

Un'immersione nell'italiano  
lingua, natura, gastronomia, cultura...

**1° giorno: Venerdì**

Arrivo a Triei e **cena di benvenuto** alle ore 20:00. I partecipanti verranno ricevuti nella nostra sede dove si presenterà il programma della vacanza studio, si farà conoscere la scuola e poi verranno accompagnati nei loro alloggi. Alle ore 20:00 verrà offerto un aperitivo e la cena di benvenuto a base di piatti tipici sardi.

Per otto giorni dei dieci di Vacanza Studio la mattina sarà dedicata al corso d'italiano in aula. Le lezioni inizieranno alle 9 e si concluderanno alle 13. A metà mattina verrà fatta una pausa e verrà offerta una buonissima **colazione italiana** durante la quale gli alunni potranno scegliere tra caffè, tè, caffè-latte, latte e dei dolci preparati da noi. La pausa colazione è un momento in cui, oltre a riposarsi, si chiacchiera in italiano e ci si conosce meglio.

Al termine della lezione l'immersione nella lingua e cultura italiana continua durante la **pausa pranzo**. Infatti tutti i giorni pranziamo insieme o in una casa sarda o nel ristorante del paese dove degusteremo gli ottimi piatti della cucina sarda. La pausa pranzo è un'ottima occasione per praticare l'italiano e per scoprire la cucina sarda preparata da sardi.

**2° giorno: Sabato**

**9:00/13:00:** lezione con pausa colazione di 20 minuti. Essendo il primo giorno di corso si farà una presentazione del metodo di insegnamento e dell'organizzazione delle lezioni. Alle 11 si farà la pausa colazione e poi si continuerà con le lezioni.

**13:15/14:15 Pausa Pranzo.**

**15:00/18:30:** il pomeriggio inizierà con qualche ora di relax nella splendida spiaggia di Santa Maria Navarrese. Il resto verrà dedicato alla visita del paese di **Santa Maria Navarrese** dove i partecipanti verranno accompagnati da uno dei nostri professori in una gradevole passeggiata durante la quale si visiterà la bellissima **Chiesetta Romanica** che secondo la leggenda è stata costruita da Isabella, una figlia del re di Navarra, dopo un naufragio conclusosi fortunatamente sulla costa. Nei pressi della chiesa si visiteranno gli **Olivastri Millenari**, un antico forno per il pane e la **Torre Saracena** di Santa Maria Navarrese posta a dominio della bellissima spiaggia.

**3° giorno: Domenica**

**9:00/13:00:** lezione con pausa colazione di 20 minuti.

**13:15/14:15:** Pausa Pranzo.

**15:00/18:00:** il secondo giorno lo trascorreremo a Triei ([www.triei.info](http://www.triei.info)), dove visiteremo i bellissimi **Murales** ([www.muralesinsardegna.net/?act=show\\_gallery&g=207](http://www.muralesinsardegna.net/?act=show_gallery&g=207)), frutto di un programma culturale che da alcuni anni si svolge a maggio nel nostro paese; la **Chiesa di San Cosma e Damiano** dove si potranno ammirare gli **Affreschi** risalenti al XVIII secolo attribuiti alla bottega degli Are di Nuoro (<http://www.portalesardegna.com/are/index.php>) e dei siti archeologici, il complesso nuragico **Bau Nuraxi** che si trova sulla sponda destra del Rio Murta e una delle **Tombe dei giganti** più importanti della Sardegna, edificata sull'altopiano di Osono in un leggero pendio. L'attività si conclude con una degustazione di buonissimi prodotti della ricca tradizione culinaria sarda e del vino cannonau ogliastrino.

**4° giorno: Lunedì**

**9:00/13:00:** lezione con pausa colazione di 20 minuti.

**13:15/14:15:** Pausa Pranzo.

**15:00/18:30:** il pomeriggio verrà dedicato ad un primo assaggio della splendida costa di Baunei e all'impressionante altopiano di Golgo che domina su tutta l'Ogliastra e da dove si può ammirare un paesaggio mozzafiato. Partiremo da Triei alle 15 e andremo prima alla **cala di Pedra Longa** dove ci godremo un pezzo di costa selvaggia, incontaminata e un'acqua cristallina da lasciare a bocca aperta. Dopo esserci concessi un fantastico momento di relax nella bellissima terrazza del bar di Pedra Longa ci recheremo verso la montagna. Faremo una bella passeggiata sull'**altopiano di Golgo** dove visiteremo la **Chiesa di San Pietro** e la **Voragine**. Golgo ci permetterà di stare a contatto con una natura selvaggia e incontaminata, un paesaggio che continua ad essere molto ben conservato grazie ai cittadini di Baunei. Saremo circondati dai famosi asinelli, maialini e capre che pascolano beatamente nell'altopiano, un vero zoo naturale a cielo aperto.

**5° giorno: Martedì**

**9:00/18:30:** oramai siamo a metà viaggio per cui ci concediamo una pausa dai libri e ci addentriamo verso l'interno dell'**Ogliastra!** Da Triei andremo in montagna e dopo 30 km ci ritroveremo nel bellissimo bosco di **Santa Barbara**, a

due passi da Villagrande. Qui faremo una breve sosta per goderci lo splendido paesaggio e per assaporare la buonissima acqua delle tante sorgenti naturali presenti nel bosco. Il nostro viaggio continuerà attraverso il bosco di **Selene** e dopo alcuni chilometri ci ritroveremo davanti agli spettacolari **Tacchi di Osini e Ulassai** così chiamati per la loro conformazione tipica simile ad un tacco di scarpa. Prima di avvicinarci ai Tacchi faremo una breve sosta nel "Paese fantasma", ossia **Gairo Vecchio**. Entreremo nel "disabitato" paese abbandonato nei primi anni '50 del '900, in seguito ad una catastrofe naturale, dove il tempo si è letteralmente fermato e costituisce con il silenzio del suo passato, un'attrattiva turistica irresistibile. Un borgo che guarda all'immenso altopiano dei Tacchi. Dopo un bella passeggiata per Gairo Vecchio continueremo verso Osini che ci offrirà i suoi Tacchi dove potremo goderci la **Scala di San Giorgio**, un'area naturale protetta istituita nel 1994 dalla regione Sardegna. Da qui la vista può spaziare sul vasto scenario del Rio Pardu, dove si scorgono pascoli, boschi e macchie, coltivi, piccoli borghi e, all'orizzonte, anche il mare. È arrivato il momento di addentrarci per i Tacchi: seguiremo le indicazioni di una strada sterrata e ci recheremo verso il **Nuraghe Serbissi**, un complesso nuragico collocato a quota 963 m. s.l.m., sull'altopiano di Taccu, e una delle cui particolarità è di essere stato costruito sopra una grande grotta. Qui si conclude l'avventura sui tacchi. Scenderemo verso **Ulassai** nella cui zona periferica, su un isolato e vasto pianoro che si affaccia a strapiombo sulla valle, si trovano i tre edifici della vecchia Stazione ferroviaria, restaurati dopo una cinquantina d'anni di abbandono. In questi locali è ubicato il museo, inaugurato l'8 luglio 2006, chiamato **Stazione dell'Arte** ([www.stazione dellarte.it](http://www.stazione dellarte.it)), che espone una selezione delle opere donate al paese dalla sua figlia più illustre **Maria Lai**. Il museo è unico nel suo genere, in quanto possiede la più ampia collezione, un centinaio di opere, di una delle più grandi artiste contemporanee, realizzate con tecniche e materiali diversi come terrecotte, telai, ceramiche, tele e libri cuciti. Il museo si propone non solo come luogo di esposizione, ma come luogo che dal chiuso delle sue stanze si apre all'esterno, dilatandosi nel paese e nel paesaggio, verso i suoi abitanti.

Si conclude qui una splendida giornata trascorsa in una delle più belle zone dell'Ogliastra.

#### **6° giorno: Mercoledì.**

**9:00/13:00:** lezione con pausa colazione di 20 minuti.

**13:15/14:15:** Pausa Pranzo.

**15:00/19:00:** inizieremo il pomeriggio nella famosa ed incantevole spiaggia di **Orrì** che si caratterizza per le sue numerose insenature che finiscono in deliziose spiaggette deserte. Orrì è probabilmente una delle più belle e pulite spiagge della Sardegna, con una sabbia bianca e finissima e con un'acqua dal fondale basso per circa trecento metri dalla riva e un colore celeste chiarissimo. Dopo qualche ora di relax in spiaggia il pomeriggio continuerà lungo la costa di **Arbatax** dove scopriremo le famose **Rocce Rosse**, le bellissime scogliere di porfido rosso che emergono direttamente dal mare. Vedremo poi la **torre saracena di San Gemiliano** da dove ammireremo l'intero golfo di Arbatax. Concluderemo con una passeggiata nel centro di **Tortolì**, dove si potrà degustare uno dei migliori gelati artigianali della zona e fare delle compere nei negozi del paese.

#### **7° giorno: Giovedì.**

**9:00/13:00:** lezione con pausa colazione di 20 minuti.

**13:15/14:15:** Pausa Pranzo.

**15:00/17:30:** l'archeologia caratterizzerà il nostro pomeriggio. Visiteremo le "**Domus de Janas**" di Lotzorai, delle strutture sepolcrali costituite da tombe scavate nella roccia e dalle forme più svariate. Un vero capolavoro che secondo gli archeologi è stato costruito tra il IV ed il III millennio a.C. Si tratta di un luogo dotato di qualcosa di magico.

**19:00/22:00:** lo splendido pomeriggio si concluderà con una **serata gastronomica** durante la quale, in compagnia di persone del paese esperte di cucina tradizionale, si farà la pasta fresca tipica sarda "**is culurgiones**", una prelibatezza della cucina sarda, che degusteremo durante la cena finale.

#### **8° giorno: Venerdì.**

**9:00/13:00:** lezione con pausa colazione di 20 minuti.

**13:15/14:15:** Pausa Pranzo.

**15:00/19:00 :** dopo aver visitato la costa nord-orientale dell'Ogliastra, faremo una piacevole escursione nella costa tra Cardedu, Gairo e Tertenia di alto interesse paesaggistico sia per l'aspetto selvaggio, sia per la tranquillità, garantita dalle grandi dimensioni e dalla relativa distanza rispetto ai centri turistici più importanti. Qui passeremo per la spiaggia di **Coccorrocci**, le cui "dune" sono formate da una vasta distesa di ciottoli porfirici di colore prevalentemente scuro, ma che varia dal rosa al grigio al verdastro, e che hanno origine da rocce vulcaniche. Si tratta della più grande spiaggia ciottolosa della Sardegna. Ci rilasseremo poi nella meravigliosa "**Cala e Luas**", formata da un candido arenile circondato da splendidi roccioni di porfido rosa. Lo spettacolo è assicurato in quest'angolo di costa dominato dal monte **Ferru** che incombe sulla costa con rocce e fitte foreste. Sembra di stare su una spiaggia di un'isola deserta.

### **9° giorno: Sabato**

**9:00/18:30:** escursione di un'intera giornata a **Cala Sisine**. Dedicheremo la giornata ad una delle cale più belle del golfo di Orosei. Si tratta di una lunga costa, con scogliere alte fino a 500 metri, con ampie e profonde grotte marine. Cala Sisine è una spiaggia che si impregna di quello spirito selvaggio e roccioso, duro ma affascinante che è proprio della zona, amata dai turisti sardi, inseguita e desiderata dagli stranieri. È una piccola perla incastonata nell'ormai famoso golfo di Orosei ed è raggiungibile dal mare attraverso l'impiego di imbarcazioni private e a piedi, con maggiore difficoltà, seguendo i percorsi di trekking segnati dal comune di Baunei. Ammireremo le meravigliose e spettacolari falesie della Serra Ovra che superano i 500 metri d'altezza e scendono ripidissime a picco sul mare, come cascate rocciose. Inoltre il paesaggio è arricchito da una bella foresta che si affaccia impavida sul mare cristallino, che primeggia in bellezza con il cielo limpido. L'arenile della spiaggia è composto da chicchi calcarei grossi, candidi come neve e levigati dal tempo, dal mare e dal vento. I fondali, riprendono i tratti aspri della spiaggia e non deludono, ricchi come sono di flora e fauna. Cala Sisine ci regalerà una giornata davvero indimenticabile.

### **ATTIVITÀ ALTERNATIVE:**

- Escursione a piedi dall'altopiano di Golgo a **Cala Goloritzè**.
- Escursione a piedi da Santa Maria Navarrese a **Pedra Longa**.
- Gita nel Sarcidano dove si può visitare il complesso nuragico di **Orroli** (<http://www.ilportalesardo.it/arceo/nuorroli1.htm>) e i suoi laghi.
- Giornata enogastronomica: visita alle **Cantine di Jerzu** e **Cardedu** e al **Caseificio di Tertenia** ([www.jerzuantichipoderi.it](http://www.jerzuantichipoderi.it)).
- **Seminari** di cucina sarda.
- Visita al **Parco Deleddiano** nel Borgo Letterario di Galtelli ([www.parcograziadeleddagaltelli.it](http://www.parcograziadeleddagaltelli.it)).
- Gita a Nuoro dove si può visitare la **casa di Grazia Deledda** ([http://www.comune.nuoro.it/index.php/Per\\_il\\_Turista/Musei/27/Informazioni\\_generali.htm](http://www.comune.nuoro.it/index.php/Per_il_Turista/Musei/27/Informazioni_generali.htm)), il **Museo Etnografico** e il **Man** (Museo di Arte Contemporanea, <http://www.museoman.it>).
- Visita al Complesso Archeologico di San Salvatore di Tortolì.

### **Note:**

- Nelle ore libere i partecipanti alla Vacanza Studio potranno dedicarsi allo sport usando gratuitamente delle attrezzature sportive della scuola fuori dall'orario del corso.