in ogni passaggio. Come le nostre **Passate**, le **Polpe** e la storica **Provvista Sugo De Rica**, con tutta la freschezza e il sapore intenso del pomodoro appena raccolto.

www.derica.it

In scena ...sua maestà la pasta!

Carrellata di prelibati primi piatti by Sardinia

di Stefania Maffeo

La Sardegna si distingue per il buon cibo e per l'arte dell'enogastronomia, caratterizzata da varietà e ricchezza di autentici sapori, racchiudendo diverse anime. Una cucina pastorale influenzata dal mare! I prelibati primi dai sapori autentici della cucina sarda presentano varianti alle ricette che possono cambiare a seconda della zona nella quale vengono preparate. Ecco una carrellata dei più noti.

I primi piatti sono sicuramente uno dei punti di forza della cucina sarda, che propone una grande varietà di tipi di pasta, spesso a base di semola di grano duro. La pasta sarda più conosciuta sono sicuramente i **malloreddus** (piccoli gnocchetti), spesso conditi con ricchi sughi a base di pomodoro e salsiccia, ma esistono tanti altri deliziosi formati come i **filindeu** (sottili fili di pasta di semola originari del nuorese, molto utilizzati per le zuppe) o le **lorighittas** (pasta intrecciata tipica dell'oristanese). Secondo la tradizione i malloreddus vengono preparati schiacciando la pasta sul fondo di cesti di giunco, ottenendo dei riccioli rigati. La ricetta più tradizionale degli "gnocchetti sardi" è **alla Campidanese**: salsiccia di carni magre, leggermente speziata ed aromatizzata, con aggiunta di pecorino sardo piccante per esaltarne il gusto. Altrettanto gustosi sono i **malloreddus alla carlofortina**: un primo piatto di mare tipico dell'Isola di San Pietro (Carloforte), in cui l'abbinamento perfetto tra tonno, pomodorini e pesto è esaltato dal fresco profumo del basilico. Un consiglio? In alternativa al tonno rosso, si può adoperare il tonno alletterato, il tombarello o la palamita, altrettanto squisiti, ma più sostenibili e, perché no, economici.

In scena ...sua maestà la pasta!

La **fregula** è una pasta preparata mescolando semola di grano duro e acqua e sfregando l'impasto tra le mani fino ad ottenere delle palline, che vengono poi lasciate asciugare e tostate in forno, assumendo il tipico colore dorato. E' simile per certi versi al cous cous (che è tra i piatti tipici di Carloforte: dove è chiamato cascà), anche se i suoi grani tondeggianti sono generalmente più grossi. La fregula è ottima per preparare minestre o in versione asciutta, condita con sughi diversi, spesso a base di pesce o frutti di mare, oppure con salsiccia: la versione più tipica è con le arselle (**fregula cun cocciula**). Può anche essere cotta come una normale pasta asciutta e poi condita (**fregula stufada**) ed eventualmente ripassata in forno, oppure può essere preparata in modo simile ad un risotto.

Ottima anche la pasta ripiena, come i **Culurgiones** (particolari ravioli tipici di Ogliastra e Barbagia, ripieni di patate lessate, formaggio, menta ed aglio, che si distinguono per la tipica chiusura a spiga) ed i **Cruxiones** (ravioli ripieni di ricotta di pecora, talvolta arricchita con zafferano, scorza di limone, spinaci o erbe di campo).

Le cozze del golfo (soprattutto nella zona di Olbia) vengono preparate in zuppe, gustate con pasta e salse verdi o mangiate come ripieno di frittelle calde. Gli **spaghetti alle cozze** sono tra i primi piatti più consumati nelle zone costiere della Sardegna. Tra i connotati principali di questa pietanza l'inconfondibile profumo di mare, il contrasto cromatico tra il verde del prezzemolo, le cozze ed i pezzetti di pomodoro, il tutto legato da un filo di olio aromatizzato al peperoncino.

Diffusissimi anche gli **spaghetti ai ricci di mare**, un primo piatto semplice e veloce da preparare ma di grande effetto. Nel cagliaritano i ricci di mare sono un'istituzione: vengono pescati giornalmente e consumati da ottobre ad aprile, con una pausa di fermo biologico che ne consente la riproduzione nei restanti mesi dell'anno. Il riccio di mare rende al massimo mangiato in purezza: durante la stagione di pesca la città di Cagliari si riempie di banchetti di vendita dove si possono degustare i ricci aperti al momento, lavati e sistemati a dozzine in piatti da portata.

Tra i piatti più apprezzati in Sardegna vanno annoverati gli **spaghetti alla bottarga**, una ricetta "semplice", ma molto gustosa, che conquista anche i palati più esigenti, essendo arricchita proprio dalla bottarga, un alimento molto pregiato fatto di uova di muggine o tonno essiccati e messi a stagionare.

Antesignane delle moderne cotture in crosta, le **panadas** sono una preparazione tipica legata principalmente alle tradizioni di due paesi sardi, Assemini ed Oschiri.

Un guscio di pasta realizzata con semola di grano duro, olio, acqua e sale, viene steso ed utilizzato per foderare uno stampo in metallo o terracotta; al suo interno viene inserito un ripieno realizzato a crudo o con prodotti parzialmente cotti.

La panada viene poi chiusa con un tappo di pasta, quindi decorata e cotta in forno. Il suo interno può essere a base di carne di agnello o manzo, patate, carciofi, pomodori secchi, olio e prezzemolo.
Nella variante con pesce, la carne è sostituita da tocchetti di anguilla.

La **zuppa gallurese** o suppa cuatta è tipica della Gallura, nel Nord Sardegna.

E' il piatto che più di tutti rappresenta l'economia dello "stazzo", luogo di sosta dei pastori.

Gli ingredienti principali sono carne di manzo ed un pezzo di costole di pecora, cipolla, sedano, carote, prezzemolo, foglie di alloro, chiodi di garofano, il tutto tenuto insieme da pane raffermo e formaggio di pasta filata. Un piatto unico e bello ricco.

I **Chiusoni** alla Gallurese sono gnocchi preparati con farina di semola di grano duro ed acqua calda salata conditi con purpuzza, ovvero carne di maiale tritata utilizzata in genere per confezionare le salsicce di carne di maiale, e con pecorino sardo.

La **lasagna di pane carasau** con verdure è un modo per servire un primo piatto gustoso senza appesantirsi eccessivamente. E' condito con del pesto ligure e la ratatuia (misto di verdure), ispirata alla classica ratatouille francese. Le verdure vanno lasciate intiepidire, per farle risultare croccanti, prima di metterle sulle sfoglie di pane. Può essere questa una validissima alternativa alle insalate estive.

Meno tradizionale è l'uso del riso, nonostante la Sardegna abbia un'ottima produzione nella zona di Arborea e sia possibile gustare ottimi risotti ai frutti di mare in tutte le aree costiere.

Così buoni da arrivare alle stelle.

IL TONNO ASdoMAR
è buono perché la materia prima è selezionata accuratamente, lavorata a mano da esperti artigiani nel rispetto della tradizione, per dare al prodotto gusto e bontà inconfondibili.

IL SALMONE ASdoMAR
è buono perché è fatto dai migliori filetti di Salmo Salar, il salmone con la carne più morbida, profumata e gustosa. Un sapore che poi viene esaltato dalla nostra lavorazione artigianale.

LO SGOMBRO ASdoMAR
è buono perché è preparato solo con i pesci della migliore varietà in termini di gusto, sapientemente puliti da mani esperte, proprio come vuole la tradizione portoghese.

ASdoMAR

La Qualità e il Rispetto.

Carne o pesce, il trionfo dei secondi piatti sardi

di Stefania Maffeo

In Sardegna i secondi sono dei veri e propri trionfi: che siano di carne o di pesce, sono piatti che esaltano anche il piacere della vista oltreché quello del palato. I secondi piatti sono realizzati mettendo sul fuoco specialità d'origine animale, distinta in selvatica o da allevamento, aromatizzati con mirto ed altre spezie rendendo un bellissimo omaggio al palato, o freschi prodotti del mare, di solito cotti così come sono pescati per mantenerne inalterato il sapore.

Tra i secondi piatti a base di carne si spazia dal maialetto da fare allo spiedo, arrostito ed insaporito con rami di mirto, ad altri secondi tipici come agnello e capretto. Una info utile riguarda la stagionalità delle carni sarde: quella dell'agnello è compresa tra novembre ed aprile, mentre per il maialino esistono delle ristrettezze a causa della peste suina presente in Sardegna; in alternativa vengono utilizzati agnelli da latte di altre regioni italiane e maialetto della val di Susa.

Il maialetto o **porceddu/procceddu** è uno dei simboli dell'isola, cresciuto allo stato brado e quindi alimentato dai prodotti spontanei della natura, quali tuberi, ghiande e erba. Il risultato di tale pratica di allevamento è una carne genuina, dal caratteristico colorito roseo e con un incidenza di grassi ridotta al minimo. Viene cucinato arrosto allo spiedo, con una cottura lenta che lo fa imbrunire pian piano, *stiddiau* per i più fedeli alla tradizione sarda, ovvero con il lardo di maiale che gli viene fatto sciogliere sulla cotenna durante la cottura. Anche il **cinghiale** sardo è tra le carni più apprezzate e lo si può cucinare in svariati modi.

Carne o pesce, il trionfo dei secondi piatti sardi

L'**agnello** è sicuramente una delle tradizioni non solo gastronomiche, ma culturali dell'intera Sardegna, rinomato non solo in Italia, ma anche in Europa ed in tutto il mondo, tanto da fregiarsi del marchio I.G.P. Gli agnelli sardi vengono allevati in un ambiente del tutto naturale allo stato brado, non sono soggetti a forzature alimentari, a stress ambientali e/o a sofisticazioni ormonali, sono nutriti esclusivamente con latte materno (nel tipo "da latte") e con alimenti naturali ed essenze spontanee peculiari dell'habitat caratteristico della Sardegna. Gli ampi spazi esposti a forte insolazione, ai venti ed al clima caldo corrispondono perfettamente alle esigenze della specie. Assolutamente da provare nella variante con vermentino e aglio.
Tipica anche la **salsiccia fresca** (aromatizzata con pepe e/o anice) cotta sulla brace.

Una pietanza poco usuale, ma caratterizzata da un gusto deciso e saporito è la **cordula con piselli**, preparata con lo stomaco e gli intestini dell'agnello o del capretto, una delle prelibatezze della cucina sarda. Una preparazione figlia della cucina tipica pastorale sarda, che si contraddistingue per i suoi sapori forti (destinata a diversi tipi di cottura, quindi anche cucinata arrosto o con carciofi). Un gusto deciso che in Sardegna ritroviamo anche in un'altra pietanza della gastronomia tradizionale dei pastori: **su zurrete**, ovvero il sanguinaccio di pecora. Tra le ricette sarde, profondamente legata alle antiche abitudini agropastorali, tipica delle regioni interne, vi è anche la **pecora in cappotto**, consistente in uno stufato di carne di pecora con l'aggiunta di verdure, in particolare di patate.

Anche le carni del **pollame** hanno un utilizzo frequente nella cucina tradizionale dell'isola.

Una comune e squisita ricetta prevede i cosciotti del pollo che diventano saporiti rotolini, arricchiti di una farcia a base di prosciutto e noci.

Per quanto riguarda i secondi di mare, il piatto principe della cucina sarda è senza dubbio la grigliata mista, composta da pesci freschissimi tra cui sono spesso presenti muggini, spigole, orate, saraghi, triglie insieme a gamberoni e seppie. Sono però moltissimi i secondi di mare della cucina sarda, che vanno dalla spigola alla vernaccia fino alle ricche zuppe di pesce (**cassola**).

Sa cassola è una zuppa di pesce tipica della zona del cagliaritano in cui non possono mancare calamari, scorfani, vongole e cozze, ai quali si aggiungono altre varietà di pescato naturalmente fresco.

Molto apprezzata anche **sa burrida**, una pietanza in cui il gattuccio di mare viene cucinato in una salsa agrodolce arricchita da altri ingredienti come aglio, pangrattato, pinoli e noci.

Una tipicità sarda è l'**aragosta lessata**: si prepara lessando il crostaceo in acqua bollente e poi tagliando la polpa a fettine e condendola con olio d'oliva ed una spolverata di prezzemolo tritato. La variante **all'algherese** si ottiene legando le aragoste e lessandole brevemente per poi aprirle a metà e prelevare la polpa della testa e delle chele per unirla agli altri ingredienti.

Una preparazione dal sapore vigoroso, tipica dell'Oristanese riguarda i pesci fritti e poi lasciati insaporire a lungo in una salsina aromatica d'aceto, cosiddetti **pisci a scabecciu** (alla scapece).

Carne o pesce, il trionfo dei secondi piatti sardi

Un tipo di pesce molto utilizzato è la **spigola**: la sua finezza si sposa con i porcini per un piatto che presenta in perfetto equilibrio i sentori del mare e le fragranze della terra (stesso abbinamento anche con l'orata), ma anche accostata al gusto delicato dei gamberi. Ricetta della tradizione oristanese, ma diffusa praticamente in tutta la costa sarda è la versione con le olive.

Cozza cun casu (cozze con il formaggio): prodotto tipico della tradizione dell'entroterra, il pecorino sardo fonde in modo naturale il proprio gusto con quello marino delle cozze.
La caratteristica acquavite sarda raffina il gusto deciso del gamberone, in un piatto che si cucina anche nei paesi più lontani dal mare denominato **cambaroni cun aquardenti.**

I molluschi, tra le prelibatezze del mare, sono quelle più apprezzate dai sardi. Tra essi un posto di riguardo meritano sicuramente le **seppie**, in specie quelle piccole, da accoppiare sicuramente con i piselli. Le seppie cucinate alla sarda si uniscono anche a gamberoni e funghi.

Tra i piatti tipici della cucina isolana vi sono le **anguille in umido**, consistente essenzialmente nella frittura delle anguille e nella loro macerazione sotto aceto. Invece, cucinata alla spiedo, l'anguilla regala il gusto deciso e croccante della pelle che racchiude una polpa dal gusto delicato e cremoso. Una ricetta della tradizione oristanese per gustare al meglio le anguille prevede una lunga marinatura con gli aromi tipici del Mediterraneo.

THE OPTIMIST

Biffi®
Milano 1852

“La nostra **ricetta** è ascoltare la Natura per creare **specialità**„

Sughi e Salse Biffi

La Natura ci ispira.

www.Biffi1852.it

Prodotti in Italia da azienda italiana

Sapori di Sardegna i contorni

di Stefania Maffeo

Un tipico pranzo in Sardegna si arricchisce di ottimi antipasti, che siano di mare o di terra, tramandati di generazione in generazione seguendo le antiche ricette che la tradizionale cucina isolana offre: oltre ai celebri salumi e formaggi, conosciuti, apprezzati ed esportati in tutto il mondo, grazie alla loro semplicità e genuinità, assolutamente da menzionare il pane carasau, conosciuto anche come carta da musica per il rumore che questo pane tipico fa, nel momento in cui viene spezzato, usato spesso in abbinamento con i contorni, che possono fungere anche da antipasti. Ad esempio i carciofini sott'olio, le olive di Sardegna e vari tortini ripieni che cambiano a seconda della zona nella quale vengono preparati. Il tutto accompagnato da sfiziose bruschette utilizzando pane civraxiu o sottili fogli del pane carasau con aggiunta da spalmare di tipica crema di formaggio pecorino.

Anche il mare offre contorni prelibati come la bottarga di muggine (anche in abbinamento con le uova per realizzare un'ottima frittata), le cozze all'olbiese, la burrida, la tunnina salata all'olio o la classica insalata di mare o di polpi.

I ricchi secondi piatti della cucina sarda sono spesso accompagnati da contorni costituiti da verdure fresche crude, semplici e rinfrescanti. Ciò non toglie che i saporitissimi ortaggi che crescono in questa terra baciata dal sole si prestino ottimamente, in combinazione con il profumatissimo olio extravergine di oliva prodotto in Sardegna e con altri prodotti tipici della cucina sarda, alla preparazione di contorni più elaborati. Gli **involtini di cavolo** (coiettas 'e cauli) sono una ricetta della tradizione sarda dal sapore unico.

Ottimi i contorni a base di **funghi** (porcini di vario tipo, *cardulinu* e *murdegu* o boleto del cisto, *cardolinu de petza* o *Pleurotus eryngii* tradotto come "funghi di carne") grigliati o in umido; sono inoltre molto utilizzati pomodori, patate, carciofi, cardi, finocchio, sedano, zucchine e legumi come le fave (nonostante gran parte della popolazione sarda, per via del favismo, non possa mangiarle), piselli e ceci.

Sapori di Sardegna
i contorni

Contorni molto amati sono quelli a base di **asparagi** prodotti della piana del Campidano, a partire da quelli che, con i pomodori secchi o profumati con il lardo, conservano un gusto che esplode con la cottura al cartoccio, a quelli cotti al forno con la pancetta per una ricetta ricca di sapori. Squisiti gli asparagi gratinati al forno al pecorino e connubio perfetto con le uova.

Il **carciofo** spinoso di Sardegna a marchio Dop presenta notevoli virtù terapeutiche e salutari dovute al suo contenuto salino e vitaminico ed agli elementi nutritivi a spiccata azione depurativa per l'organismo. Con la cottura al forno o alla brace viene esaltato tutto il sapore di questo prodotto. I carciofi al verde sono un contorno perfetto o una valida alternativa ad un secondo piatto: ottimi con patate, fritti con la semola, in umido, ripieni di patate e pecorino.

Molto apprezzate come contorni sulle tavole sarde sono le **torte rustiche**, scrigno di sapori e morbidezza, semplicissime nella preparazione, ma di grande effetto. Le più comuni sono quella di bietola, formaggio pecorino e pancetta, ma anche di melanzane e zucchine, di patate al forno e con gli asparagi.

Gradite e di gran qualità le torte salate di carciofi, formaggio pecorino e patate, ma anche di funghi e zucchine, ricotta e carote, ricotta e verdure (ripieno di ricotta, bieta e scarola è un piatto ideale da servire anche come stuzzichino). Molto sfiziosi anche i tortini di carciofi accompagnati dal formaggio pecorino erborinato.

Le **zucchine** sono un classico contorno isolano e sono molto comuni preparate in umido (dette in sardo cassoba de Crocoriga): contemplano una cottura lenta che mantiene intatto il gusto delle zucchine accompagnate dai pomodori al profumo di menta. Un piatto sfizioso e semplicissimo che unisce la panatura croccante dell'esterno ed il cuore morbido di zucchina all'interno è costituito proprio dalle zucchine fritte.
Le zucchine tonde ripiene al profumo di pecorino, invece, sono un piatto delicato e leggero. Il carpaccio di zucchine con bottarga e peperoncino aji è un contorno fresco, gustosissimo e particolare, adatto anche come antipasto, preparato con ingredienti tipici della cucina sarda.

Il **cavolfiore** soffocato alla sarda è un piatto semplice e genuino con tutto il profumo dei prodotti di Sardegna. Il nome (soffocato) presumibilmente deriva dall'antica consuetudine di cuocere questa pietanza nel fuoco a legna, con le braci posizionate anche sopra il coperchio della pentola di cottura. Nei fatti si tratta di uno stufato di cavolfiore, con aggiunta di sapori.

La **fainé alla sassarese** è un piatto di origine genovese tipico della città di Sassari. Il suo nome deriva da fainà o farinata di ceci. Questi ultimi hanno la proprietà di abbassare i livelli di "colesterolo cattivo" nel sangue e di conseguenza svolgono un ruolo protettivo nei confronti del cuore. Questa ricetta va preparata con largo anticipo poiché necessita di circa quattro ore di preparazione.

Le **lumachine bianche** vengono chiamate in modo differente in diverse zone della Sardegna (giogga o ciogga minudda nel Sassarese, joghitta in Logudorese o sizzigorrusu de sant'uanni nel Campidano). Sono molto gustose gratinate, utilizzando una ricetta della tradizione popolare con un ripieno al profumo di pecorino e vernaccia.

Le **melanzane** alla sarda o *Perdigianu motto in s'ollu* (melanzane morte nell'olio) sono un contorno semplice da fare e davvero molto saporito che prevede l'uso di ingredienti dai sapori tipicamente mediterranei. Le melanzane, tagliate a fette piuttosto grosse, vengono cotte in forno e condite con aglio, prezzemolo, olio e pomodoro fresco. Sono ottime da consumare tiepide oppure a temperatura ambiente. Anche le melanzane ripiene al carasau sono una ricetta golosa: la croccantezza del pane carasau custodisce il morbido ripieno di formaggio casizolu.

Una fragrante tortina salata con un impasto che ricorda quello della pizza, ma più croccante, ed un delizioso ripieno a base di patate, aglio, pecorino e menta che assomiglia molto al ripieno dei Culurgiones sardi: è **Sa coccoi prena**, che rappresenta uno dei piatti tipici della tradizione agropastorale dell'Ogliastra.

PURO BERETTA.

LA QUALITÀ È IN BUONE MANI.

PROSCIUTTO CRUDO

PETTO DI POLLO ARROSTO

SALAME

MORTADELLA

SENZA USO DI ANTIBIOTICI dalla nascita

RISPETTO DEL BENESSERE animale

POLLO ITALIANO allevato a terra

100% FILIERA controllata

100% ATTENZIONE al consumatore

Puro Beretta è la linea di salumi che fa della trasparenza il suo punto di forza. Filiere controllate che rispettano il benessere degli animali, senza utilizzo di antibiotici fin dalla nascita e ricette semplici. Semplice, buono, puro.

Fratelli Beretta 1812

Dolcezze sarde per ogni occasione

di Stefania Maffeo

Tramandati di generazione in generazione secondo le antiche ricette, vengono prodotti in Sardegna tantissimi dolci tipici dal sapore unico ed inconfondibile, uno per ogni occasione. Prodotti con le mandorle, come gli amaretti, i su *gattou*, i bianchetti ed il torrone; col formaggio o la ricotta, come *is pardulas* o le *seadas*, o semplicemente realizzati con farina, uova, zucchero e limone come i *pirichuttus*, solo per citarne alcuni. Nonostante le varianti dolciarie delle varie aree dell'isola, vengono utilizzati quasi sempre gli stessi ingredienti, semplici ma decisi, aromatici e nutrienti, come miele, glassa, frutta secca, frutta candita, agrumi e formaggio.

Ogni paese della Sardegna ha un dolce tipico, con un suo gusto particolare, che varia da nord a sud dell'isola. La cultura culinaria, in particolare quella legata ai dolci sardi, è fortemente rappresentativa della tradizione agricola e pastorale; d'altro canto, la significativa influenza culturale araba e bizantina, così come la dominazione spagnola, hanno reso la cucina sarda nel suo complesso una delle più atipiche italiane. I dolci sardi sono veramente infiniti ed aspettano solamente di essere scoperti ed assaggiati.

Di origine spagnola e barbaricina, le **Sebadas** o **Seadas** (nato come piatto salato), sono ormai un piatto tradizionale di tutta l'isola. Affonda le sue origini nell'antica cultura agropastorale, quando i pastori, rientrati a casa dopo la lunga stagione fredda che li aveva costretti ad una sorta di esilio fra le montagne, facevano ritorno a casa accolti dalla famiglia che preparava per loro piatti particolarmente saporiti. E' un dolce da friggere e servire con l'aggiunta di miele. Simili ad un grande raviolo, sono formate da due dischi di pasta fatta con la semola fine, strutto e acqua, ed un ripieno di formaggio acidulo aromatizzato con scorza di arancia o limone. Il gusto caratteristico è dato dal contrasto del dolce del miele (miele di corbezzolo) e l'acidulo del formaggio al suo interno. Le seadas si devono consumare fresche, per fare in modo che la sfoglia non si secchi.

Dolcezze sarde per ogni occasione

La **fregola** si usa anche per preparare una specie di finta seadas: basta cuocerla per nove minuti con due cucchiai di zucchero ed estratto di vaniglia, nel frattempo si sciolgono in una casseruola dei lamponi con lo zucchero a velo e con del succo di limone, poi li si filtra per eliminare i semi. In seguiti si scola la fregola, la si spadella con la salsa ai lamponi e la si impiatta mettendo due cucchiai di fregola, ricotta fredda e miele caldo. Si ottiene un dolce al cucchiaio originale, creativo e con un cuore sardo.

Il **torrone** è un delizioso panetto a base di miele, albume d'uovo, scorza di limone e mandorle o noci tostate. La sua etimologia deriva dal latino "torrere", che significa "tostare". I più rinomati centri di realizzazione sono concentrati ad Aritzo, Guspini, Desulo, Pattada e Tonara, oggi centro principe per questa produzione dolciaria. Elemento caratterizzante del torrone sardo, rispetto a quello degli altri centri italiani, è il miele nelle sue tante qualità (millefiori, di corbezzolo o eucaliptus). Secondo la tradizione viene fatto squagliare a fuoco lento mescolando con un bastone in legno (*sa moriga*) di erica o di corbezzolo all'interno de su *cheddargiu* (un paiolo in rame) posto su un fornello costruito in mattoni, detto *forredda*. Il fuoco viene alimentato da legna di agrifoglio, che ha una caratteristica molto particolare: non fa fumo! Il torrone sardo viene rimestato continuamente per quattro ore con gli albumi montati a neve. A fine cottura poi si aggiungono le mandorle tostate e pelate (*turrone de mendula*) o le noci (*turrone de coccoro*) e nocciole (*turrone de linzola*). Il tutto dev'essere posto all'interno di apposite cassette in legno coperte da carta oleata e lasciato raffreddare. Solo alla fine di questo processo il torrone è pronto per essere tagliato e servito o venduti dai torronai, che una volta venivano chiamati *scarratoneris*, come il carretto che veniva utilizzato per spostarsi.

Il miele è utilizzato come complemento in alcune pietanze dolciarie della tradizione isolana. I dolci chiamati **sos pinos** ad esempio, diffusi soprattutto nella zona del Goceano, vengono fritti dopo essere lavorati con il miele. Presentano una forma sferica ed una tonalità dorata che si ottiene unendo piccoli pezzi di pasta fritta a forma di pinolo uniti fra loro mediante la cottura con il miele.

Fra le specialità merita menzione il pane 'e saba, dolce diffuso in particolare nel Campidano di Cagliari e nel Nuorese. Caratterizzato dal colore scuro del vino cotto, è intensamente fragrante, composto da farina bianca, lievito e "sapa" (un liquido ottenuto dal vino di uva fatto raffinare in cottura) ed uva passa. Gli ingredienti possono variare con l'aggiunta di frutta secca (solitamente noci). La forma della pasta può essere romboidale, rettangolare ed anche circolare. Si tratta di una delle prime trasformazioni del pane in dolce, di origine rurale antichissima.

Dolcezze sarde per ogni occasione

Le **copuletas** sono tra i dolci sardi più conosciuti originari in particolare della zona di Sassari. Sono delle paste di forma circolare, con bordo leggermente ondulato ed un ripieno di marmellata, miele, mandorle e sapa. Il tutto viene poi ricoperto da uno strato di glassa e decorato con piccole palline di zucchero colorato.

Le **pardulas**, note come formaggelle, sono delle morbide tortine di pasta croccante, ripiene di ricotta (le più delicate) o formaggio, all'aroma di limone, arancia o zafferano. In alcuni casi vengono insaporite anche con l'uvetta.

I **papassìnos**, il cui nome deriva dal dialetto "papassa" ossia uva passa, vengono prodotti in tutta la Sardegna e specialmente nella zona centrale. Sono fatti da un impasto di pasta frolla ed uva passa, mandorle, noci, scorza di limone (o arancia) grattugiata e miele, e cotti al forno ad una temperatura di 200°.

Altra specialità è il **pistiddu**, dolce tradizionale proveniente da una antica ricetta culinaria di Dorgali, di forma tonda e di colore giallo paglierino al ripieno di sapa.

I **mangadagas** sono dolci di pasta intrecciata fritta e lavorata al miele, note anche come trizzas, acciuleddi, azzuleddhi. Si tratta di spaghetti di pasta impregnati di miele che vengono ripiegati ed arrotolati fino ad assumere una forma di treccia.

Altre prelibatezze sono le **caschettas**, sfoglie di pasta ripiene di miele, zafferano e mandorle, diffuse in tutta la Sardegna ed in particolare in Barbagia.

I **cruxioneddu de mindua**, noti anche come "culungioneddos de pendula", sono ravioletti dolci alle mandorle costituiti da sfoglie di pasta sfoglia, con un colore giallo paglierino. Una volta fritti, vengono ricoperti di un leggero strato di zucchero a velo. Varianti al ripieno di mandorle, sono la crema pasticcera o la ricotta. I ravioletti vengono immersi nell'olio da frittura a temperatura moderata; appena vengono a galla rivoltati e scolati, disposti su carta assorbente ed una volta freddi spolverati con lo zucchero a velo.

Dolcezze sarde per ogni occasione

Le **orilletas** sono specialità a base di pasta sfoglia fritta ricoperta di miele ed al profumo d'agrumi, diffuse su tutto il territorio regionale, in particolare nella Baronia. Il dolce viene lasciato raffreddare prima di consumarlo.

I **Bianchittos** (o sospiri), di forma piramidale dalla superficie mossa ed increspata, presentano un colore bianco ed una consistenza friabile. Spesso sono decorati con mandorle e diavoletti colorati. Esiste una versione in dimensioni più piccole, sempre a forma di caramelline, chiamati **bucconettes**, appunto bocconi.

Curiosità: sembra che la denominazione derivi da guelfi, i conosciuti combattenti medievali sostenitori del papa contro l'imperatore. Sono proprio le frange agli estremi dell'incarto di questi dolcetti che ricordano le merlature delle torri dei castelli.

Gli **acciuleddi** sono un dolce tipico della Gallura: si tratta di croccanti treccine di strutto fritte e ricoperte successivamente dal miele.

I **pistoccus** o savoiardi sardi, biscotti dell'area medio bassa campidana, molto diversi dal savoiardo tipico da tiramisù, in quanto si presentano più morbidi e profumati al limone o vaniglia.

Il **Papai biancu**, originario di Cagliari, ma esistente dal periodo medievale, è un budino al latte dolcificato con mandorla ed aroma al limone, conosciuto e preparato dai tempi remoti in Turchia ed in tutto il Medio Oriente.

I **candelaus**, dolcetti alle mandorle a forma di candeline o scarpette, decorati con lo zucchero come avessero veri orletti, e **l'aranzada** nuorese, dolcetto con miele, mandorle e scorze d'arancia caramellata, sono utilizzati per matrimoni, battesimi e cresime.

I **pistoccheddus di Serrenti** sono biscotti provenienti dal medio e basso campidano, croccanti all'aroma di limone che riproducono varie forme animali, ricoperti di glassa e zuccherini.

Da non perdere i **mostaccioli di Oristano**, a forma romboidale, morbidissimi, all'aroma di limone e ricoperti di zucchero, e le **zippulas** o zeppole sarde, conosciute anche come frisjoli o cattas, deliziose frittelle dalla forma allungata ed alla base di zafferano e buccia di agrumi, aromatizzate con liquore d'anice o sambuca, oppure con vernaccia.

il Buon Piatto: ricette uniche, gustose ed equilibrate, con ingredienti sani e naturali, per portare con te il piacere della buona tavola in ogni occasione.

Farro, orzo e fantasia

con farro, orzo, peperoni, zucchine, melanzane e carote

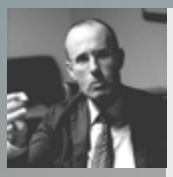
il Buon Piatto:
la nuova linea di piatti pronti firmati Insal'Arte.
Scopri tutte ricette su www.insalarte.it

Ci trovi sul banco frigo del tuo supermercato

ORTOROMI SOC. COOP. AGR. Via Piovega, 55 - 35010 Borgoricco (Pd) | Via Olmo, 34 - 84092 Bellizzi (Sa) www.ortoromi.it

INSAL'ARTE OrtoRomi

www.insalarte.it



GIANCARLO CORSETTI

Nato a Cassino, il 3 settembre 1976, Giancarlo Corsetti si è laureato in giurisprudenza l'8 novembre 2000 all'Università degli Studi di Roma "La Sapienza" discutendo una tesi in diritto processuale penale con il prof. Franco Cordero.

Tirocinante presso gli avvocati Luigi Corsetti e Carla Corsetti e, successivamente, allievo e collaboratore degli avvocati Aurelio Pietro Ranaldi e Gianrico Ranaldi, nel 2003 ha conseguito l'abilitazione all'esercizio della professione forense. Nel 2009, valorizzando l'esperienza maturata grazie agli insegnamenti dell'avvocato Gianrico Ranaldi, professore associato in diritto processuale penale, ha iniziato ad esercitare l'attività professionale in proprio, insieme ai Colleghi di studio avv. Maria Picano, avv. Luisa Labbadia ed avv. Antonio De Cristofano, con la collaborazione dell'avv. Giulia De Feo e della dott.ssa Giulietta Franchitto.
E' solo grazie alle loro grandi personalità che una realtà individuale è potuta diventare una struttura capace di offrire un'adeguata assistenza al pubblico.

Avvocato cassazionista dal 2016, svolge la professione occupandosi -in maniera pressoché esclusiva- di casi di diritto penale.

PICCOLO IDILLIO DI FINE ESTATE

di Giancarlo Corsetti

Edoardo era seduto sul balcone della casa bianca con la bugan-villea.
Di fronte a sè, in lontananza, poteva vedere la spiaggia e il mare.
La riva era deserta.
Aveva chiuso i bagagli nell'auto; il giorno dopo avrebbe fatto ritorno a casa.
Lo prese la malinconia dell'estate che stava finendo.
Volse lo sguardo al cielo, che alle sette di sera già si faceva scuro.
Pensò agli uccelli migratori.
Si chiese quando avrebbero lasciato quella terra in cerca di posti caldi.
Provò invidia per loro. L'ufficio, le carte, le scadenze lo aspettavano.
Prese una sigaretta e, mollemente, l'accese e iniziò ad aspirare.
Una, due boccate, poi sentì una nausea allo stomaco e la gettò oltre il balcone.
Gli amici: l'allegra brigata si era disciolta il giorno prima. Si erano ripromessi di incontrarsi al più presto. Ma Edoardo temeva che non sarebbe avvenuto a breve.
S'immaginò la possibilità di ammalarsi, di dover restare a letto con la febbre alta, nell'inverno che l'attendeva, e si sentì turbato.
Ancora una volta pensò alle rondini, che avrebbero fatto in tempo a fuggire dal freddo, dall'indolenza, dal buio.
Si guardò le mani; poi ripensò alle serate trascorse con i compagni, su quello stesso balcone, a cantare a ritmo di chitarra fino al mattino.
Di lontano, sotto la cappa di nuvole che si addensavano da circa un'ora sul mare, intravide la sagoma del chiosco che dava sulla spiaggia.
Pensò di uscire a scacciare i pensieri negativi con una passeggiata ed un drink.
"Meno male che c'è lei", pensò sentendo Celeste che, dentro casa, finiva di prendere le cose nei cassetti.
Un'altra estate finita. *"Un'altra in meno della mia vita"* fu il pensie-

ro in cui racchiuse la tristezza che provava in quel momento.
"Non sono solo. Non più", tornò a pensare, cercando di vincere il senso di sconfitta, quando si accorse che Celeste stava iniziando a preparare la cena. La loro ultima cena al mare, l'ultima di quell'estate.
"Devo iniziare ad accettare il momento in cui le cose finiscono" – si disse rapidamente.
E però, poi, gli accadde di pensare controvoglia *"Anche la mia vita, un giorno, finirà"* – e di nuovo ebbe una stretta al cuore. Che pena, quanti rimpianti.
Non voleva più indulgere in quel sentimento, così si alzò e andò incontro a lei.
"Chissà cosa pensa, come si sente" – fece dentro di sè.
E allora le chiese *"Come stai, come ti senti? Ti dispiace che partiamo?"*.
Lei gli sorrise: *"Non sei contento che torniamo a casa? Ci sono tutte le tue cose che ti aspettano"*.
Ripensò in fretta al pavimento della sua casa in periferia, alla sua libreria, alle sue piante, al bar dove faceva colazione la mattina; forse non li aveva mai visti così belli come li scorse in quell'istante.
"E' vero, il mondo non sta crollando. C'è ancora tutto, lì fuori, che aspetta. Che mi aspetta" – si disse, rianimato dalle parole di lei.
L'abbracciò teneramente. *"Meno male che ci sei"* – si ripeté.
Lei non lo capì, e dopo poco uscì dall'abbraccio, leggera come una farfalla.
"Hai fame?", gli chiese, con lo stesso tono di sempre.
"Sì, un po'" – fece lui, poveretto. Lei non se ne sarebbe andata insieme all'estate e alle rondini.
Uscì sul balcone e respirò una boccata dell'aria della sera. Salutò il mare, la riva, gli ombrelloni, i pini che -in fila- restavano lì, con fiducia.
Non ci sarebbero stati più addii. Soltanto arrivederci.

ARIEL

di Giancarlo Corsetti

La seconda stella della costellazione dell'Arco fu colpita, tre milioni di anni fa, da un meteorite gigantesco che ne provocò l'uscita da quell'insieme di stelle.
La stella in questione si chiamava Ariel.
Ariel perse, allora e per sempre, ogni contatto con l'Arco; la forza di gravità delle altre stelle non fu abbastanza intensa da riuscire ad impedire il distacco;
Ariel non fu distrutta dal meteorite, ma scagliata a mille anni luce di distanza dalla sua costellazione d'origine.Fu così che quell'agglomerato di stelle perse per sempre la sua caratteristica forma di arco, di cui Ariel era il vertice. Tuttavia, gli astronomi moderni -lavorando con telescopi e computer eccezionali- sanno che in quella parte del cielo dove ora s'addensa il vuoto cosmico c'era, all'origine, la stella che noi chiamiamo Ariel.
Ariel fu, dal momento del distacco, una stella solitaria.
Dopo un volo di mille anni luce, riuscì a fermare la sua deriva in una zona del cosmo in cui non c'erano altre stelle, ma solo ammassi di minerali e gas che furono detti, dagli uomini, pianeti e satelliti.
Le altre stelle dell'Arco non stettero a guardare e, con preghiere e canti, chiesero all'Architetto di riportare Ariel con loro.
Ma l'Architetto, interrogato, non rispose. Ariel, che amava brillare all'unisono con le sue amiche stelle, divenne triste e pianse.
"Se non posso brillare con le mie sorelle, a cosa mi serve questa luce?", si domandò.
Ma, nonostante la sua tristezza, non smise di brillare e di dar luce a quei pianeti e satelliti che le giravano intorno, e che grazie ad Ariel uscirono dall'oscurità.
Passarono milioni di anni e il fuoco che bruciava nel centro di Ariel iniziò ad affievolirsi.
Era stata la stella più splendente della sua costellazione; così, mentre le altre, che davano meno luce, bruciavano più lentamente, Ariel -prima fra tutte- fu sul punto di spegnersi.
Le altre sei stelle dell'Arco seppero che Ariel stava morendo, e si

rivolsero di nuovo all'Architetto, chiedendo e supplicando a gran voce che Ariel vivesse ancora.
Stavolta, l'Architetto rispose:
"I miei disegni non sono cose che appartengono a voi. Ariel tra poco finirà il suo fuoco e dovrà perire nel buio. La sua massa si farà polvere e sarà dispersa nell'Universo".
A quella risposta le altre stelle piansero, ricordando che per buona parte della sua esistenza la loro compagna Ariel era rimasta sola, ed adesso sola moriva.
Chiesero, allora, all'Architetto di mostrar loro il punto in cui Ariel si trovava.
L'Architetto, che conosceva l'Universo come sé stesso, indicò il quadrato di cosmo in cui, se avessero potuto guardare a mille anni luce di distanza, avrebbero visto Ariel.
Le stelle ripresero fiducia, e si chiesero cosa avrebbero potuto fare per aiutare la loro amica; dopo un consiglio durato tre orbite gravitazionali, scelsero di fare una cosa mai fatta prima.
Le stelle dell'Arco decisero di bruciare più forte per fare più luce, affinché Ariel, anche se infinitamente lontana, potesse vedere il loro saluto.
"Così, non morirà sola" – pensarono. Alla mezzanotte del ferragosto, dunque, le stelle dell'Arco, essendo giunto il momento convenzionale, bruciarono con tutte le loro forze, illuminando tutto il cielo loro intorno.
Quella luce, tre volte più forte del normale, arrivò fino ad Ariel, che nel mentre moriva.
Il suo ultimo pensiero, quando distinse la forma dell'Arco che le sue amiche tracciavano nel cielo, fu: "*Finalmente. Sono di nuovo a casa*" – e spirò felice.
Il suo corpo, dopo pochi minuti, si disfece tutto, fino a ridursi a mille granelli di polvere che, portati dal vento dell'Universo, iniziarono a percorrere il cosmo, in lungo e in largo.Le altre stelle, che avevano dato l'ultimo saluto ad Ariel, iniziarono a spegnersi anch'esse.
Lo sforzo fatto, per stare vicino alla loro sorella facendo più luce possibile, aveva consumato troppo gas e troppa massa. Così anche per le altre sei stelle iniziò il declino.
Quando si avvidero che anche la loro fine s'appressava, ebbero

ARIEL

di Giancarlo Corsetti

paura e gemettero.
"Perché, Architetto, dobbiamo morire così presto anche noi? Perché paghi il nostro amore per Ariel con la morte?" – chiesero, desolate, all'Architetto.
Ma Questi, come suo solito, non rispose.
Non tutte le stelle dell'Arco erano della stessa grandezza.
Fu così che esse non si spensero simultaneamente, ma in ordine, dalla più piccola alla più grande.
Inesorabilmente, ognuna di loro fece i conti con l'abbandono e l'oscurità.
I loro corpi, spenti, si sfaldarono e caddero; il vento cosmico le prese e le disperse, in tutto l'Universo. Sembrò davvero finita, per la costellazione dell'Arco.
Ma l'Architetto, che aveva pianto vedendo quanto grande era stato l'amore delle stelle, che avevano dato la vita per salutare un'ultima volta Ariel, non volle gettarle nel nulla cosmico.
Diede ad ognuna delle loro particelle un suono, in modo che esse, volteggiando nello spazio, vibrassero e risuonassero.
E quando, incontrandosi, esse suonavano insieme, vi era una melodia, che anche oggi, di notte, gli innamorati possono ascoltare.
"Per chi non vuol perdersi nel buio della notte" – era stato, infatti, il motto dell'Architetto.
Anche Ariel, o meglio le polveri che restano di Ariel, partecipano di quella melodia.
È una musica così adorabile che sembra fatta per sognare.
Bisogna disporsi con tutto l'animo ad ascoltarla; altrimenti non è possibile distinguerla, la notte, tra i rumori del mondo.
Alcune volte, se si è fortunati, accade di ascoltare una musica in cui tutte le stelle dell'Arco, riunite ad Ariel dal vento dello spazio, concorrono.
E' così che in certe parti del pianeta Terra, dove gli uomini hanno imparato a guardare il cielo e a contarne gli astri, ancora oggi si racconta che quando due persone si vogliono bene e non vogliono perdersi mai, le stelle, dalla loro parte, risuonano più forte.

Giancarlo Corsetti

PER COMPRARE
IL LIBRO
INQUADRA QUI
CON IL TUO
DISPOSITIVO
MOBILE
https://www.infosardinya.it

infoSardinya
PROMOTION & CONSULTING
STORYTELLING
TERRITORIO CULTURA LIFESTYLE EVENTI SPORTS & MORE