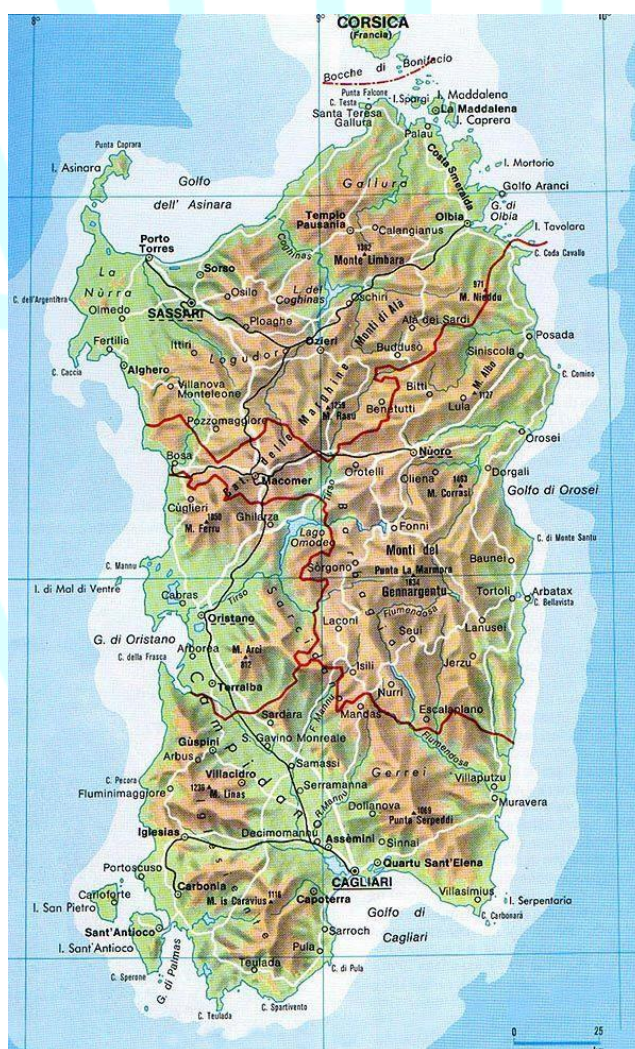






MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos



DESCRIZIONE

Un viaggio navigando in un mare di smeraldo, tra piccole e grandi insenature dalla sabbia bianchissima: questa è la Sardegna, un'isola che stupisce il visitatore per i suoi contrasti naturali, luci e colori, un paese di antichissime tradizioni, immerso in una natura selvaggia e incontaminata.

Situata al centro del Mediterraneo, con un territorio prevalentemente montuoso ma privo di alte vette, la Sardegna regala al visitatore un ambiente naturale unico, nello stesso tempo aspro e dolcissimo. L'uomo, infatti, è in certe zone quasi una rara presenza; vaste superfici sono rimaste magicamente intatte, abitate da cervi, cavalli selvatici e grandi rapaci e sono ricche di piccole zone desertiche, stagni e boschi rigogliosi con alberi anche millenari.

Il mare regna incontrastato con i suoi colori e si insinua nelle calette tortuose, lungo le coste e le spiagge, nelle località più frequentate. La costa Smeralda con la sua perla, **Porto Cervo**, ne è un esempio. Il suo Porto Vecchio è considerato il più attrezzato porto turistico del Mediterraneo. **Porto Rotondo** è una località anch'essa rinomata, che si affaccia sull'ampio Golfo di Cugnana ed è popolata da ville e piazzette incastonate in una magnifica natura.



Chi al mare preferisce la montagna potrà andare alla scoperta della regione del **Gennargentu**, il più vasto complesso montano della Sardegna, con i suoi pittoreschi scenari dove la natura occupa un posto di primo piano. Molto ricca la flora e la fauna con i suoi mufloni, aquile reali, cervi sardi e varie specie ormai sull'orlo dell'estinzione.

Tra le sue meraviglie, la Sardegna offre al visitatore i complessi nuragici sparsi su tutto il territorio, monumenti unici al mondo che testimoniano una cultura antica e ancora in parte misteriosa che va dal XV al VI secolo a C.

I Nuraghi – costruiti con grandi blocchi di pietra – si sviluppavano intorno ad una torre centrale a forma di tronco di cono che trasmette una sensazione di solidità e potenza. Si tratta di siti archeologici dove si possono ancora cogliere i segni di antiche ritualità e di vita domestica dal fascino arcaico. Tra i tanti, il complesso di Barumini in provincia di Medio Campidano è nella lista del patrimonio mondiale UNESCO.



MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

Le province della Sardegna sono: **Cagliari** (capoluogo), **Carbonia-Iglesias**, **Nuoro**, **Olbia-Tempio**, **Oristano**, **Medio Campidano**, **Sassari**, **Ogliastra**.



COSA VEDERE

Non è facile dare una priorità alle incantevoli bellezze che si possono ammirare in Sardegna. Zone come San Teodoro, Santa Teresa di Gallura, Poltu Quatu, Baia Sardinia sono solo alcuni dei luoghi suggestivi che vale la pena di scoprire.

Una delle prime zone da vedere è sicuramente l'**Arcipelago della Maddalena** con le cosiddette "sette sorelle", cioè le isole principali dell'arcipelago. I visitatori potranno navigare lungo le coste del Parco Nazionale della Maddalena con i suoi fondali ricchi di vita per gli amanti delle immersioni.





MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

Caprera, la seconda isola più grande dopo la Maddalena, è ricca di pascoli e pinete ed ospita anche il luogo dove visse Garibaldi, trasformato in una casa-museo immersa nella tipica vegetazione mediterranea e ricca di cimeli che ripercorrono la vita dell'eroe dei due mondi. Sempre sull'isola rimane la sua tomba e quella della sua famiglia.

Navigando da Caprera verso le Bocche di Bonifacio, si rimane colpiti dalla bellezza dell'**isola di Budelli**, disabitata e selvaggia, con la sua incantevole spiaggia Rosa, un capolavoro naturale che deve il suo colore a coralli e conchiglie particolari.

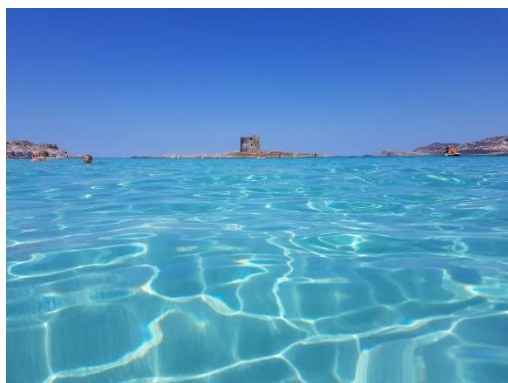


Sempre all'estremo nord-occidentale della costa della Sardegna, di fronte al Parco Naturale dell'isola di Asinara, si estende una tra le mete turistiche più conosciute, **Stintino**, capace di coniugare il fascino del vivace paesino di pescatori con strutture turistiche di altissimo livello. Questo piccolo borgo marinaro, che sembra uscito dal pennello di un pittore con le sue case bianche ed il contrasto tra un mare cristallino e l'azzurro del cielo, offre infinite possibilità di svago dal golf alle escursioni e immersioni, a passeggiate in bici o a cavallo.

Di fronte alla celebre spiaggia La Pelosa, sorge la Torre omonima, struttura aragonese del '500, una delle antiche torri di avvistamento presenti in tutta la Sardegna. Sulla costa centro orientale dell'isola, nel Golfo di Orosei, si estendono spiagge da sogno caratterizzate da sabbie chiare e da una natura selvaggia che il cemento non ha deturpato. Numerose grotte e cale sono la meta di visitatori alla scoperta di immagini e sensazioni incomparabili: Cala Biriola, la Grotta del Bue Marino, Cala Liberotto e Cala Goloritzè sono solo alcuni degli scenari naturali dove il tempo sembra si è fermato.



MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos



La Sardegna sa coniugare mare, natura, tradizioni popolari, misticismo e curiosità. Ne sono esempio le misteriose **tombe dei giganti o le "domus de janas"** (ovvero case delle streghe) presenti nel Sulcis Iglesiente, antiche sepolture scavate nella roccia che costellano la regione. Ma a rendere celebre la Sardegna sono soprattutto i **Nuraghi**, antichissime torri in pietra che costituiscono i monumenti megalitici più grandi e meglio conservati di tutta Europa. Il villaggio nuragico per eccellenza è il sito SU Nuraxi di Barumini, in provincia di Medio Campidano, considerato dall'UNESCO Patrimonio Mondiale dell'Umanità.



A Cagliari, oltre ad ammirare le numerose colonie di fenicotteri nella laguna, vale la pena assistere alle tradizionali feste e sagre che si svolgono durante l'anno tra cui la **festa di S. Efisio**, uno dei più importanti eventi religiosi e folkloristici di tutta la Sardegna.

Risalendo verso Oristano, una sosta obbligata è quella al sito archeologico di epoca romana, **Tharros**, che gode di un panorama a terrazza sul mare di forte suggestione.

COSA FARE

Stintino offre infinite possibilità di svago: **golf, escursioni in barca ed immersioni, rilassanti passeggiate a piedi, in bicicletta o magari a cavallo ed esplorazioni nell'entroterra** per ammirare la tipica vegetazione mediterranea o antichi reperti archeologici come i nuraghi nella vicina Porto Torres.

Il soggiorno in questa località è reso ancora più interessante se si può assistere e partecipare, a fine agosto, alla regata della **Vela Latina**, importante manifestazione internazionale dedicata all'antica velatura che vede giungere, nel mare cristallino di Stintino, centinaia di imbarcazioni tradizionali



MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

provenienti da tutta Italia. La Vela Latina era la tipica velatura mediterranea fin dai tempi delle Repubbliche Marinare.

La Maddalena, con le sue isole ventose ricche di insenatura naturali e di caratteristici approdi, è una meta ideale per **vacanze in barca a vela**. Ma non solo: la zona è indicata anche per le escursioni a cavallo e per i percorsi in mountain bike, un modo alternativo per vivere le spiagge al tramonto e per godere di panorami granitici e di scenari naturalistici.



Vale la pena effettuare un'escursione nel **Parco Nazionale dell'Asinara** sull'omonima isola, considerata come una delle più suggestive di tutto il Mediterraneo, tra le colonie di asinelli bianchi che lì vivono ancora allo stato brado. Svariate sono le attività che si possono svolgere, nel rispetto delle norme del parco: trekking lungo itinerari tematici, bicicletta, passeggiate equestre con cavalli nati e cresciuti sull'isola, escursioni in barca a vela, immersioni guidate e visite con il trenino gommato che consente di ammirare i paesaggi che si incontrano sostando nei punti più suggestivi.

Nel **Gennargentu**, un vasto territorio montuoso di particolare bellezza, è possibile compiere diverse attività tra cui il trekking, escursioni in zone archeologiche e sci fra i rilievi di Bruncu Spina - una delle vette più elevate con i suoi 1829 mt. - e Monte Spada, in cui sono presenti impianti sciistici e strutture di ristoro.

COSA ASSAGGIARE

La cucina sarda soddisfa i palati più esigenti con il suo gusto semplice e ricco di ingredienti naturali. L'ingrediente principale è il grano, lavorato nel suo prodotto più conosciuto, il **pane carasau**, ma anche come base per i famosi **malloreddus**, **culurgiones** e **la fregola**.

Non si può andar via dall'isola senza aver assaggiato il gustoso **porceddu**, maialetto da latte cotto alla brace e servito su vassoi di sughero cosparsi di rami di mirto.

Chi ama i sapori del mare non potrà fare a meno di provare l'aragosta algherese, la bottarga di Cabras e il tonno di Carloforte. Altra prelibatezza per i piatti a base di pesce sono la zuppa di arselle e gli spaghetti ai ricci di mare.



MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

Anche salumi e formaggi sono prodotti locali della cucina locale più saporita, tra i quali il più famoso è sicuramente il **pecorino sardo**.

E per accompagnare le saporite pietanze sarde, il territorio propone vini di ottima qualità come il Vermentino di Gallura o Cannonau. Ottimo anche il **liquore di mirto**.



LA LINGUA

In Sardegna non esiste una lingua sarda unitaria. Esistono due varietà principali o dialetti. Da una parte il logudorese parlato nella zona centrosettentrionale – ‘cantato’ dal noto gruppo musicale dei Tazenda. Dall'altra parte, il campidanese, diffuso nell'area meridionale, distinto in otto subvarietà. Inoltre, ci sono le varietà minori, come il gallurese e il sassarese, e le lingue non appartenenti al gruppo sardo: il catalano di Alghero, il tabarchino di Carloforte e il veneto dell'area arborense.

Un aspetto fondamentale della lingua sarda è il fatto che tutte le sue varietà presentino delle notevoli differenze. Ciò fa sì, ad esempio, che un campidanese abbia grosse difficoltà a capire un parlante logudorese e viceversa. Ma allora la comunicazione fra i vari gruppi come avviene?

A prescindere dal fatto che i vari dialetti presentino comunque degli aspetti in comune, il veicolo linguistico di tutti gli isolani è **l'italiano regionale sardo**. Si tratta di una varietà comune a tutti, caratterizzato da specifiche forme che ‘colorano’ regionalmente l'italiano standard. Anche l'italiano regionale sardo comunque è diverso per intonazione e fonetica. Ciò permette di capire la provenienza geografica o la condizione culturale, ad esempio, di chi sta di fronte.



MIAMIGAITALIANA
Italiano para Latinos

In generale, oggi, l'uso della lingua sarda, nei suoi diversi dialetti, è profondamente limitato. Tuttavia la legge 26, alla fine degli anni Novanta, ha introdotto il bilinguismo nell'Isola per cui, le scuole qui se vogliono, possono insegnare il sardo, o almeno una delle varietà.

Indubbiamente i migliori custodi della lingua sarda sono gli anziani. Quando si interagisce con qualcuno è bene prestare attenzione al suo italiano, decisamente diverso da quello a cui si è abituati, se non si è del posto. Ad esempio, l'interazione più conosciuta *"ajò"*, non è una formula di saluto, bensì un'espressione imperativa traducibile come *"dai; su; via"*. Se un sardo dice *"sto scrivendo un libro"*, non significa che l'azione si stia necessariamente compiendo in quel momento, ma può benissimo esprimere una routine. E ancora, l'espressione *"non fa"* significa *"non è possibile"*. *"Un paio"* indica un numero ben maggiore di due (*"un paio di giorni"* = un numero imprecisato di giorni, non due come in italiano).



DESCRIPCIÓN

Un viaje navegando en un mar de esmeralda, entre pequeñas y grandes ensenadas de arena blanquísima: esta es Cerdeña, una isla que asombra al visitante por sus contrastes naturales, luces y colores, un país de antiquísimas tradiciones, inmerso en una naturaleza salvaje y virgen.

Situada en el centro del Mediterráneo, con un territorio predominantemente montañoso pero sin alturas altas, Cerdeña ofrece al visitante un ambiente natural único, al mismo tiempo áspero y dulcísimo. El hombre, en efecto, es en algunas zonas casi una rara presencia; vastas superficies han quedado mágicamente intactas, habitadas por ciervos, caballos salvajes y grandes rapaces y son ricas de pequeñas zonas desérticas, estanques y bosques exuberantes con árboles incluso milenarios.

El mar reina con sus colores y se arrastra en las caletas tortuosas, a lo largo de las costas y las playas, en las localidades más frecuentadas. La costa esmeralda con su perla, **Porto Cervo**, es un ejemplo. Su Porto Vecchio se considera el puerto deportivo más equipado del Mediterráneo. **Porto Rotondo** es una localidad también conocida, que se asoma al amplio Golfo de Cugnana y es poblada por villas y plazas engastadas en una magnífica naturaleza.

Quien prefiera la montaña podrá descubrir la región de **Gennargentu**, el mayor complejo montañoso de Cerdeña, con sus pintorescos escenarios donde la naturaleza ocupa un lugar de primer plano. Muy rica la flora y la fauna con sus muflones, águilas reales, ciervos sardos y varias especies ya al borde de la extinción.

Entre sus maravillas, Cerdeña ofrece al visitante los complejos nurágicos esparcidos por todo el territorio, monumentos únicos del mundo que testimonian una cultura antigua y aún en parte misteriosa que va del siglo XV al VI a C.

Los Nuraghi - contruidos con grandes bloques de piedra - se desarrollaban alrededor de una torre central en forma de tronco de cono que transmite una sensación de solidez y potencia. Se trata de sitios arqueológicos donde todavía se pueden captar los signos de antiguas rituales y la vida doméstica de encanto arcaico. Entre los muchos, el complejo de Barumini en la provincia de Medio Campidano está en la lista del Patrimonio Mundial de la UNESCO.

Las provincias de Cerdeña son: **Cagliari** (capital), **Carbonia-Iglesias**, **Nuoro**, **Olbia-Tempio**, **Oristano**, **Medio Campidano**, **Sassari**, **Ogliastra**.

QUÉ VER

No es fácil dar prioridad a las encantadoras bellezas que se pueden admirar en Cerdeña. Zonas como San Teodoro, Santa Teresa de Gallura, Poltu Quatu, Baia Sardinia son sólo algunos de los lugares sugestivos que vale la pena descubrir.

Una de las primeras zonas a ver es seguramente el **Archipiélago de la Magdalena** con las llamadas "siete hermanas", es decir, las islas principales del archipiélago. Los visitantes podrán navegar a lo largo de las costas del Parque Nacional de la Magdalena con sus fondos ricos en vida para los amantes del buceo.

Caprera, la segunda isla más grande después de la Magdalena es rica en pastos y pinares y alberga también el lugar donde vivió Garibaldi, transformado en una casa-museo inmersa en la típica vegetación mediterránea y rica en reliquias que recorren la vida del héroe de los dos mundos. Siempre en la isla queda su tumba y la de su familia.

Navegando desde Caprera hacia las Bocas de Bonifacio, queda impresionado por la belleza de la **isla de Budelli**, deshabitada y salvaje, con su encantadora playa Rosa, una obra maestra natural que debe su color a corales y conchas particulares.

También en el extremo noroeste de la costa de Cerdeña, frente al Parque Natural de la isla de Asinara, se extiende uno de los destinos turísticos más conocidos, **Stintino**, capaz de conjugar el encanto del animado pueblo de pescadores con estructuras turísticas de altísimo nivel. Este pequeño pueblo marino, que parece salido del pincel de un pintor con sus casas blancas y el contraste entre un mar cristalino y el azul del cielo, ofrece infinitas posibilidades de ocio, desde golf hasta excursiones y buceo, a paseos en bicicleta o a caballo.

Frente a la famosa playa La Pelosa, surge la Torre homónima, estructura aragonesa del siglo XVI, una de las antiguas torres de avistamiento presentes en toda Cerdeña. En la costa centro oriental de la isla, en el Golfo de Orosei, se extienden playas de ensueño caracterizadas por arenas claras y por una naturaleza salvaje que el cemento no ha desfigurado. Numerosas cuevas y calas son la *mèta* de visitantes al descubrimiento de imágenes y sensaciones incomparables: Cala Biriola, la Gruta del Bue Marino, Cala Liberotto y Cala Goloritzè son sólo algunos de los escenarios naturales donde el tiempo parece haberse detenido.

Cerdeña sabe conjugar mar, naturaleza, tradiciones populares, misticismo y curiosidad. Son ejemplo de ello las misteriosas **tumbas de los gigantes o las "domus de janas"** (es decir, casas de brujas) presentes en el Sulcis Iglesiente, antiguas sepulturas excavadas en la roca que salpica la región. Pero lo que hace famosa a Cerdeña son sobre todo **los Nuraghi**, antiguísimas torres de piedra que constituyen los monumentos megalíticos más grandes y mejor conservados de toda Europa. El pueblo nurágico por excelencia es el sitio SU Nuraxi de Barumini, en la provincia de Medio Campidano, considerado por la UNESCO Patrimonio Mundial de la Humanidad.

En Cagliari, además de admirar las numerosas colonias de flamencos en la laguna, vale la pena asistir a las tradicionales fiestas y festivales que se celebran durante el año, entre los que se encuentra **la fiesta de S. Efisio**, uno de los eventos religiosos y folklóricos más importantes de toda Cerdeña.

Remontando hacia Oristano, una parada obligada es la del sitio arqueológico de época romana, **Tharros**, que goza de un panorama a terraza sobre el mar de fuerte sugestión.

QUÉ HACER

Stintino ofrece infinitas posibilidades de ocio: **golf, excursiones en barco y buceo, relajantes paseos a pie, en bicicleta o quizás a caballo y exploraciones en el interior** para admirar la típica vegetación mediterránea o antiguos hallazgos arqueológicos como los nuragos en la cercana Porto Torres.

La estancia en esta localidad es aún más interesante si se puede asistir y participar, a finales de agosto, en la regata de la **Vela Latina**, importante manifestación internacional dedicada a la antigua veladura que ve llegar, en el mar cristalino de Stintino, cientos de barcos tradicionales de toda Italia. La Vela Latina era la típica veladura mediterránea desde la época de las Repúblicas Marineras.

La Maddalena, con sus islas ventosas ricas en ensenadas naturales y de característicos desembarcos, es un destino ideal para vacaciones en **barco de vela**. Pero no sólo eso: la zona también está indicada para las excursiones a caballo y para los recorridos en mountain bike, una manera alternativa para vivir las playas al atardecer y para disfrutar de panoramas graníticos y de escenarios naturalistas.

Vale la pena hacer una excursión por el **Parque Nacional de Asinara** en la isla homónima, considerada como una de las más sugestivas de todo el Mediterráneo, entre las colonias de burros blancos que allí viven aún en estado salvaje. Son varias las actividades que se pueden realizar, respetando las normas del parque: senderismo a lo largo de itinerarios temáticos, bicicleta, paseos ecuestres con caballos nacidos y criados en la isla, excursiones en barco de vela, inmersiones guiadas y visitas con el tren de goma que permite admirar los paisajes que se encuentran parando en los lugares más sugestivos.

En el **Gennargentu**, un vasto territorio montañoso de particular belleza, es posible realizar varias actividades entre las cuales el trekking, excursiones en zonas arqueológicas y esquí entre los relieves de Bruncu Spina - una de las cumbres más elevadas con sus 1829 mt. - Monte Spada, en el que hay instalaciones de esquí y de restauración.

QUÉ PROBAR

La cocina sarda satisface los paladares más exigentes con su gusto simple y rico en ingredientes naturales. El ingrediente principal es el trigo, trabajado en su producto más conocido, el **pan carasau**, pero también como base para los famosos **malloreddus, culurgiones y la fregola**.

No se puede salir de la isla sin haber probado el sabroso **porceddu**, lechón cocido a la brasa y servido en bandejas de corcho con ramas de mirto. Quien ama los sabores del mar no podrá dejar de probar la langosta de Alghero, el bottarga de Cabras y el atún de Carloforte. La sopa de arselle y los espaguetis con erizos de mar son otros manjares para los platos de pescado.

También embutidos y quesos son productos **locales** de la cocina local más sabrosa, entre los cuales el más famoso es seguramente el **pecorino sardo**.

Y para acompañar los sabrosos platos sardos, el territorio propone vinos de excelente calidad como el Vermentino di Gallura o Cannonau. Excelente también el **licor de mirto**.

EL IDIOMA

En Cerdeña no existe una lengua sarda unitaria. Existen dos variedades principales o dialectos.

Por una parte, el logudorese hablado en la zona centro norte - 'cantado' por el famoso grupo musical de los Tazenda. Por otro lado, el campidanese, extendido por el sur, se distingue en ocho subvariedades. Además, están las variedades menores, como el gallurese y el sassarese, y las lenguas no pertenecientes al grupo sardo: el catalán de Alghero, el tabarchino de Carloforte y el veneto del área arborense.

Un aspecto fundamental de la lengua sarda es el hecho de que todas sus variedades presentan grandes diferencias. Esto hace que, por ejemplo, un campidanese tenga grandes dificultades para entender a un hablante logudorese y viceversa. Pero entonces, ¿cómo se comunica entre los diferentes grupos?

Independientemente del hecho de que los diferentes dialectos presenten de todos modos aspectos en común, el vehículo lingüístico de todos los isleños es el **italiano regional sardo**. Se trata de una variedad común a todos, caracterizada por formas específicas que 'colorean' regionalmente el italiano estándar. También el italiano regional sardo es diferente por entonación y fonética. Esto permite comprender la procedencia geográfica o la condición cultural, por ejemplo, de quien está enfrente.

En general, hoy en día, el uso de la lengua sarda, en sus diferentes dialectos, es profundamente limitado. Sin embargo, la ley 26, a finales de los años noventa, introdujo el bilingüismo en la isla, por lo que las escuelas aquí si quieren pueden enseñar sardo, o al menos una de las variedades.

Sin duda los mejores custodios de la lengua sarda son los ancianos. Cuando se interactúa con alguien es bueno prestar atención a su italiano, decididamente diferente de lo que está acostumbrado, si no eres local. Por ejemplo, la interacción más conocida "ajò", no es una fórmula de saludo, sino una expresión imperativa traducible como "dale, vamos". Si un sardo dice "estoy escribiendo un libro", no significa que la acción se esté realizando necesariamente en ese momento, sino puede expresar una rutina. Y otra vez, la expresión "non fa" [*no hace*] significa "no es posible". "Un paio" [*un par*] indica un número mucho mayor que dos ("un paio di giorni" = un número indeterminado de días, no dos como en italiano).