

Expresii utile în italiană

Salut.	Salve.	salve
Bună ziua.	Buongiorno.	buongiorno
După-amiază plăcută.	Buon pomeriggio.	buon pomeriggio
Bună seara.	Buona sera.	buona sera
La revedere.	Arrivederla.	arivederla
Da/Nu.	Sì/No.	sì/no
OK.	OK.	ochei
Ce faci?	Come sta?	come sta
Bine, mulțumesc.	Bene, grazie	bene grație
Mă scuzați.	Scusi.	scuzi
(atrăgând atenția)		
Pardon. (depășind)	Permesso.	permesso
Îmi pare rău.	Mi dispiace.	mi dispiace
Aș dori...	Vorrei...	vorrei:
Cât costă?	Quant'è?	cuante:
Vă rog.	Per favore.	per favore
Mulțumesc.	Grazie.	grație
Cu plăcere.	Prego.	prego
Vorbiți mai rar, vă rog.	Parli lentamente per favore.	parli lentamente per favore
Puteți repeta?	Può ripetere?	può ripetere
Nu înțeleg.	Non capisco.	non capisco
Vorbiți engleza?	Parla inglese?	parla inglêze
Nu vorbesc italiană.	Non parlo italiano.	non parlo italiano
Unde este toaleta?	Dov'è la toilette?	dové la tualet
Ajutor!	Aiuto!	ajuto
Ce oră este?	Che ore sono?	che ore sono
O masă pentru...vă rog.	Un tavolo per ..., per favore.	un tavolo per ... per favore
unu/doi/trei/patru	uno/due/tre/quattro	uno/dúe/tre/kuattro
Poftă bună.	Buon appetito.	buon appetito
Nota, vă rog.	Il conto, per favore.	il konto per favore

LINGHEA

SARDINIA

ÎNCEPE CĂLĂTORIA

TOP 10 ATRACȚII

Respect pentru oameni

CAGLIARI

Admirați districtul medieval Castello din capitala Sardiniei (pag. 25).

NURAGHE SANTU ANTINE

Vizitați acest megalit misterios (pag. 77).

SUPRAMONTE

De aici, puteți porni în drumetii spectaculoase (pag. 53).

THARROS, PENINSULA SINIS

Ruinele de pe malul mării ale orașului punic-roman Tharros (pag. 46).

ARCIPELAGO DELLA MADDALENA

Mergeți într-o croazieră la Palau pentru a explora frumusețea acestui lanț de insule (pag. 63).

GOLFO DI OROSEI

Această frumoasă întindere de coastă se vede cel mai bine de pe apă (pag. 56).

BOSA

Străduțele înguste vă conduc pașii prin acest oraș vechi și pitoresc (pag. 72).

GROTTA DI NETTUNO

Cea mai spectaculoasă grotă de pe insulă (pag. 70).

CARLOFORTE

Acest port fermecător reprezintă un bun punct de plecare pentru a explora insula San Pietro (pag. 37).

ALGERO

Bucurați-vă de ritmul relaxat al vieții din orașul Alghero, cu ziduri fortificate și cu centrul său istoric (pag. 67).



CUPRINS

Respect pentru oameni și cărți

■	Introducere	8
■	Scurt istoric	13
■	Unde mergem	25
■	1 Orientare pe hartă	
	Cum ne deplasăm	25
	Cagliari și sud-estul insulei	25
	Cagliari 25, Villasimius 31, Costa Rei 31	
	Sud-vestul insulei	32
	Pula și Nora 32, Costa del Sud 34, Isola di Sant'Antioco 34, Isola di San Pietro 36, Iglesias 38, Tempio di Antas 39, Centre de extracție minieră 39, Costa Verde 40	
	Oristano și vestul insulei	42
	Oristano 43, Peninsula Sinis 45, Interiorul insulei 48, Santa Cristina și Nuraghe Losa 48	
	Nuoro și estul insulei	51
	Nuoro 51, Orgosolo 53, Parcul național Gennargentu 54, Coasta de est 55, Orosei 55, Dorgali și Golfo di Orosei 56	
	Costa Smeralda și nord-estul insulei	58
	Olbia 59, Costa Smeralda 60, Arzachena 62, Palau 63, Arcipelago della Maddalena 63, Santa Teresa Gallura 65, Tempio Pausania 66	
	Alghero și nord-vestul insulei	67
	Alghero 67, Riviera del Corallo și Grotta di Nettuno 69, Situri arheologice 70, Bosa 71, Sassari 73, Basilica della Santissima Trinità di Saccargia 75, Ozieri 76, Valle dei Nuraghi 76, Coasta de nord 77, Stintino 78, Castelsardo 80	

■	Timp liber	83
	Divertisment	83
	Cumpărături	83
	În concediu cu copiii	88
	Sporturi	89
	Festivaluri și evenimente de sezon	94
■	Masa în oraș	96
■	Sfaturi de călătorie	113
■	Hoteluri recomandate	133
■	Index	140
	Curiozități	
	Eleonora d'Arborea	16
	Repere istorice	23
	Căii sălbatici din Giara di Gèsturi	43
	Sa Sartiglia	47
	Tofetele punice	49
	Bandiții din Barbagia	53
	Costa Smeralda	60
	Stejarul de plută din Gallura	67
	De unde provine numele?	69
	Parcuri de distracție	89
	Calendarul evenimentelor	95
	Măruntaie și brânză cu mușgai	100

UNDE MERGEM

CUM NE DEPLASĂM

Pentru un tur al insulei, aveți nevoie de două săptămâni pentru a vedea obiectivele turistice principale, însă pentru a cunoaște în detaliu întreaga insulă ar fi nevoie de o lună. Dacă timpul dvs. este limitat la o săptămână sau mai puțin, stabiliți-vă într-una dintre regiunile principale și faceți excursii de o zi pe coastă sau incursiuni în interiorul insulei în zonele rurale mai izolate. Capitalele provinciilor Cagliari și Sassari merită vizitate, însă nu sunt locurile ideale de cazare.

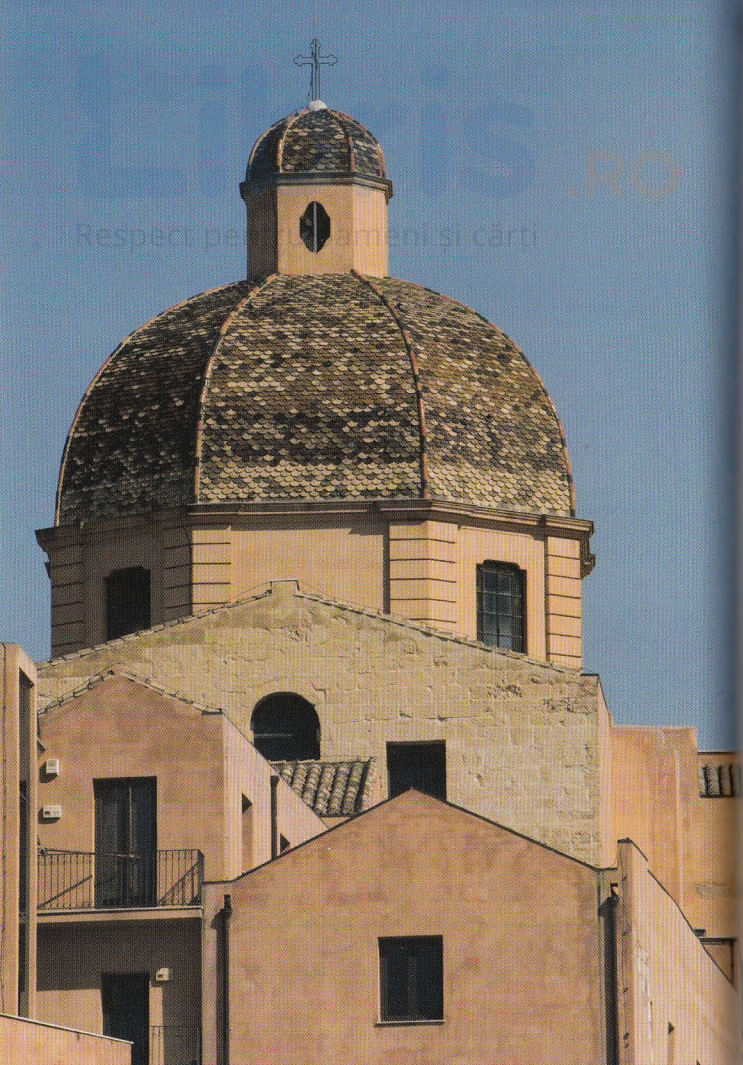
CAGLIARI ȘI SUD-ESTUL INSULEI

CAGLIARI

Capitala insulei și portul său principal, **Cagliari** ❶ este cel mai cosmopolit și modern dintre orașele Sardiniei. Periferiile industriale și străzile cu trafic aglomerat pot fi intimidante, însă inima orașului păstrează farmecul pitoresc și interesul istoric. Alături de biserici, monumente și muzee, orașul oferă cele mai bune restaurante și magazine de pe insulă; în est, se află o plajă imensă cu nisip și o lagună cu păsări flamingo.

„Kalis”, după cum a fost denumit inițial orașul, a fost una dintre cele câteva așezări din sudul Sardiniei întemeiate ca posturi comerciale de către fenicieni. Până în momentul în care a intrat sub stăpânire romană, devenise unul dintre porturile comerciale principale ale Mediteranei. Moștenirea cea mai impresionantă rămasă din timpul ocupației romane este **Anfiteatro** (Amfiteatrul; www.anfiteatroromano.it; mai-mijl. lui oct. 9:00-18:00, mijl. lui oct.-apr. S-D 10:00-18:00; vizite ghidate) sculptat din stâncă pe versantul dealului din cartierul Stampace. Luptele dintre gladiatori și animale atrăgeau un

Bastionul Saint Remy din Cagliari



public de 10 000 de persoane; astăzi, ruinele găzduiesc concerte, spectacole de operă și teatru. Cel mai recent exemplu de arhitectură creștină îl reprezintă **Bazilica lui San Saturnino** (Ma-S 9:00, 10:00-13:00 și 15:30-19:30, adesea închisă), restaurată aproape în întregime, aflată în Piazza San Cosimo. Construită pentru a comemora sfântul sard martirizat pe acest loc în 303, este o frumoasă biserică cruciformă cu cupolă din sec. V, cu un aspect oriental distinct.

Fortăreața medievală din Cagliari a fost construită pe deal de dinastia Pisan. În jurul orașului, au fost construite ziduri în formă circulară, urmate de două turnuri de apărare în 1305 și 1307, pentru a anticipa invaziile spaniole. Îngrijorarea dinastiei Pisan s-a dovedit întemeiată când dinastia De Aragon a pus capăt dominației lor în 1324. Câteva secole de dominație iberică s-au încheiat fără glorie în 1708, când orașul s-a predat unei mici forțe navale austro-britanice, fără a opune rezistență.

CASTELLO

În vârful dealului, dinastiile Pisan și De Aragon au construit **Castello** , fostul centru politic, religios și administrativ. Acesta este cel mai vechi și mai interesant cartier al orașului, cu monumentele sale, aleile înguste și locuințele dărăpănate și pitorești. Poate fi ușor străbătut pe jos, însă puteți și să urcați într-un „tren” pentru turiști care pornește din Piazza Carmine într-un tur ghidat de 45 min. Dacă mergeți pe jos, începeți de la Piazza Costituzione, apoi urcați scările monumentale de la **Bastione di Saint Remy**  (Bastionul Saint Remy). De pe esplanadă, unde puteți savura o băutură, aveți o priveliște minunată asupra orașului, portului și lagunelor. La vest de bastion, se află **Torre dell'Elefante** (Turnul Elefantului; www.beniculturalicagliari.it; zilnic 10:00-19:00), construit de dinastia Pisan. Numele provine de la micul elefant sculptat așezat

pe un soclu pe partea cu Via Università. Turnul a avut un rol macabru sub dominația spaniolă, când capetele tăiate ale prizonierilor erau agățate în cuști deasupra porții acestuia. Puteți admira priveliștea din turn sau de pe terasa de la Caffè Libarium Nostrium (Via Santa Croce), aflată pe meterezele orașului.

La est, Piazza Palazzo este flancată de clădiri din sec. XVIII și de **Cattedrale di Cagliari**  (Catedrala din Cagliari; www.duomodicagliari.it; L-V 8:00-12:00, 16:00-20:00, S-D și de sărbători

8:00-13:00, 16:30-20:30). Biserica în stil pisan-roman a fost reconstruită în sec. XVII, iar în 1938 i s-a adăugat o fațadă care imită stilul roman. Interiorul multicolor este în esență baroc, însă păstrează pietre de marmură din biserica originală: amvoanele din sec. XII de pe peretele de la intrare sculptate cu basoreliefuri care ilustrează *Viața lui Hristos*, și, în fața altarului, cei patru lei, fiecare cu prada lui. Cripa elaborată (în care se intră printr-o ușă din spatele leului din partea dreaptă) adăpostește mormintele familiei regale de Savoia. Lângă catedrală, se află Palatul Arhiepiscopului, iar lângă acesta, Palazzo Viceregio, construit de dinastia De Aragon pentru viceregii lor. Astăzi, găzduiește Adunarea provinciei și este ocazional deschis publicului pentru expoziții.



Catedrala din Cagliari

Piese de rezistență

Perioada feniciană, romană și bizantină sunt bine reprezentate la Muzeul Arheologic, însă piesele de rezistență sunt *bronzetti* nuragice, statuete rafinate și amuzante reprezentând oameni și animale care ar arăta bine într-o galerie elegantă de artă modernă.

CITADELLA DEI MUSEI

La capătul nordic al orașului Castello, **Citadella dei Musei** ① (Cetatea Muzeelor) este un centru cultural cu grădini și muzee moderne, care încorporează rămășițele Arsenalului Regal Spaniol. Nu ratați **Museo Archeologico Nazionale** ② (Muzeul Național de Arheologie; www.archeocaor.beniculturali.it; Ma-D 9:00–20:00), care adăpostește comori descoperite în situri arheologice din întreaga insulă. Dispusă pe patru etaje, colecția oferă o imagine de ansamblu a culturilor succesive din neolitic până la începutul perioadei medievale. Etajele superioare sunt aranjate topografic, concentrându-se pe principalele situri nuraghi și romane din provincia Cagliari. Un bilet combinat vă oferă acces la **Pinacoteca Nazionale** (Galeria Națională de Artă; www.pinacoteca.cagliari.beniculturali.it; Ma-D 9:00–20:00) unde, cele mai interesante lucrări sunt iconostasele Quattrocento și Cinquecento, multe de origine catalană.

Având o tematică cu totul diferită, **Museo d'Arte Siamese Stefano Cardu** (Muzeul de Artă Siameză Stefano Cardu; www.museiciviccagliari.it; Ma-D mijl. lui iun.–mijl. lui sept. 10:00–20:00, mijl. lui sept.–mijl. lui iun. 10:00–18:00) are

În capătul pieței, **Torre di San Pancrazio** (Turnul San Pancrazio) a fost construit în cel mai înalt punct al orașului pentru a veghea asupra vaselor care navigau prin Golful Cagliari. Aragonezii l-au folosit ca depozit și loc de cazare pentru oficialii Guvernului, iar în 1600 a fost transformat în închisoare.

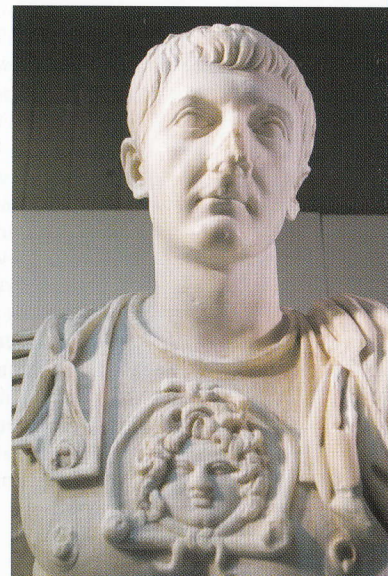
o colecție de porțelan oriental, arme și *objets d'art* prețioase, lăsate moștenire orașului de Stefano Cardu în 1917. Cardu, cel care a construit și Palatul Regal din Bangkok, era originar din Sardinia; a trăit însă în Siam timp de 20 de ani, acumulând o mare avere și colecționând obiecte prețioase.

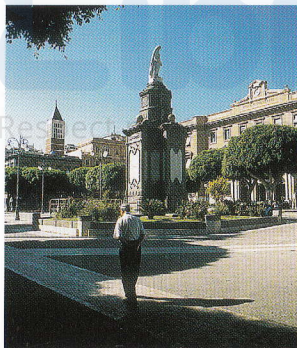
O colecție bizară de modele anatomice de ceară, inclusiv capete și stomacuri tăiate, este expusă în **Museo delle Cere Anatomiche di Clemente Susini** (Muzeul de Modele Anatomice de Ceară Clemente Susini; pacs.unica.it/cere; Ma-D 9:00–13:00 și 16:00–19:00), aproape de intrarea în cetate. Colecția a fost realizată în 1801 la comanda lui Carlo Felice, viceregele Sardiniei.

Împărat roman la Museo Archeologico Nazionale

MARINA ȘI STAMPACE

În orașul de jos, sub Castello, Marina este un cartier animat, cu numeroase magazine și restaurante. Un loc excelent pentru o plimbare sau pentru ceva de băut este **Via Roma**, ale cărei arcade adăpostesc cafenele tradiționale și butikuri elegante. Strada merge în paralel cu portul în care feriboturi uriașe Terrenia vin și pleacă în permanență. Rețeaua de benzi înguste din spate de la Via Roma este plină cu tratorii. Pe Via Sardegna, se află cele mai multe localuri, de la simple cafenele la restaurante





Piazza del Carmine

refinate. Este o zonă plăcută pentru plimbări, cu biserici, mici magazine alimentare și ateliere artizanale. **Piazza Yenne** din nord este inima cartierului Stampace și punctul de pornire al autostrăzii Carlo Felice (SS131), care străbate insula până la Porto Torres în nord. Drumul a fost numit după regele care l-a construit și a cărui statuie se află în piață. Stampace este un cartier cu biserici istorice, dintre care cea mai renumită este **Sant'Efisio** (Ma-D 9:00-12:30, 16:00-20:00) pe Via Sant'Efisio. Sfântul este comemorat în mai, în cadrul unuia dintre cele mai spectaculoase festivaluri din Sardinia (pag. 95).

POETTO

Plaja Poetto lungă de 6 km este un prilej de relaxare după străzile toride din oraș. În capătul sudic, se află o plajă nu foarte liniștită – cu parcuri de distracții, șezlonguri și sporturi de apă – iar calitatea acesteia nu a fost îmbunătățită prin importul de nisip mai închis la culoare. În nord însă, există întinderi mari de nisip alb virgin. Noaptea, cel mai animat local este Marina Piccola de la poalele lui Sella del Diavolo (promontoriul Șaua Dracului), la capătul sudic. O atracție importantă în Poetto este colonia uriașă de păsări flamingo, plus numeroase alte limicole din mlaștinile Molentargius din spatele plajei. Laguna a fost utilizată anterior pentru extracții de sare; numele provine de la Su Molenti, măgarii care transportau sacii cu sare.

VILLASIMIUS

Plajele din Cagliari nu se compară cu frumoasele întinderi de nisip alb din jurul orașului Villasimius aflat în est. În stațiune se ajunge pe un drum șerpuit, aflat pe o coastă muntoasă, care lasă să se întrezărească golfurile cu nisip și pietriș de la poale. Principala stațiune de pe coasta de sud-est, **Villasimius**, a cunoscut o dezvoltare rapidă în ultimii ani, fiind construite multe complexuri de vacanță, hoteluri și vile. Vara, turiștii vin aici pentru nisipurile aurii, apele limpezi și numeroasele baruri, pizzerii și magazine de suveniruri. Unele dintre cele mai bune plaje nu sunt însă marcate. Șoseaua principală se sfârșește lângă farul aflat pe **Capo Carbonara**, locul unde au naufragiat multe vase de-a lungul secolelor. O cărare duce până la far, de unde se vede **Isola dei Cavoli**, o insulă care poate fi vizitată prin excursii cu barca din portul de la Villasimius.

Su Boe

(mască în formă de taur), Villasimius



Su Boe
Antica maschera
Sarda

COSTA REI

Șoseaua SS18 urmează coasta din vestul și nordul orașului Villasimius, oferind priveliști impresionante asupra coastei și asupra micuțelor insule. În drum spre Costa Rei, faceți un popas la minunatele plaje cu nisip alb din Cala Pira și Cala Sinzias (aceasta din urmă are câteva

locuri de campare și se umple în sezonul de vârf). Mai departe în nord, se află Costa Rei, cu întinderi de nisip alb și apă turcoaz. Dezvoltatorii au profitat de porțiunea întinsă de coastă, construind complexuri mari de vile, dar, din fericire, acestea nu se află chiar pe plajă. O fâșie deosebit de frumoasă este Spiaggia Rei Piscina, cu nisip alb întins pe o porțiune largă.

Principalul centru al zonei este **Muravera**, un oraș-piață înconjurat de livezi cu citrice. Dacă vă întoarceți la Cagliari, există un traseu frumos, însă întortocheat, de-a lungul lui SS125, care taie cheile cu pereți de stâncă roșii **Monte dei Sette Fratelli** (Muntele celor Șapte Frați). Munții au o altitudine de 1 023 m și adăpostesc cerbul sard (*cervo sardo*).

SUD-VESTUL INSULEI

La ruinele punice-romane de la Nora și de la Nuraghe Su Nuraxi se ajunge cu ușurință din Cagliari. Alte atracții turistice sunt minele abandonate din Iglesiente, plajele Costa Verde, insulele San Pietro și Sant'Antioco.

Madonna del Naufrago

Chiar lângă Isola dei Cavoli, scafandrii locali au scufundat statuia modernă *Madonna del Naufrago* (Maica Domnului a Naufragiului), cunoscută și ca Madonna dei Fondali (Maica Domnului de pe Fundul Mării), ca atracție turistică. Este scufundată la o adâncime de 10 m. În a doua duminică a lunii iulie, *Festa della Madonna del Naufrago*, o procesiune cu bărci, se îndreaptă spre locul unde se află statuia, pentru a-i comemora pe cei care au pierit în mare.

PULA ȘI NORA

Un traseu lipsit de farmec printre rafinării și zone de exploatare a zăcămintelor de sare vă duce la sud de Cagliari. Multe specii de păsări migratoare trăiesc în mlaștinile Stagno di Santa Gilla. Spre sud, centrul principal este **Pula**, un orașel cu un birou de turism, unde vi se oferă informații utile. Museo



Situl arheologic Nora situat pe promontoriul Capo di Pula

Archeologico Patroni (Ma-D vara 9:00–20:00, iarna 9:00–17:30) are expozate descoperite în situl arheologic din apropiere, **Nora** ② (orar ca și muzeul; bilete combinate; tururi ghidate în italiană). Întemeiat de fenicieni, apoi reconstruit de cartaginezi și romani, orașul se află pe promontoriul Capo di Pula, străjuit de un turn de veghe spaniol din sec. XVI. Săpăturile au scos la iveală ruinele unor construcții precum Templul punic al lui Tanit (zeița fertilității), băi romane cu mozaicuri și un teatru roman impresionant, unde, în iulie, sunt puse în scenă spectacole. Capela Sant'Efisio este biserica de pelerinaj din Cagliari din cadrul Festivalului Sant'Efisio din mai (pag. 95). **Santa Margherita**, la sud-vest de Pula, s-a dezvoltat în anii 1960 ca stațiune de lux. Hoteluri de lux sunt ascunse printre grădini, având acces direct la plajă. Pentru cele mai bune plaje și o linie a coastei mai frumoasă, mergeți la **Chia** ③. Turnul de veghe sarazin aflat pe un deal înalt oferă o priveliște superbă asupra dunelor albe de nisip care se întind spre Capo Spartivento.