VIAJANDO PELA ITÁLIA

seu guia definitivo

ANA PATRICIA DA SILVA
Viajando para a Itália

APRESENTAÇÃO

Este guia inédito foi pensado para pessoas que desejam conhecer a Itália de uma maneira mais íntima, detalhada e personalizada. Existem milhares de guias e e-books que falam da Itália, mas este te surpreenderá! Primeiro porque ele foi escrito especialmente para os brasileiros; segundo, porque com este livro você poderá viver uma **experiência verdadeiramente única** no 'País da Bota'.

Falaremos sobre documentação, segurança e saúde, diferenças culturais, meios de comunicação, transporte, como escolher lembranças de suas viagens, como encontrar seus antepassados na Itália e muito mais, além de dar a você todas as dicas dos melhores lugares nas principais cidades italianas: onde comer, o que visitar, como se locomover...

É um guia completíssimo, que facilitará muito sua viagem e ajudará a passar férias realmente inesquecíveis, aproveitando a Itália ao máximo.

Vamos começar nossa jornada?

ÍNDICE

1. Documentos indispensáveis para viajar para a Itália e alguns conselhos práticos para curtir uma viagem serena 04

2. As estações do ano italianas. Qual período escolher para organizar uma viagem à Itália? 05

3. 10 conselhos gerais para viajar na Itália 08

4. Quais são os principais erros que você não pode cometer durante o planejamento da sua viagem para a Itália? 10

5. A segurança na Itália: conselhos para uma viagem tranqüila. Foi roubado? O que fazer? 12

6. A saúde: conselhos do que fazer em caso de problemas de saúde 13

7. Como se comportar na Itália? 15

8. Quais são as diferenças culturais na Itália? 16

9. Como se comunicar na Itália? Como ligar para o Brasil? 18

10. Quanto eu vou gastar durante uma viagem pela Itália? 19

11. Como economizar com a alimentação durante a sua viagem na Itália? 21

12. Como economizar com transportes na Itália? (bonde, ônibus, taxi, balsas e trens). Decidir qual o meio de transporte usar para a sua viagem: trem ou o carro alugado? Quais são as vantagens e desvantagens? 23

13. Dirigindo na Itália: alguns conselhos. O que são as ZTL? Quais são as principais sinalizações? 27

14. Conselhos para a sua viagem na Itália. Quais cidades visitar em 3, 5, 7, 10 e 15 dias? 29

15. Visite a Roma antiga com seus monumentos. Mais de 2000 anos de história em três itinerários de três dias 34

16. Se o que você está procurando são história e arte, o itinerário certo para você é este. Os museus imperdíveis em Roma e mais 37

17. Como conhecer Roma com a Família: o que fazer com as crianças? 39

18. O que fazer em Florença em dois dias? 41

19. O que fazer em Veneza em dois dias? 43

20. Conhecendo a Itália Insólita. Itinerário de dez dias passando pela Calábria e pela Apúlia (Puglia) 45

21. 10 Fotos para tirar quando você for para a Itália 49

22. Onde é mais provável ver uma celebridade? Os cinco lugares mais visitados pelas estrelas do cinema mundial 52

23. Os lugares mais românticos e sugestivos da Itália, para uma viagem que levará sempre com você 54

ÍNDICE

24. As melhores lembranças para levar para casa 57

25. Os cinco melhores restaurantes para comer em Nápoles, Milão, Roma, Veneza e Florença por faixa de preço. (Econômico e luxo) 60

26. Restaurantes veganos nas principais cidades (Roma, Florença, Nápoles, Veneza e Milão) 66

27. Restaurante para celiacos nas principais cidades (Roma, Florença, Nápoles, Veneza e Milão) 69

28. As melhores comidas italianas para comer rápido na estrada ou em pequenos locais conhecidos apenas por verdadeiros italianos 73

29. Seus antepassados são italianos e você quer conhecer sua cidade de origem? Há aqueles que podem ajudá-lo a fazer a pesquisa e realizar, em sua viagem, uma pequena visita 75

30. Conclusão 77

31. Quem sou? 78

DOCUMENTOS INDISPENSÁVEIS PARA VIAJAR PARA A ITÁLIA E ALGUNS CONSELHOS PRÁTICOS PARA CURTIR UMA VIAGEM SERENA

1

Viajar é algo que sempre faz a vida de qualquer um mais agradável. Viajar não é somente se deslocar temporariamente para um lugar diferente daquele onde se vive; é imergir em outra vida, é saborear outro conhecimento, é dar parte de você às pessoas que encontramos pelo caminho – e vice-versa.

A arte da viagem é conhecida e renomada por séculos. É adorada e venerada por escritores, poetas, filósofos e políticos. Todos reconhecem o seu valor e o seu fascínio. Como disse Santo Agostinho, "a viagem é como um livro. Quem não viaja lê somente uma página". Poucos destinos de viagem têm uma variedade cultural e turística tão grande a oferecer como a **Itália**, capaz de satisfazer as maiores exigências, e são poucos os visitantes que deixam o país sem uma forte vontade de voltar.

Os turistas podem visitar ruínas romanas, admirar obras de arte renascentista, permanecer em pequenas cidades medievais situadas no topo das colinas, esquiar nos Alpes, explorar os canais de Veneza e ver mais igrejas do que você pode imaginar. Porém, quando se viaja para um país estrangeiro, seja a Itália ou qualquer outro, é necessário conhecer quais são os documentos indispensáveis para garantir uma viagem serena e sem dores de cabeça.

Quando se viaja, é preciso estar atento para não esquecer determinados documentos, como as passagens aéreas, o *voucher* do hotel, eventuais documentos em relação ao veiculo e à permissão para dirigir (CNH e PID [permissão internacional para dirigir], sendo que ambos os documentos precisam ser traduzidos por tradutores juramentados)... além destes, é preciso também estar atento a documentos adicionais. Vejamos a seguir quais são eles.

Quais documentos eu preciso para entrar na Itália?

Visto: Turistas brasileiros são **isentos** de visto de entrada, podendo permanecer por até 90 dias no país.

A seguir, apresentamos os principais requisitos para ingressar na Itália:

- Passaporte válido, com mínimo de três meses até vencer;
- Seguro Schengen de Viagem obrigatório;
- Recursos financeiros que possam garantir o seu sustento durante sua estadia (aproximadamente 60 euros por dia). Faça um comprovante do dinheiro que você tem no teu cartão ou que você pode gastar;
- Reserva do hotel onde ficará hospedado ou a carta convite assinada por um cidadão italiano ou residente;
- Passagem área de retorno para o Brasil.

IMPORTANTE: Não me responsabilizo por eventuais mudanças na tipologia de documentação para entrar na Itália! Lembre sempre de consultar o Consulado para verificar se existem novas atualizações.

DICA: A **permissão internacional para dirigir** (PID) é um documento que você também precisa levar. Te lembro que, se for querer dirigir, é obrigatória a carteira de motorista internacional; muitas vezes a locadora não pede, mas se a policia te parar é multa certa, além de uma possível apreensão do veículo. Não corra riscos!

Alguns conselhos preliminares que poderão ser úteis

- Quando for sair para visitar os lugares, seria melhor fazer cópias dos documentos e deixar os originais no cofre do hotel ou guardar em um local seguro. No caso de estar fora para férias longas, por precaução, deixe uma cópia de todos os documentos com alguém de sua confiança.
- Outra coisa boa a se fazer é tirar foto da sua mala, isso será útil em caso de perda.
- É natural que, antes de sair de férias, no caso da Itália, te aconselhamos de se informar bem sobre o destino onde você ficará para evitar surpresas ruins. Por exemplo, na Itália é proibido fumar nos locais públicos desde 2005, e essa proibição vale também para bares, ofícios e trens. As multas são altíssimas para quem não cumpre a lei e também se aplica a turistas.
- Outra informação importante é sobre os museus, que em alguns dias festivos ficam fechados como: 1º de janeiro (Ano Novo), 6 de janeiro (Epifania), Segunda de Páscoa, 25 de abril (Festa da Liberação), 1º de maio (Dia do Trabalho), 2 de junho (Festa da República), 15 de agosto (Assunção de Maria), 1º de novembro (Todos os Santos), 8 de dezembro (Imaculada Conceição), 25 e 26 de dezembro (Natal e San Stefano).
- É bom lembrar que, se escolher agosto como o mês de férias , muitas lojas ficam fechadas por algumas semanas, além de ser um mês caótico e sempre lotado de turistas.

Essas são as informações necessárias e úteis que precisa saber, o resto se descobre durante a viagem!

Conclusões

Lugar de férias escolhido e passagens aéreas compras? Ótimo! Então pode partir para uma viagem por um país rico de história e cultura como a Itália! O destino de sua viagem deve tocar fundo em seu coração, emocionar, saber impressionar. Se, ao olhar uma fotografia de um lugar, você sentir o desejo insaciável de estar lá, então não deve perder muito tempo pensando em ir ou não: corra para conhecer!

AS ESTAÇÕES DO ANO ITALIANAS: QUAL PERÍODO ESCOLHER PARA ORGANIZAR UMA VIAGEM À ITÁLIA? 2

Viajar nos deixa sorridentes, ativos e abertos a acolher toda a beleza que o mundo pode oferecer. E não é só impressão. Quem demonstra que a viagem é uma chave para abrir a porta da felicidade é a Ciência. Diversas pesquisas mostraram que quem descobre um novo motivo para deixar tudo para trás – mesmo que por um dia ou por um fim de semana – e explora novos lugares leva uma vida muito mais completa.

Viajar é importante, principalmente para satisfazer aquele sentimento que os alemães chamam de *wanderlust*. Em português, a tradução seria algo como "*desejo de viajar*", mas com um significado mais profundo, porque indica uma necessidade urgente de explorar lugares sempre diferentes.

Na Itália, há quatro estações distintas:

Verão: 21 Junho até 22 Setembro

Outono: 23 Setembro até 20 Dezembro

Inverno: 21 Dezembro até 19 Março

Primavera: 19 Março até 20 Junho

Em todas as estações do ano, a vontade de partir não acaba mais. Quem de nós não disse pelo menos uma vez a clássica frase "*Seria lindo organizar uma viagem na Itália*"? Com esse propósito, então, qual é o período melhor para organizar uma viagem para lá?

Pode-se viajar pela Itália em qualquer período do ano, porque o clima é suave, principalmente nas zonas meridionais, onde existem várias possibilidades de poder passar as férias, de janeiro a dezembro. Essa diversidade climática entre as várias zonas nos dá, em cada período do ano, uma boa ocasião para conhecer esta esplêndida localidade.

Iniciamos nossas sugestões pelo período do **outono**, propondo algumas idéias sobre o que se pode fazer e ver na Itália nesses meses do ano. Nesse período, as temperaturas são boas, pode chover principalmente no centro do país, porém ainda há dias suaves e cheios de luz. No outono, alguns lugares são mais bonitos, as folhas das árvores assumem cores diversas, em uma paleta infinita de tons.

Para onde ir durante o outono na Itália? Onde aproveitar o melhor dessa estação tão romântica, das cores quentes e dos perfumes convidativos? Difícil escolher! Pode-se conhecer os vinhedos, os festivais e as cidades de arte, passando pelas ilhas e pelo mar. Com o fim do verão e do calor asfixiante, estou convencida que seja muito mais interessante visitar as numerosas cidades artísticas que povoam o Bel Paese.

A Itália é um lugar muito heterogêneo, variando muito de uma região a outra, com a vantagem de que no outono existem produtos típicos especiais. Vinho, abóbora, castanhas, porcini e tartufos são alguns dos exemplos que deliciam turistas e moradores nessa época do ano!

Um local com cores exuberantes no outono e que encanta a todos são as Florestas Casentinesi (*foto*), situadas nas encostas do Appennino Tosco-Romagnolo e consideradas as mais coloridas da Itália.

Também nos **períodos mais frios**, os lugares para visitar a nossa Itália são inúmeros. Podemos começar pelas aldeias, onde a natureza, as tradições, os saberes e sabores animam o coração. E no período de Natal há as famosas feirinhas. Do fim de outubro até o início de dezembro, elas te deliciam os olhos e o paladar, em meio a uma atmosfera fabulosa.

No Natal, as cidades e vilarejos italianos parecem espaços mágicos, com atmosferas espetaculares, com as suas características casinhas de madeira organizadas nas praças mais bonitas das várias cidades, com luzinhas, cores e os vários perfumes, deixando esse período do ano realmente mágico.

Uma tradição toda italiana é o Presépio. Como não visitar a pitoresca rua dos presépios de San Gregorio Armeno, em Nápoles?! A Rua Gregorio Armeno é a célebre rua dos artesãos do presépio, famosa em todo o mundo pelas inúmeras oficinas de artesanato.

A esse ponto podemos tranquilamente afirmar que queremos indicar um período melhor para viajar pela Itália: a **primavera**.

O período que vai da metade de abril até o fim de maio é, sem dúvida, um período ótimo para ir à Itália, e por uma série de motivos. O primeiro motivo é, com certeza, ligado às temperaturas, que são muito agradáveis. Não faz muito fio e também não faz muito calor. Os dias são mais longos e isso garante mais luz e, portanto, mais tempo para ver e admirar as belezas italianas.

Outro motivo é o despertar da natureza. Os campos ficam floridos e nos oferecem fantásticos cenários, além daqueles já existentes. Há o despertar do inverno escuro e o renascimento das cores, do verde e das flores. Outro fator que não pode ser subestimado é a facilidade de viajar nos períodos menos frios, com as malas mais "leves", pois veste-se roupas menos pesadas, que te permitem andar por aí mais cômodo.

Entre os destinos mais visitados pelos turistas na primavera estão, sem dúvida, as cidades de arte, como Florença, Veneza, Roma e Milão; quem quer combinar uma estadia dedicada à historia e à enogastronomia pode visitar Nápoles, a Costa Amalfitana ou Palermo. Muito apreciados são os hotéis fazenda na Umbria e na Toscana. Na província de Verona, destacamos o Parque Jardim Sigurtà, perfeito para organizar um agradável fim de semana de primavera em um dos parques naturalistas mais belos do país, além de um dos mais importantes lugares de floração. Aqui, encontrará um autêntico triunfo de cores e perfumes, a cerca de 10 km do Lago de Garda, outra jóia do território italiano.

Enfim, a primavera tem um amplo leque de escolhas do que se pode fazer visitando a Itália. Deve-se somente querer e sentir-se-á satisfeito com qualquer escolha feita.

O período mais visitado é o **verão**. De junho a agosto, é geralmente ensolarado, mas pode ser muito quente, principalmente em julho e agosto; em todos os casos, a Itália fica sempre lotada de turistas. Em Roma e Florença, naturalmente para quem teme o calor excessivo, não é um ótimo período para viajar para estas cidades de arte.

Mas nessa época do ano existem tantas possibilidades na Itália que, organizando uma viagem ao nosso Bel Paese, você terá somente que escolher entre as esplêndidas praias, magníficas montanhas e as surpreendentes cidades de arte. Isso porque, se pensarmos em agosto, a primeira coisa que vem em mente são as praias e o mar, e na Itália não será difícil encontrar esse tipo de paraíso. No período estivo, os destinos mais visitados são: Sicília, amada pelo mar e a cultura; Catânia, Palermo e Trapani, que se confirmam como as três cidades com mais reservas em absoluto. Outras metas desejadas são: Salento, com Otranto, Gallipoli e Porto Cesareo, além da Sardenha, um clássico das férias estivas para quem procura mar e repouso.

As ilhas da Sardenha e da Sicilia, toda a costa maravilhosa da Calabria e Apúlia, com os seus magníficos litorais, oferecem o melhor que se pode encontrar para quem busca sol, mar e água fresca para suas férias!

Mas a Itália em agosto não é somente mar, existem inúmeras outras possibilidades, todas de relaxamento, natureza e boa comida. Nos quentes dias de agosto, a melhor solução são férias na montanha, para viver dias imersos na natureza, entre trilhas e lagos, para relaxar e experimentar a cozinha típica, que deixa os turistas mais gulosos com água na boca!

Entre os destinos de férias na montanha durante o verão temos Trentino, no coração das Dolomitas. Essa é uma zona que oferece panoramas de tirar o fôlego e é a base ideal para visitar belas cidadezinhas como Bressanone, Cortina, Merano e Brunico.

Outra região amada por quem sofre com o calor de agosto é Friuli Venezia Giulia, com as localidades como Carnia e Tarvisio. Estes são os destinos ideais também para quem ama os esportes e praticar atividades ao ar livre, como passear à cavalo, mountain bike, escalada, eco climbing etc. Ainda, nos lagos, pode-se praticar windsurf, canoagem e usar o caiaque.

Se o seu desejo é fugir de tudo e todos e esquecer por alguns dias a vida da cidade, na Itália existem cidadezinhas de montanha em que, ao redor, vemos somente vacas que pastam e verde sem fim.

Nesses lugares, existem tantas pequenas aldeias alpinas, habitações de madeira e pedra e as estreitas ruazinhas que a atravessam, que o turista tem a possibilidade de passar férias únicas, longe dos lugares comuns, na mais completa paz e no silêncio mais absoluto.

Depois de descrever as estações e os melhores períodos para viajar, podemos terminar dizendo que na Itália existem lugares perfeitos para viajar do primeiro sol da primavera, quando as praias ainda estão mornas e silenciosas, até o outono e o inverno. A Itália tem um leque grande e variado de lugares magníficos, basta vir até aqui que você encontrará opções para todos os gostos, bolsos e datas dos passeios!

Em qualquer estação, seja no verão ou inverno, primavera ou outono, a Itália oferece o melhor em qualquer período do ano.

Conclusões

Tendo em conta que, apesar de qualquer período ser bom para viajar na Itália , podemos individualizar **os melhores períodos para planejar uma viagem para a Itália** de acordo com o tipo de turismo que nos interessa.

As estações recomendadas para **visitas artísticas – culturais, enogastronômicas e para viagem de entretenimento em geral** são a primavera e o outono, quando as cores da natureza são especialmente charmosas e as temperaturas são amenas, com muito menos turistas.

A **temporada de esqui** normalmente vai de Dezembro até Março, enquanto o turismo "sol e mar" acontece de Junho até Setembro. Já para excursões nos Alpes, o período mais adequado é de Julho até Setembro.

Para visitar o **Sul da Itália** e as **Ilhas de Sardenha e Sicília**, o melhor período é a partir de Abril até Setembro, quando a natureza se mostra em seu melhor aspecto.

O nosso conselho é planejar seu itinerário de modo que possa assistir alguns dos muitos festivais e eventos que lotam o calendário italiano. Além da normal programação de shows, das grandes cidades e pequenos burgos, cada município italiano dedica um dia de festa ao seu santo padroeiro, um momento particular que vale a pena presenciar!

E qual mês evitar para viajar para a Itália?

O mês que nós acreditamos que seja melhor tentar evitar é Agosto. Afinal, o calor pode ser sufocante, os preços sobem e todo o país é inundado de turistas. Além disso, é também o mês em que a maioria dos italianos saem em férias, por isso muitos escritórios e lojas ficam fechados.

10 CONSELHOS GERAIS PARA VIAJAR NA ITÁLIA

3

A Itália é um dos países europeus preferidos pelos turistas do mundo inteiro. Cada um que a conhece fica apaixonado, pois este país há tanto para mostrar que uma vida inteira ainda não bastaria para bem visitá-la e descobri-la por completo.

Quando se vem à Itália, não adianta ter pressa; o 'Bel Paese' é melhor quando visto devagar, saboreando sua linguagem e sua forma de se expressar. Assim, deve-se aproveitar o passeio curtindo em pleno relax, talvez até fazendo uma boquinha com um cappuccino e um brioche!

No entanto, quando se vai a um país estrangeiro, é sempre bom ter alguns conselhos. Afinal, quanto mais informações melhor, certo? Principalmente procurar saber sobre os hábitos e costumes do povo local para evitar possíveis inconvenientes (e, claro, para ficar mais prevenido de modo geral).

Para isso, procurei organizar uma espécie de lista (para ser mais específica, serão 10 conselhos e dicas) em que colocarei as informações e as sugestões que podem ser úteis para os turistas que desejam visitar a Itália. Agora, então, vamos começar com a lista:

1) Organizar bem o seu roteiro

Procure não fazer ou ver muitas coisas. Esse é um dos erros que muitas pessoas cometem. Tentar ver o país inteiro de uma só vez e decidir ver "tudo" das principais cidades em um dia apenas – não se pode fazer isso. É preciso concentrar-se em algumas coisas e vê-las bem. Estabeleça um tempo suficiente para que você também consiga relaxar durante as férias.

Outra coisa a fazer é tentar visitar não apenas as maravilhosas cidades turísticas, mas também seus arredores. Por exemplo, os vilarejos, que lhe surpreenderão de tão bonitos e de tantas tradições que exprimem – enriquecendo tanto você quanto eles próprios, pois se cria um intercâmbio de culturas (aliás, esse é um dos motivos principais pelos quais se faz uma viagem!).

2) Energia elétrica

Na Itália, a tensão elétrica é de 220 volts e é distribuída por corrente alternada, conforme as normas europeias. A maioria dos hotéis disponibiliza adaptadores para plugs específicos; em todo caso, informe-se e providencie tal recurso.

3) Pode beber água nas torneiras?

E aí? Pode beber água da torneira? Com certeza! Na Itália, o abastecimento de água potável é garantido em todo o território nacional. Dá para tomar tranquilamente a água que sai das torneiras e dos bebedouros, pois é controlada periodicamente. Quando a água não for potável, haverá um aviso indicando; se não houver aviso, então pode encher a garrafinha d'água em qualquer bebedouro espalhados toda a Itália (são tantos e alguns até bonitos!). Já que a água é boa para beber, evite comprar novas garrafinhas, principalmente nas cidades mais "famosas", pois pode custar caro.

4) Horário das lojas na Itália

As lojas na Itália, de praxe, funcionam de segunda a sábado das 9h30 às 12h30 e depois das 15h30 às 19h30 – mas os centros comerciais e as grandes lojas fazem sempre horário estendido (das 10h00 às 21h00 ou 22h00). Em alguns domingos durante o ano, principalmente nas cidades grandes, os shoppings também permanecem abertos. As farmácias seguem o horário comercial (das 9h30 às 12h30 e das 15h30 às 19h30); porém, nas capitais, existem farmácias abertas 24h para eventuais emergências noturnas, seguindo um sistema de revezamento. Quando a farmácia estiver fechada, do lado de fora haverá uma plaquinha com os horários de funcionamento e informações da drogaria mais próxima.

Na Itália não se tem ainda a cultura de abrir as lojas todos os dias, como mencionado anteriormente. Os italianos amam aproveitar a vida e esse comportamento acontece, principalmente, no centro-sul do país.

5) Quais são os horários das refeições na Itália?

Na Itália normalmente se toma café da manhã a partir das 7h00. Nos hotéis, é comum servir o café até às 10h00 (após esse horário não é possível solicitar a refeição). Nos restaurantes, o almoço vai das 12h30 às 14h30 e o jantar é servido das 19h30 às 23h00. Esses horários são aproximados e podem variar bastante – na zona Norte tende-se a antecipar os horários anunciados e no Sul é comum esticar as refeições até mais tarde.

6) Qual é o pior período para visitar a Itália?

Agosto não é um bom mês para viajar, pois a maioria dos italianos está de férias e quase tudo fica fechado. Além disso, também é difícil encontrar vagas em hotéis e pousadas, entre outras formas de hospedagem, a menos que tenha reservado com antecedência, e os preços são altíssimos, por isso evite esse mês! Sem contar que é o mês mais quente! Não recomendo para crianças e pessoas da terceira idade!

7) A Itália oferece uma das melhores culturas gastronômicas da Terra!

A Itália oferece uma das melhores culturas gastronômicas da Terra! Come-se bem em qualquer parte do país. Contudo, quando vemos o cardápio, devemos prestar atenção na inclusão do *couvert*, pois é cobrada uma taxa extra que varia de restaurante para restaurante (uns dois euros, mais ou menos). Esse acréscimo geralmente vem indicado na parte inferior do cardápio – sabendo disso, você não ficará surpreso quando lhe trouxerem a conta.

Na Itália, não dá para recusar um bom sorvete artesanal – aliás, é um prazer que você nunca mais vai querer recusar. Uma bola de sorvete pode transformar até aquele turista insatisfeito em um morador da região calmo e relaxado. Tome sorvete todas as vezes que puder!

8) Como funcionam as gorjetas na Itália?

As gorjetas não são obrigatórias. Na Itália não existem normas consolidadas a respeito das gratificações, mas é comum deixar uns trocados (por volta de 10% do montante da conta) caso o cliente esteja satisfeito pelo serviço prestado. Contudo, não é uma regra, como pode acontecer em outros países europeus.

9) Como pegar táxi na Itália?

Não dá para parar um táxi no meio da rua – é até divertido quando os americanos fazem isso. Desconfie de quem se aproximar e tentar lhe convencer de entrar no carro. Os taxistas autorizados ficam estacionados no posto deles, local delimitado pelas faixas amarelas no chão e sinalizados com a placa "TAXI". De qualquer forma, é mais aconselhável locomover-se de transporte público (como o metrô) ou a pé.

10) Viva cada dia !

Você está em país que durante séculos inspira e atrai visitantes. Mergulhe na beleza e no estilo de vida, na arte, na música e na literatura. Sorria para os italianos, e leve para casa contigo a recordação de um país realmente esplêndido, diferente de qualquer outro no mundo.

Conclusões

Um sorriso, um *'buongiorno'*, *'buonasera'* e um *'tutto bene'* podem abrir portas, mas lembre-se que os italianos são como todas as pessoas no mundo: podemos encontrar pessoas super simpáticas e disponíveis, assim como encontrar pessoas de mal com a vida. Por isso, não crie expectativas, apenas viva a sua viagem, porque não é todo o dia que você pode conhecer um país como uma história tão maravilhosa e única, certo?

QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS ERROS QUE VOCÊ NÃO PODE COMETER DURANTE O PLANEJAMENTO DA SUA VIAGEM PARA A ITÁLIA?

4

Viajar é uma das experiências que mais enriquecem a mente humana, permitindo que conheçamos modos de viver, lugares e paisagens naturais novos e únicos. Contudo, viajar pode se transformar em uma experiência estressante se você não prestar atenção em alguns detalhes práticos, desde a preparação da mala até a organização do itinerário. Para fazer um passeio ótimo, precisamos ter certo senso de organização e evitar cometer erros.

Revelamos, aqui, cinco dos erros para se evitar quando se viaja, para tornar ainda mais fascinante e cômoda a sua estadia.

Quais são as coisas que não pode deixar passar na organização de uma viagem? São pequenos detalhes, mas que são oportunos ter sempre em mente antes de partir.

1) Malas muito pesadas

Muitas vezes, impulsionados pelo medo de não ter conosco tudo que for necessário, preparamos malas cheias de coisas que depois não serão usadas. Uma mala muito pesada pode dar muitos problemas e criar inconvenientes na viagem.

Se a viagem for de avião, devemos prestar mais atenção ainda às regras de peso e dimensões, principalmente quando o voo for com uma companhia *low cost*.

Preste atenção, pois se você mudar de um hotel para outro durante a viagem, uma mala pesada atrasará tudo e pode virar um incômodo. Deixe também um pouco de espaço para as lembrancinhas. Ou seja, o conselho é levar o necessário, sem exagerar com coisas inúteis.

2) Querer visitar tudo daquele lugar a qualquer preço

Essa regra vale, principalmente, quando se faz viagens curtas. Muitos se esforçam em colocar todas as atrações turísticas no itinerário, transformando o dia em uma maratona. Com certeza, não há a possibilidade de aproveitar o que está visitando: a pressa e a ânsia de não perder nada daquele lugar tornam as férias estressantes. É justo querer desfrutar ao máximo, mas é também justo tomar conta do tempo. Afinal, a pressa é sempre uma má conselheira.

3) Tirar fotos sem permissão

Muitas vezes, presos pelo entusiasmo de imortalizar todas as coisas, tende-se a fotografar qualquer objeto, quadro, monumento, mas quando estamos viajando precisamos ter atenção, pois muitos museus, por exemplo, não permitem que se tirem fotos. No geral, há avisos que informam a proibição, mas, se tiver dúvida, pergunte aos funcionários do local.

4) Não administrar bem o dinheiro

Principalmente nas viagens longas, pode acontecer que, nos primeiros dias, você gaste dinheiro com objetos e algumas coisas que (percebemos somente mais tarde) são inúteis. É bom fixar um valor diário e esgotá-lo somente quando necessário. Isso permitirá que você não lamente o dinheiro gasto e possa aproveitar a viagem com tranquilidade! Mesmo quando estamos viajando, precisamos economizar.

5) Esquecer carregador de baterias e adaptadores

Esquecer o carregador de baterias do celular e dos portáteis (notebook, netbook, tablet...) em casa pode causar perda de tempo e dinheiro para comprar um de emergência.

Uma boa ideia é levar também um carregador de baterias portátil. Se a viagem for ao exterior, antes de viajar, verifique se precisa de algum adaptador para utilizar os seus aparelhos eletrônicos naquele país específico e providencie antes de partir.

Conclusões

Esses são alguns dos detalhes que devem ser observados na organização de uma viagem ou férias. Além disso, quando se viaja, é preciso também pensar na nossa saúde. Muitas vezes deixamos nossa saúde de lado, mas é muito importante e fundamental para aproveitar ao máximo a viagem, por isso é sempre interessante entender como funciona a saúde do lugar onde se está indo visitar e, de preferência, fazer sempre um seguro médico. Outra coisa a se fazer é lembrar de levar seus documentos e a carteira de vacinação, principalmente em caso de viagens ao exterior.

A SEGURANÇA NA ITÁLIA: CONSELHOS PARA UMA VIAGEM TRANQUILA. FOI ROUBADO? O QUE FAZER?

5

Nos últimos anos, no cenário internacional, foi registrada uma mudança progressiva. Novos fatores de risco fizeram a sua aparição na escala global, dando origem a ameaças dificilmente previsíveis, e que podem afetar qualquer país ocidental, incluindo a Itália. Hoje, mais do que no passado, parece necessário verificar e compreender primeiro a situação na qual cada cidadão se encontrará durante a permanência no exterior, utilizando todas as fontes de informações disponíveis e, acima de tudo, aquelas colocadas à disposição da Farnesina[1], que são o fruto de um qualificado trabalho de análise destinado a favorecer escolhas de viagem informadas e responsáveis.

A Itália é um destino muito visitado e com certeza tem pouco para preocupar os visitantes. De qualquer forma, é um país onde o crime organizado é bem estabelecido, mas isso é de pouco interesse para os turistas, pois os atos criminosos não têm como alvo os viajantes; o que pode representar um problema para os turistas é a pequena criminalidade, especialmente nas áreas urbanas ou próximas aos centros muito movimentados por turistas.

Os trombadinhas estão presentes nos trens e ônibus, enquanto os batedores de carteira agem ocasionalmente nas ruas lotadas. As estações de trens são particularmente notadas por esse tipo de criminalidade. Também porque os turistas, às vezes, são alvos de fraudes elaboradas que geralmente terminam em roubo. De qualquer maneira, ser cauteloso e ter bom senso deixa a maioria dos visitantes em segurança.

É sábio recusar bebidas e comidas de estranhos, pois os ladrões podem tentar drogar os seus alvos. Para estar seguro, deve-se comer e beber somente o que foi pedido por você e estar atento quando se viaja após o pôr do sol. É sempre preferível permanecer em zonas bem iluminadas, com bastante gente e, se possível, viajar em grupo.

A taxa de criminalidade é moderada, mas isso não pode garantir muito, pois relatos menores como os batedores de carteira e roubo de carros estacionados são problemas graves, principalmente nas grandes cidades. Depois, tem a lista de truques do quais se defender: os ladrões se vestem de homens de negócios ou policiais, ou se propõem a ajudar, principalmente nas estações, para depois roubar, mas pode acontecer a 'desculpa' de oferecer algo para beber: 'colocam sonífero no seu drink e depois te violentam', isso poderia acontecer nos bares próximos ao Coliseu, Praça Navona, nos bares do centro de Florença e em Nápoles.

As estações são sempre lugares mais escolhidos para esse tipo de crime. Assim, não se pode ficar parado por muito tempo, caso contrario o roubo é quase certo em Roma, na estação Termini, na estação Central de Milão, estação Santa Maria Novella, em Florença e nas estações Central e Piazza Garibaldi, em Nápoles.

Uma pequena atenção, na Itália, principalmente no sul, onde dissemos que operam as organizações criminosas que recorrem à violência para resolver controvérsias ou com a função de intimidar, **mas as atividades desses grupos não são destinadas aos turistas**.

Foi roubado? O que fazer?

A primeira coisa a se fazer se for vitima de um roubo é denunciar às autoridades locais, na delegacia de polícia. Lembre-se que em todos os países da União Europeia é ativo o número telefônico de pronto atendimento, **112**.

A polícia da Itália é dividida em duas grandes organizações, a polícia estatal e os "*carabinieri*" (carabineiros). A polícia estatal depende do Ministério Interno e é responsável por furtos e permissões, os carabineiros, por sua vez, dependem do Ministério da Defesa e são responsáveis pela ordem pública e pelas investigações criminais.

Conclusões

Para complementar, podemos dizer que, levando em conta essas dicas acima, a Itália é realmente um país muito tranquilo, que você deve visitar com toda certeza de se manter em segurança!

¹ Farnesina é a sede onde está o Ministério dos Negócios Estrangeiros, normalmente vem denominado com o mesmo nome do edifício.

A SAÚDE: CONSELHOS DO QUE FAZER EM CASO DE PROBLEMAS DE SAÚDE

6

Este texto fornece informações sobre saúde e conselhos úteis para todos os viajantes, pois muitas vezes a viagem é feita sem a preparação necessária. Entre os viajantes são comuns alguns problemas de saúde, triviais, mas que pode estragar o prazer de um passeio, comprometendo as férias que foram aguardadas e preparadas de forma tão especial. O que fazer, então, viajando pela Itália? Como um primeiro aspecto, deve-se preparar e trazer consigo uma série de documentos essenciais, tais como:

- Um cartão de saúde
- Um resumo de seu histórico de saúde emitido pelo médico
- Possivelmente, a cartela da última internação,
- Além de uma lista de qualquer alimento ou medicamentos aos quais se é alérgico ou intolerante.
- Também seria conveniente fazer uma lista de medicamentos de prescrição e uma indicação de quando e como você deve ministrar essa medicação, especialmente quando são medicamentos que você precisa (calcule doses extras para imprevistos).

Pode ser útil levar na mala um medidor de pressão, um medidor do pico de fluxo respiratório (PFM – *Peak Flow Meter*) ou nebulizador, especialmente se o viajante for hipertenso ou algo do gênero e no caso de pessoas que sofrem de doenças respiratórias graves.

Para vacinas, no entanto, não há nenhuma obrigatória quando se viajar para Itália, embora seja bom ter as vacinas contra sarampo, caxumba, rubéola (MMR) e difteria-tétano em dia. É aconselhável, possivelmente, a vacinação contra a gripe, principalmente para os que viajam no inverno.

O que fazer antes da partida

Um conselho geral: antes de cada viagem, entre em contato com antecedência (pelo menos um mês) com um centro especializado de 'Medicina do Viajante', como um Ambulatório para viajantes internacionais, para receber informações sobre regulamentos de prevenção e as vacinas necessárias e recomendadas para o país que pretende visitar. Informe-se também sobre a situação política local e os riscos potenciais decorrentes de possíveis tensões sociais, embora por enquanto isso não seja necessário no que diz respeito à Itália.

Outro aspecto importante é entrar em contato com a agência de viagens sobre a possibilidade de contratar um seguro que garante o possível reembolso de despesas médicas efetuadas no exterior, incluindo o repatriamento. Normalmente, pacotes turísticos já oferecem seguro efetuado pela Agência. Ainda assim, é bom verificar antes de embarcar. Na União Europeia ou em países com acordos com a Itália, você pode obter benefícios médicos mostrando o seu Cartão Europeu de Seguro de Saúde.

De qualquer forma, lembro que você deverá fazer o seguro de viagem que é obrigatório para viajar pela Itália.

DICA

- É importante preparar uma pequena 'farmácia de viagem' para ser usada quando não for possível, durante a estadia, ir imediatamente para uma unidade de saúde ou farmácia. A melhor coisa é trazer todos os medicamentos que você toma regularmente, de modo que sejam suficientes para cobrir um período mais longo de tempo do que a viagem.
- É aconselhável armazenar medicamentos em sua bagagem de mão e uma base adicional em outra mala, para evitar o risco de extravio durante a viagem.
- Na mala não devem faltar produtos como curativos, desinfetantes, compressas de gaze estéreis e luvas descartáveis. Assim como deve haver medicamentos, termômetro, antipiréticos e remédios para dor.
- Além disso, ao viajar, deve-se adotar determinadas medidas comportamentais que podem ajudar. Por exemplo, se você sofre de enjoo marítimo ou aéreo, tome pelo menos meia hora antes da partida um remédio para enjoo. Essas medicações causam sonolência, por isso não se deve dirigir depois de serem ministradas.

Conclusões

Na conclusão deste artigo só podemos esperar que esta série de informação tenha sido útil, de modo que sua viagem seja tranquila em todos os aspecto. Com estas dicas, esperamos que, em caso de imprevistos, você não fique despreparado.

COMO SE COMPORTAR NA ITÁLIA?

7

Está viajando para a Itália e não sabe como se comportar? Este texto é para você! O primeiro ponto a ser comentado é que o modo de se comportar depende muito de qual parte você vai visitar na Itália. Moro na Itália há tantos anos e uma das maiores diferenças é o "calor humano" entre alguém que mora no norte da Itália e alguém que vive no sul da Itália.

De modo geral (obviamente existem sempre exceções), mais no norte da Itália as pessoas são mais sérias e conservadoras, então será mais complicado fazer amizade. Não estou dizendo que não são simpáticos, mas aquele modo aconchegante brasileiro será mais difícil de encontrar. Já no sul da Itália, as pessoas são mais parecidas com os brasileiros. Você consegue se sentir em casa muito mais facilmente; quando for até a casa de uma família calabresa ou siciliana (ou de outras regiões do sul), vai ser sempre uma festa! Por isso morei somente 2 anos em Roma e vivo há 11 anos na Calábria (aqui me sinto em casa. :))

Modo de se vestir na Itália

Uma coisa muito importante: os italianos reparam muito no modo de se vesti, por isso é melhor evitar usar roupas muito chamativas como, por exemplo, blusas com decotes, minissaias ou mini shorts.

Uma mulher sozinha, vestida de modo muito chamativo, pode causar 'problemas'; como sabem, os italianos têm a fama mundial de amarem uma boa paquera, por isso, se você quer evitar esses tipos de problemas, se vista de modo mais conservador.

DICA: A questão da vestimenta vale também para a visita à alguns lugares: na maioria das igrejas é proibida entrada com roupas curtas ou com decotes exagerados. Há muitos anos, quando fui visitar a Basílica de São Pedro, enfrentei uma fila enorme e quando estava na porta para entrar, não me deixaram passar. Por quê? Porque eu estava com uma minissaia! Fica a dica!

Pedir informações

Vi alguém escrever em algum blog que os italianos são mal educados, mas não concordo com esse comentário.

A minha experiência sempre foi positiva e conheço tantas pessoas, incluindo meus clientes, que me disseram sempre a mesma coisa: que os italianos são super agradáveis e prestativos.

Obviamente, pode acontecer de ser maltratado ou que um italiano não te responda bem, mas isso é uma exceção, não é absolutamente uma regra; de repente você perguntou alguma coisa de modo errado ou aquela pessoa está com um problema e de mau humor – enfim, isso pode acontecer com qualquer pessoa, certo?

Lembre sempre de dar um *'buon giorno'* (bom dia) ou *'buona sera'* (boa tarde ou boa noite – se diz *buona sêra* – na chegada) ao entrar nos lugares e de usar o *'grazie'* (obrigado), que será respondido com um *'prego'* (de nada). Quando precisar de uma ajuda dizer *'Scusi'* (com licença – se diz **'***iscusi***'**), *'per favore, puoi aiutarmi?'* (por favor, pode me ajudar?), **'***non parlo italiano***'** (não falo italiano), e diga sempre com um sorriso. Dessa maneira, não acredito que a pessoa será mal educada com você. Enfim, são regras que, de modo geral, valem para qualquer país aonde vamos, certo?

Gorjeta

Gorjeta? Dar ou não dar?

A gorjeta não é obrigatória na Itália, mas os guias de turismo, os motoristas de táxi ou de transporte privativo, os garçons e porteiro de hotéis, quando fazem um ótimo trabalho e tratam com cortesia, esperam sempre a gorjeta. Geralmente, o ideal é se basear em um valor de 10% do total do serviço.

Por isso, quando você recebe um tratamento especial é sempre importante dar gorjeta. Já aconteceu várias vezes de um colaborador de nossa empresa, depois de fazer um ótimo serviço para um cliente nosso, não receber uma gorjeta e se sentir mal e desvalorizado, porque achava que o cliente não tinha ficado contente com o seu trabalho. Entende por que é importante? É um modo de reconhecer e de valorizar o trabalho das pessoas (obviamente quando merecem)!

Conclusões

Bem, de modo geral os italianos amam os brasileiros e sabem que somos um povo simpático e que faz muita festa, por isso basta que seja sempre educado com as pessoas que encontrar ao longo da sua viagem que tenho certeza que ela será ótima.

QUAIS SÃO AS DIFERENÇAS CULTURAIS NA ITÁLIA? 8

Acho interessante **contar um pouco da diferença cultural entre o Norte e o Sul** da Itália. Já falei um pouquinho sobre isso no texto do Capítulo 7, mas vou aprofundar o assunto aqui.

Primeira mensagem: a Itália é um país bonito porque é diferente! Temos muitas regiões e muitas tradições (também muitos dialetos diferentes!). Se você viajar pela Itália, vai perceber que um habitante do Vêneto pode encontrar dificuldade em se comunicar com um nativo da Sicília.

O que pensam os italianos do sul sobre os italianos do Norte e viceversa?

NORTE

- Polentone (que come muita polenta!);
- Frio;
- Chato;
- Viciado no trabalho.

SUL

- Barulhentos;
- Terrone (que ama a Terra, ama cultivar!);
- Religiosos;
- Supersticiosos;
- Amam sua família.

Como sabemos, **a cultura de um povo deriva da sua história**, por isso na Itália não poderia ser diferente.

Na época da unificação da Itália, em 1861, existia uma lacuna enorme no país (entre o Norte e o Sul) em muitas áreas, **desde a social, a econômica, cultural e linguística**. O Norte **ostentava um maior grau de industrialização e de alfabetização**, principalmente graças a influências de outros países europeus; já no Sul, **continuava a mentalidade enraizada na agricultura**. Para as famílias dos agricultores, mandar um filho para a escola era perder mão-de-obra, por isso estudar era um luxo que muitas famílias não podiam ter.

As razões pelas quais o Norte esteve sempre à frente do Sul, pelo menos em alguns aspectos, são diferentes, desde a Idade Média graças às influências da Europa continental. Com um maior poder de compra, o Norte teve um sistema econômico mais desenvolvido; isso garantiu a presença de centros universitários, o que ajudou a difundir a cultura. Já no Sul da Itália, o sistema latifundiário durante séculos bloqueou o desenvolvimento de outras áreas, e por conseqüência temos maior atraso, principalmente na parte da industrialização e do sistema universitário.

No entanto, **apesar do atraso industrial ou econômico**, o Sul pode se orgulhar de muitos outros aspectos que são definitivamente negligenciados. Vivendo há 11 anos na Calábria, tendo amigos calabreses, um marido Calabrês e uma família calabresa (a do meu marido), **posso afirmar que a população do Sul dá mais valor a alguns aspectos muito importantes da vida**, como a família, as tradições, o respeito pelos outros. Não deve ser uma coincidência que o homem do Norte é representado como um homem frio, atracado ao trabalho e sempre muito ocupado para notar alguns outros aspectos da vida, enquanto o homem do Sul é representado como um homem bom, sempre pronto a ajudar os outros.

Conclusões

Existem aspectos positivos e negativos em ambas as partes da Itália. Infelizmente, muitas vezes o Sul parece sofrer de algum tipo de "baixa estima". Os sulistas se esquecem de que grande parte dos moradores do Norte escolhe passar as férias no Sul, para conhecer as suas paisagens maravilhosas e a autenticidade dos produtos que o Sul oferece.

As diferenças entre Sul e Norte existem, sempre existiram e provavelmente sempre existirão, e são justamente essas diferenças que fazem esse país ser tão maravilhoso!

COMO SE COMUNICAR NA ITÁLIA?
COMO LIGAR PARA O BRASIL?

9

Mesmo se você fala somente português, não terá grandes problemas com a comunicação na Itália , seja porque, depois de alguns dias, conseguirá entender o sentido de algumas frases, mas também porque têm muitas palavras parecidas com a lingua portuguesa. Além disso, os italianos são muitos simpáticos e se você pedir com educação, eles falam devagar.

Os italianos (ao contrário de outros povos da Europa) não falam outras línguas, é difícil encontrar um italiano que fala inglês, espanhol e etc, e quanto mais ao Sul você for, mais complicado será encontrar alguém com grandes capacidades lingüísticas, por isso convém trazer um dicionário *italiano – português* para a sua viagem!

Como ligar da Itália para o Brasil?

Telefone: Para ligar para o Brasil você deverá sempre colocar 0055 na frente do número, por exemplo: 0055 + DDD (ex: SP 11) + número.

Nas cidades grandes existem várias lojas especializadas em chamadas para o exterior – afinal, lembra que existem milhões de imigrantes na Itália? Nessas lojas você conseguirá saber exatamente o custo por cada minuto antes mesmo de ligar; além disso, tantas vezes o valor aparece no telefone enquanto você usa, por isso você não terá uma surpresa desagradável.

DICA: **Evite usar o telefone do hotel para ligar para o Brasil**, somente em último caso! Você pagará uma fortuna!

- Eu aconselho a usar sempre que possível WhatsApp para se comunicar e evitar usar a internet (com o chip brasileiro), que custa exageradamente tanto!
- Como opção, você poderá sempre ir a uma loja de telefones e comprar um chip telefônico italiano que custa a partir de 15 euros. Acho que vale a pena se você for viajar vários dias! Basta levar o seu passaporte!
- Internet: você pode navegar em bares, universidades, bibliotecas e em cyber cafés sem ter que pagar nada, basta achar a escritura WIFI FREE!

Como ligar do Brasil para a Itália?

DDI: 0039; Por isso para ligar para Itália se deve fazer 0039 + (número).

QUANTO EU VOU GASTAR DURANTE UMA VIAGEM PARA A A ITÁLIA?

10

Olá! Hoje vou tentar responder essa pergunta: **quanto vou gastar durante um dia na Itália?** Obviamente não é uma pergunta fácil, porque depende muito de pessoa a pessoa e do que se pretende fazer durante o dia.

Baseio-me em uma pessoa que viaja sem ter a intenção de usar táxis, hotéis de alto nível ou de comer em restaurantes caros. Os valores que mencionarei serão úteis para aquele turista que gosta de aproveitar o passeio do melhor modo possível, **mas com uma despesa normal (ou mínima)**. O post será geral, considerando **alimentação, hospedagem, transporte e ingressos de monumentos** (as outras despesas que considero muito pessoal não vou considerar). Tenho certeza que esse texto vai te ajudar a ter uma idéia e conseguir se programar melhor!

Alimentação

Se você for fazer somente um lanche, tipo uma pizza, um kebab, comer sanduíches em mercados, supermercados ou o famoso *fast food*, com uns 7 euros você consegue se alimentar bem.

Se você for almoçar ou jantar em um restaurante vai pagar um *menu turístico* a partir de 10 euros por pessoa (alternativa muito econômica) a uns 15 euros (melhor custo-benefício). Se você preferir almoçar ou jantar com um *menu à la carte*, pode considerar a partir de 20 - 30 euros por pessoa.

PS: estou sempre considerando um restaurante tradicional, simples e fora das zonas turísticas. Se você quiser ir a um restaurante localizado em uma zona turística, pode considerar uns 40-50 euros por pessoa!

Minha dica: caso queira economizar, escolha fazer um lanche no almoço, assim você aproveita mais o tempo para os passeios. À noite, faça um ótimo jantar (merecido repouso e relax), até mesmo porque a Itália é um dos países mais famosos do mundo pela gastronomia!

Se você fizer da forma que te indiquei, provavelmente vai gastar uns 30 euros por dia; se preferir economizar fazendo somente lanches, dá para ficar em uma despesa de 10 a 15 euros por dia. Agora, se for almoçar e jantar em um restaurante, poderá considerar uma média de 50 a 60 euros por dia, por pessoa.

Muitas pessoas dizem que gastam 80 euros por dia. Bem, vivendo na Itália e viajando bastante, posso garantir que para gastar essa soma é porque *realmente escolheu comer em um local 'importante'* ou em um lugar localizado perto de algum monumento turístico. Assim, acho importante repetir esse conceito: esse texto é para pessoas que viajam gastando o que é necessário e sem luxo! Portanto, escolhendo com cuidado onde fazer a sua refeição, você vai gastar realmente o necessário e isso não quer dizer comer mal! Pelo contrário, às vezes encontrará lugares onde comerá muito bem e pagando o que é justo.

Transporte Público para se deslocar

Em Roma, o bilhete do transporte **para um dia inteiro** é de 6,50 euros e esse valor é parecido nas principais cidades, portanto você pode considerar essa média por dia.

Hospedagem

Escolher entre um B&B, um hostel, um hotel 3, 4 ou 5 estrelas, a cidade visitada, a localização do hotel, o período da sua viagem – todos esses fatores farão com que os valores da hospedagem sejam diversos. Mas, de modo geral, considerando um alojamento em uma estrutura turística normal, tipo 3 estrelas, em média, em um hotel que não seja tão central, o nosso gasto, por pessoa, será em torno de 50 euros. Se você for se alojar em um hostel, essa despesa poderá ser de 30 euros.

PS: obviamente, quando digo 50 euros, estou sempre calculando uma média de 2 pessoas em um quarto, ou seja, uma média de 100 euros pelo quarto em uma estrutura 3 estrelas em uma zona que não esteja totalmente perto dos principais monumentos turísticos da cidade visitada.

Monumentos Turísticos

O quanto você irá gastar depende de qual monumento você quer visitar. Por exemplo, em Roma, se for visitar o Coliseu e o Fórum Romano, vai gastar 12 euros (comprando diretamente ou 16 comprando online).

Para visitar o Museu Vaticano (e a maioria dos museus mais importantes), você vai gastar em média 15 euros (na bilheteria) ou 20 euros (online).

Por isso, se for visitar dois monumentos, podemos considerar, uma média, de 30 euros por dia.

Afinal: quanto vamos gastar? Considerando o que escrevi, a média de preços será:

Total

Alimentação: € 30,00 (considerando um lanche para almoço e jantar em um restaurante fora de zona turística)
Transporte: € 6,50 (bilhete de transporte público: trem e ônibus)
Hospedagem: € 50,00 (ou seja, em média € 100 por um quarto duplo)
Monumentos: € 30,00 (considerando, em média, 2 monumentos)
Total: €116,50

Agora você me pergunta: **E as despesas com os deslocamentos de uma cidade para a outra?**
Os **preços médios dos principais bilhetes de trem com trem de alta velocidade** são:

Roma – Florença: a partir de € 43.00
Roma – Veneza: a partir de € 80.00
Roma – Nápoles: a partir de € 39.00
Milão – Verona: a partir de € 43.00
Milão – Veneza: a partir de € 21.00
Milão – Roma: a partir de € 86.00
Florença – Veneza: a partir de € 45.00
Florença – Milão: a partir de € 50.00

Nota: os preços acima são os preços oficiais da ferrovia italiana (podem ter variações de valores conforme estações do ano e disponibilidade. Verifique antes de partir!).

DICA: leia sempre as notas antes de comprar o bilhete, **porque muitas vezes essas tarifas com descontos não são reembolsáveis**, ou seja, se você tem um problema e não consegue viajar, perderá o que pagou.

Conclusões

Obviamente os valores são indicativos, mas pelo menos você vai ter uma idéia **e poderá planejar melhor a sua viagem**, certo?

COMO ECONOMIZAR COM A ALIMENTAÇÃO DURANTE SUA VIAGEM NA ITÁLIA?

11

Existem várias maneiras de economizar na alimentação, mas isso não quer dizer, necessariamente, deixar de comer bem. Lembre-se que você esta viajando no país mais famoso do mundo pela comida... assim, é possível gastar pouco, mas comer com qualidade.

Algumas dicas:

- **Água** (*acqua*): Quase todas as cidades italianas possuem fontes de águas naturais e puras. Em todos os lugares vocês poderão ver estas fontes e alguém bebendo água. **Por isso é importante sempre ter uma garrafa de água com você**. Todos os italianos fazem assim, porque comprar uma garrafa de água nos lugares turísticos pode custar até 5 euros!
- **Café da manhã** (*colazione*): Se quiser experimentar, um dia, tomar café fora, pode ser uma boa experiência. Faça 'um dia de italiano' e tome o seu café da manhã no balcão de um bar! É delicioso e geralmente custa menos de 3 euros. Prove um "cappucino com um cornetto".
- **Supermercados** (*supermercati*): Uma ótima alternativa para não gastar tanto é comprar sanduíches e coisas variadas para comer em supermercados.

Comer (*mangiare*)

Para se ter uma idéia de quanto se gastará, basta olhar a lista de preço; bares, restaurantes e locais de hospedagem são obrigados a exibi-la.

O serviço no balcão é sempre mais econômico do que serviço na mesa.

Alguns vinhos podem ser muito caros. Se você não quiser surpresas, peça a "*carta dei vini*" para ver o preço. Geralmente o 'vinho da casa' é o mais econômico.

Na Itália, a gorjeta é apreciada, mas não é obrigatória.

Existem muitos restaurantes que oferecem a opção do "Menu turístico", que geralmente é: "um antepasto (entrada), prato principal (macarrão), prato secundário (carne, peixe etc) água e o vinho da casa. Geralmente o preço é entre 8 e 15 euros, depende do bairro onde você estará. Um menu turístico a 20 euros é uma ótima opção entre economia e qualidade.

Existem centenas de '*Pizzerie a taglio*', ou seja, você deve entrar e escolher um pedaço de pizza (existem muitos tipos de pizza expostas no balcão) e comer no local (geralmente em pé) ou enquanto continua a caminhar. Pode provar também os "*rustici*", que são parecidos com os nossos salgados. A pizza se paga por peso, mas geralmente por um pedaço de pizza se paga de 1,50 a 3 euros; depende sempre dos tipos de cobertura e lugar onde está localizado a pizzaria. Já os *rusticis* geralmente custam de 1,00 a 2,00 euros cada.

Kebab – Uma opção econômica e deliciosa são os Kebabs, sanduíches árabes, persas ou turcos, com muita carne de peru e frango e salada! Alguns são acompanhados com batata frita! Preço médio de 3,50 a 4 euros, mas vale por uma refeição completa.

Chinês – Os restaurantes chineses são conhecidos por serem muito econômicos! Um prato de '*riso alla cantonese*' (arroz à cantonesa) custa em média 4 euros, e o '*riso alla piastra*' (arroz, verduras e carne) pode ser prato único e, em média, custa 7 euros. As refeições completas com primeiro e segundo pratos mais bebida custam, mais ou menos, 15 euros por pessoa.

Fastfood – São mais econômicos na Europa que no Brasil. Geralmente um cardápio custa entre 5 e 7 euros. Fica a dica pra quem gosta.

Aperitivo: excelente opção para economizar na hora da janta pode ser o aperitivo. Geralmente, acontece entre 18h00 e 19h30. Paga-se o preço por um coquetel (alcoólicos ou não), que é acompanhado por algumas coisas para comer. Dependendo do lugar, pode-se comer tanto que, com certeza, pode ser considerado um jantar. São aqueles aperitivos com bufê! Este "happy-hour" geralmente se faz nos bares, mas os melhores são aqueles dos pubs.

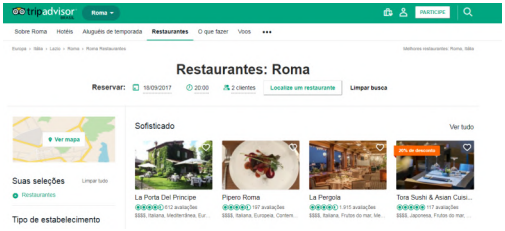
E para completar, queria dizer que é importante nem sempre pensar somente em economizar quando se trata da comida e de vinho italiano. Deve-se absolutamente, pelo menos uma vez, provar os pratos típicos de cada cidade que você visitará (e obviamente os vinhos locais!). A maior parte das *tratorias* não são tão caras. As pizzas custam, quase sempre, menos de 10 euros.

Os "*primi*" e os "*secondi*" vão, em média, custar de 7 a 16 euros. O *vino bianco* (vinho branco) custa mais ou menos 10 euros a garrafa e o *rosso* (vinho tinto) em torno de 20 euros, mas com certeza vale a pena. Obviamente estamos falando de um vinho normal; um vinho de etiqueta famosa dificilmente será encontrado por menos de 40 euros.

Dicas importantes

Aconselho sempre ver o preço no cardápio antes de pedir. Caso não tenha no cardápio, pergunte antes para não correr o risco de chegar à mesa uma garrafa de vinho de 100 euros ou um prato com um preço exagerado. Basta dizer: *Quanto costa questo?* Lembre-se também de que muitos restaurantes oferecem o menu turístico, que geralmente são pratos tradicionais ou especialidades locais preparadas com produtos da estação. Além disso, aconselho, principalmente, a **fugir de restaurantes localizados nas zonas turísticas** – às vezes, caminhando 500 metros, você poderá encontrar pequenos restaurantes que te surpreenderão! Uma coisa muito importante: **quanto mais cheio você encontrar o restaurante**, maior é a possibilidade de se comer bem. **Fuja de restaurantes vazios ou de restaurantes onde uma pessoa fica na frente chamando para entrar**, porque se a comida fosse boa, acredite: ninguém te chamaria para entrar!

E, por último, se você tiver internet no seu celular, use sempre o site do *Tripadvisor* para encontrar ótimos lugares para comer de acordo com as opiniões dos turistas! Eu sempre usei esse sistema e funciona muito bem!



COMO ECONOMIZAR COM TRANSPORTES NA ITÁLIA? (BONDE, ÔNIBUS, BALSAS, TÁXIS E TRENS)

12

Viajar, hoje, é um luxo que poucos podem se permitir. Cada vez menos pessoas o fazem por causa do alto custo das estadias, além do preço crescente de passagens aéreas e de balsas. Todavia, com um pouco de atenção, é possível economizar sem renunciar a absolutamente nada em relação à qualidade.

Procuramos, então, cada possível solução para reduzir os custos de transporte e nos conceder férias na 'santa paz'. Afinal, existem muitos modos que podemos escolher para chegar à Itália, dependendo das suas preferências pessoais, da disponibilidade econômica e da distância do destino final das férias. Para evitar gastos desnecessários e contratempos, é aconselhável planificar a viagem antecipadamente.

Os **vôos nacionais** são custosos e, provavelmente, vale a pena utilizá-lo somente se a distância for longa ou se você tem pouco tempo à disposição. Além disso, na Itália é possível chegar a qualquer destino de trem, ônibus, bonde e metrô; os serviços são eficientes e bastante econômicos (mesmo se nem sempre velozes).

O **trem** é o meio mais cômodo e as estações normalmente se encontram dentro da cidade ou próximas ao centro. É mais complicado orientar-se entre os vários serviços de **ônibus**, pois as companhias são numerosas, mas eles também ficam entre os transportes mais econômicos.

São tantas as possibilidades para viajar e descobrir a Itália de Norte a Sul, de Leste a Oeste, seja de trem, ônibus ou de carro... de fato, visitar a Itália de trem é uma das mais emocionantes experiências que você pode ter. Viajar de trem dá a chance de passar por extraordinárias serras em poucas horas e vivenciar de pertinho as belezas italianas.

A grande vantagem oferecida pelas **ferrovias** é a de poder mergulhar diretamente nos centros vitais das cidades. Assim que se desce do vagão, encontramos de frente a vida da cidade.

Existem oportunidades de economizar, também, ao se utilizar os ***apps*** à disposição em todos os smartphones. Pode-se conferir rapidamente o pullman, trens e vôos em uma única busca no aplicativo gratuito ***GoEuro***, e encontrar o preço mais econômico e o trajeto mais rápido. Para quem não quer gastar dinheiro com transportes públicos ou tem dificuldade em comprar o bilhete para o bonde, ônibus ou metrô no local de venda, são muito úteis os *city cards* que estão disponíveis online. São cartões que compramos com duração de um a cinco dias, feitos pelos municípios ou agências turísticas. Esse *city card* permite que você economize em diversos pontos importantes para sua viagem, concedendo ao proprietário descontos nos meios públicos e reduções no custo do ingresso em muitos museus, restaurantes e outros serviços fornecidos nas cidades.

Em relação às **balsas**, tudo é muito parecido às outras indústrias que operam no setor de viagens, ou seja, vale sempre a mesma regra: quanto antes você reservar, menor será o valor.

Se você puder ser flexível com os horários, procure evitar os horários de pico e usar as rotas mais populares à noite. Assim, os lugares mais econômicos estarão disponíveis e você economizará. Procure usar a balsa durante a semana, principalmente na metade da semana, quando as travessias são mais econômicas em relação àquelas do fim de semana. Ficará surpreso do quanto é possível economizar com poucas horas de diferença!

De tudo que dissermos até agora, as coisas mais importantes a se fazer para economizar nos transportes são: reservar com muita antecedência, se possível viajar à noite, de preferência durante a semana, evitando os fins de semana e as horas de maior movimento. Se seguir essas pequenas dicas, a economia será certa.

Viajar tem ficado cada vez mais simples durante os anos, graças aos *apps* dedicados e aos serviços *low cost*. O gasto para uma longa viagem diminui constantemente, permitindo a qualquer um viajar. Precisa somente saber se organizar e planificar bem a própria viagem.

Qual o meio de transporte usar para a sua viagem: trem ou o carro alugado? Quais são as vantagens e desvantagens?

Quando se decide viajar e sair de férias, caímos na mesma dúvida: como organizo minha viagem? Pego o trem, tendo que depender dos horários, ou viajo alugando um carro?

Para responder a essas perguntas, devemos ter bem clara a meta do nosso passeio, o que temos intenção de fazer e quais cidades queremos visitar. Assim, entendemos quais são os possíveis meios de transporte que devemos escolher.

Para um simples passeio, perto do nosso hotel, não será necessário levar muitas malas. Assim, o passeio poderá ser de carro, ônibus ou trem, caso o destino seja bem conectado. Vice-versa para trajetos mais longos: deve-se levar em consideração soluções que podem variar de trens a carros alugados.

Nesse ponto, precisamos analisar quando usar um, quando usar o outro, quando usar os dois e entender os motivos. Até poucos anos atrás, pelo menos na Itália, a ideia de enfrentar uma viagem de trem não era muito convidativa; ao contrário, a maior parte das pessoas tentava excluir essa opção de viagem, preferindo outros meios de transporte. O trem era visto como um meio indicado para os jovens e para quem queria economizar na viagem.

Hoje a situação mudou. O trem se tornou um válido meio para viajar comodamente sem perder a qualidade. Viajar de trem, pelas linhas ferroviárias secundárias, muitas vezes de bitola estreita, representa um modo romântico para visitar o nosso belíssimo país, do norte ao sul, incluindo as ilhas.

Na Itália existem as ferrovias com "sabor" antigo, muitas vezes como locomotores diesel e carroças antigas, de onde podemos admirar das janelas a paisagem passando. Viajar de trem permite conhecer uma realidade que representa uma oportunidade turística para os lugares em que se passa.

Um conselho: caso decida usar o trem para se locomover, estará viajando em nome da simplicidade. Assim, reduza a bagagem ao mínimo e procure soluções de fácil transporte. Uma mochila nas costas é ideal para colocar as roupas. Devemos nos sentir livres para viver a viagem de modo simples e relaxado.

Na Itália, a oferta ferroviária com a *Trenitalia* é ampla e bem articulada. As estações ficam historicamente no centro das cidades e são de fácil acesso com os meios públicos ou com os táxi que oferecem tarifas especiais.

As soluções de viagem à disposição, para todos os viajantes, são o serviço regional, o Intercity e o de Alta Velocidade. A primeira possibilidade é aconselhável a quem viaja por trajetos muito curtos e de preferência dentro da mesma região. Os trens regionais param em muitos lugares, para permitir a chegada a vários destinos. Nessas linhas, os atrasos são raros e, de qualquer forma, muito pequenos; o custo da passagem é relativamente baixo. São muito frequentados nas localidades turísticas, por exemplo para as viagens diretas em direção ao mar durante as atividades estivas. Os trens regionais, pelas suas características locais peculiares, mantém velocidade baixa, o que é ótimo para você aproveitar por completo a paisagem.

Os trens Intercity são para os viajantes que percorrem longos trajetos. Os vagões Intercity oferecem compartimentos com, no máximo, seis lugares, que normalmente são reservados no momento da compra da passagem. De alguns anos pra cá, muitos carros foram reestruturados, oferecendo uma qualidade superior na viagem, com bancos mais espaçosos e outros confortos.

Cada trem, geralmente ao centro, possui um vagão dedicado ao serviço de bar e *fast food*, onde é possível consumir pratos leves. Os trens Intercity são mais velozes que os regionais; no entanto, não são dedicados aos viajantes que tem pressa.

A terceira categoria de trens é de Alta Velocidade, conhecida como Eurostar, Freccia Rossa, Argento e Bianca. É a solução de viagem para quem tem pressa e usa o trem para trabalhar (ou que procura mais qualidade e conforto).

A escolha do trem fica, de qualquer forma, muito competitiva em relação à do avião, principalmente nas férias: você não precisa estar presente na estação horas antes, há espaços especiais como salas para reuniões e áreas reservadas ao silêncio e, inclusive, são oferecidos jornais e pequenos cafés na primeira classe.

Para favorecer o uso desse meio, existem ofertas que vão dos descontos nas passagens dos trens ou dos eventos organizados nas principais cidades até estadias nos hotéis das localidades turísticas. A esses, se adicionam serviços de bagagens e aluguel de carros.

Vejamos agora como é possível viajar na Itália com o carro alugado.

Porque carro alugado? Porque é simples, seguro e permite escolher o carro que mais te agrada com pouca diferença de preço, com seguros que dão toda a tranquilidade possível. Acima de tudo, podemos reservar diretamente na região onde pretendemos ir. E como chegamos? Bom, é fácil, escolhemos o meio mais rápido entre o trem e o avião e ali estará o nosso carro, nos esperando, sem necessidade de ficar nas longas e estressantes filas.

Viajar de carro garante o máximo de liberdade e flexibilidade, permitindo deixar as rotas principais para descobrir as tantas pequenas jóias escondidas em meio às colinas, curtir as praias não contaminadas e aproveitar totalmente os lugares nos tempos e nos modos que preferir. Agora é só escolher o itinerário!

A Itália não possui uma extensão territorial ampla, mas no nosso território encontramos tantos centros de interesse histórico e belezas paisagísticas de tirar o fôlego que são, de qualquer forma, necessários vários meses para visitá-la bem. Então, compre um bom guia de viagem, com um mapa atualizado das estradas, um bom GPS e vá descobrir a Bela Itália! O sucesso é garantido e as férias serão inesquecíveis. Não se esqueça de levar sempre a máquina fotográfica para tirar fotos do pôr do sol espetacular ou de uma paisagem campestre.

Quando estiver em uma viagem, não se esqueça, também, de percorrer estradas panorâmicas e de fazer paradas nas aldeias mais antigas.

Prefira sempre itinerários particulares – como aqueles ao redor das colinas de Florença – para descobrir o antigo ambiente medieval e provar ótimas comidas em hotéis-fazenda. Outra dica é aproveitar a natureza e a arte em Torino, a cidade principal do Piemonte, dando um pulo no Monviso, na foz do Po e prosseguindo entre as colinas de Po. Para os amantes do mar, a rota mais aconselhada é, com certeza, o Parque de Gargano em Apúlia, onde as ruas são fáceis de percorrer e as estradas são cenários notáveis, um verdadeiro espetáculo.

Enfim, viajar de carro é o melhor meio de transporte quando temos mais tempo à disposição, quando vamos conhecer o Sul da Itália e quando queremos conhecer pequenas cidades que geralmente estão situadas entre as grandes cidades turísticas.

As vantagens são

- hospedar-se em hotéis fora da cidade, isso quer dizer muita economia; os hotéis mais caros são sempre aqueles centrais, por isso vale a pena se hospedar fora dos centros, pegar o carro e ir até um lugar onde se pode pegar o meio de transporte melhor para visitar os centros das cidades: metrô ou ônibus.
- a maior parte das vezes os hotéis e hotéis-fazendas fora das cidades são mais lindos e românticos!

- podem-se conhecer alguns lugares que, sem o carro, seria muito complicado conhecer (como, por exemplo, a Costa Amalfitana, Apúlia e Calábria).
- assim como conhecer burgos escondidos do mundo, menos turísticos, justamente pela dificuldade de chegar neles, mas que são belíssimos; conhecendo-os, poderá ver a vida da gente local e encontrar aqueles restaurantes onde se provará realmente a "cozinha italiana".
- parar para fazer fotos e apreciar as passagens, parar para fazer degustações nas fazendas que se encontram nas estradas,
- ser, enfim, um viajante e não um turista, que saboreia cada momento da viagem no tempo correto e sem correr de uma parte para a outra!

As principais desvantagens

As desvantagens são o alto preço da gasolina e dos pedágios (principalmente no Norte da Itália) e a dificuldade de encontrar lugares para estacionar (nas grandes cidades), além dos preços dos estacionamentos dos hotéis.

DICA IMPORTANTE: Não convém usar o carro para se deslocar nos centros das grandes cidades (como por exemplo, Roma, Siena, Florença, Milão), pois quase todas essas cidades têm áreas de acessos vetadas para pessoas que não são do lugar (**ZTL**, zona de tráfico limitado). Isso quer dizer que, entrando com o seu carro, você vai pagar uma multa altíssima! Por isso é importante estacionar o carro fora dessas zonas e pegar outro meio de transporte alternativo para poder viajar com muito mais tranqüilidade e, obviamente, economizando.

- É oportuno reservar sempre o carro antes de chegar à Itália, pois os preços são sempre melhores do que reservar diretamente quando você chega, sem contar que se pode ter mais possibilidades de escolha de carros.
- Acho também importante fazer o seguro completo. Ao contrário do que se pensa, o roubo de veículos está aumentando muito na Itália.
- Para finalizar: se você tem pouco tempo, por exemplo, de 7 a 10 dias, acho mais interessante viajar com o trem de alta velocidade, que é muito mais rápido e acabará saindo mais econômico que o aluguel do carro (e as outras despesas como: estacionamentos, gasolina e pedágio).

QUAL É O PREÇO MÉDIO DO ALUGUEL DE UM CARRO NA ITÁLIA?

O preço médio para alugar um carro na Itália é a partir de 45 euros por dia. Obviamente você terá que considerar mais as despesas com estacionamentos, gasolina e pedágios que variam de acordo com a região para a qual você vai viajar.

Conclusões

Em minha opinião, o melhor meio de transporte para percorrer o território italiano é o trem – isso principalmente para o Norte e Centro da Itália, onde esse transporte funciona muito bem. Já no Sul da Itália, o melhor transporte é o carro alugado.

CONSELHOS PARA DIRIGIR NA ITÁLIA
O QUE SÃO AS ZLT?
QUAIS AS PRINCIPAIS PLACAS?

13

Os turistas estrangeiros amam o nosso belo país! Há sempre muitas pessoas que decidem passar suas férias na Itália. A península é um dos lugares mais bonitos do mundo, lar de arquitetura, arte, história e paisagens de tirar o fôlego, além de produtos alimentares que não deixam nada a desejar aos grandes países do mundo. Apesar da miríade de falhas e problemas que fazem parte de sua história, a 'Bota' é reconhecida e apreciada em todo o mundo.

Deve-se, no entanto, tomar algumas precauções, especialmente os turistas que querem conhecer o nosso belo país passeando com um carro alugado. Este texto trará algumas informações úteis e conselhos dados aos turistas estrangeiros que se deslocam pela Itália por esse meio de transporte.

Também lembraremos a importância da segurança rodoviária, indicando que você sempre deve viajar na pista mais livre, ficando à direita, e que o limite de velocidade no centro da cidade é de 50 km / h, nas estradas secundárias 90 km / h, em estradas principais 110 km / h e em autoestradas 130 km / h. Além disso, o uso de telefones celulares durante a condução só é permitido através de *bluetooth* (via alto falante ou auricular).

Mais informações:

- manter o farol baixo sempre ligado nas autoestradas e estradas secundárias, mesmo durante o dia;
- estacionar em lugares seguros (os estacionamentos que são demarcados com linhas brancas são gratuitos, os com linhas azuis são pagos e aqueles com linhas amarelas são reservados).

Além destas informações, você precisa prestar muita atenção para os ZTL (zonas de tráfego limitado). De fato, em muitas cidades italianas que possuem ZTL, normalmente localizadas no centro da cidade, há controle por câmeras.

As ZTLs eram geralmente estabelecidas em áreas do centro histórico de muitas cidades italianas com o objetivo de proteger o patrimônio histórico e arqueológico da cidade, além de proteger a qualidade de vida dos bairros e incentivar o uso do transporte público, promovendo a redução da poluição do meio ambiente. As vias de acesso ao ZTL são geralmente marcadas com um sinal da proibição e com tabelas complementares, com informações dos horários da proibição, das categorias permitidas e das vetadas. Muitos municípios e cidades de arte – os destinos favoritos para os turistas europeus – usam estas ZTL especialmente em seu centro histórico.

Muitos turistas não sabem disso e, portanto, não fazem caso para os sinais ou não sabem interpretá-los corretamente, levando, assim, várias multas que chegam em casa quando retornam das férias.

A duração da ativação das ZTL, com o acesso a determinadas áreas, é permitido apenas aos veículos autorizados e pode variar de cidade para cidade, além de mudar entre o dia e a noite. O acesso nessas áreas e circulação são geralmente permitidos apenas aos veículos de residentes, para veículos de serviço das pessoas com deficiência, para bicicletas, veículos de transporte público, táxis, veículos de segurança e emergência.

As câmeras são ativas 24 horas por dia e gravam o número de placa de cada veículo em trânsito na entrada e saída, depois enviam os dados para um sistema de controle automático, que vai verificar se os meios são autorizados. Todos os outros motoristas podem viajar ou estar na zona restrita apenas com uma autorização e, de qualquer maneira, tal permissão é restrita a pessoas que residem nessa área, aos donos de comércio na região, de produção ou serviço, escritórios e estudos profissionais localizados na ZTL e a prestadores que precisam realizar intervenções profissionais ou médicas.

Os turistas estrangeiros que vêm para a Itália e decidem alugar um carro devem estar cientes sobre estas áreas e prestar muita atenção a estes sinais se quiserem evitar surpresas desagradáveis. Por exemplo, quando a sinalização mostrar *'varco non attivo'*, significa que os veículos PODEM entrar na ZTL; quando o sinal for *'varco attivo'*, significa que os veículos NÃO PODEM entrar na área se não possuírem as devidas permissões.

Os martelos cruzados indicam que ZTL não funciona aos domingos e feriados. A ZTL está ativa todos os dias, das 7h30 às 19h30. Como dissemos antes, estas áreas estão localizadas em diferentes cidades de arte e não só no nosso país. Observe que cada cidade tem sua própria regulamentação, e é imperativo ter cuidado com os sinais e tudo o que está escrito, porque as regras podem mudar de cidade para cidade. Estas são, em geral, as informações mais úteis para os turistas estrangeiros que são de outras nações.

Conclusões

A Itália é realmente linda e passar as férias aqui é uma experiência que vale a pena viver, apesar de permissões e proibições.

CONSELHOS PARA VIAGEM NA ITÁLIA
QUAIS CIDADES VISITAR EM 3, 5, 7, 10 E 15 DIAS?

14

Passar as férias no centro cultural da Europa equivale a dizer **Itália**. Na verdade, a Itália é um país que possui três características que a distinguem: a cultura, gastronomia e um estilo de vida único. Conhecido pela cultura romana antiga, com o ideal da beleza renascentista e uma grande mistura de prazeres para os sentidos e para o paladar, o lindo país fascina todo turista que decide visitá-lo. Deixe-se encantar pela beleza desse belo país, e aproveite uma viagem inesquecível através da Itália!

Apesar das propriedades geográficas e da magnífica natureza nas regiões, que fascinam a todos durante a viagem pela Itália, há também os tesouros históricos e culturais, bem como a arte culinária, que fazem deste país inconfundível e inimitável. A Itália saberá encantar com sua beleza e elegância.

Não importa se vocês passarão suas férias na praia, se vocês farão uma viagem cultural pela Itália ou se organizarão uma rápida passada na linda capital, Roma, na capital da moda, Milão ou na cidade dos amantes, Veneza – em qualquer um dos casos, esse país dará para cada visitante fortes e especiais emoções. Goethe foi um dos tantos poetas que tentou descrever suas impressões do país e das pessoas, com reflexões sobre arte, cultura e literatura italianas. Iniciou sua viagem pela Itália em 4 de Setembro de 1786, passando por Verona, Pádua, Veneza, Roma, Sicília e Nápoles. Nós faremos da mesma maneira que Goethe, uma viagem maravilhosa pela Itália!

Iniciaremos imediatamente a viagem, mas quais cidades podemos visitar em três dias?

Bom, se temos à disposição apenas três dias, com certeza começaremos com um destino de arte, que tem o poder de nos inspirar e nos dar esperança. Assim, escolheremos Veneza e Florença. Começamos a viagem na esplêndida Veneza. A atmosfera especial desta cidade sobre as águas atrai visitantes como um imã. As ruas estreitas e cheias de vida, pontes, canais, gôndolas e uma série de famosas construções históricas e praças idílicas tornam Veneza em um destino obrigatório.

Você quer acordar de manhã e abrir as janelas sobre uma bela lagoa? Os Palácios de Veneza são o máximo do esplendor e da elegância. Veneza é única no mundo, a cidade romântica por excelência. Construída sobre as águas, no meio de uma lagoa, é umas das mais lindas e populares regiões da Itália. O coração de Veneza é a Piazza San Marco, com sua magnífica igreja. As longas caminhadas a pé ou os passeios de gôndola os conduzirão a museus, palácios e construções religiosas, de beleza e fascínio únicos.

Vamos agora para a região toscana, em outra esplêndida cidade, que é símbolo da Itália no mundo. Estou falando de Florença, que é um concentrado de monumentos e obras de arte, berço da cultura do Renascimento e muito querida pelos turistas. Florença foi o berço dos maiores artistas e poetas italianos, de Dante Alighieri à Petrarca, de Michelangelo à Leonardo da Vinci. Entre suas magníficas obras, precisamos citar, e ver, a famosa cúpula do Duomo, os jardins do Palácio Pitti, Ponte Vecchio com seus ourives e os lindíssimos palácios. Essa cidade realmente tem muito para oferecer aos visitantes e turistas, e por essas mesmas razões, podemos considerá-la a cabeceira do turismo cultural italiano.

E para ficar sem fôlego, basta olhar Florença do alto do Piazzale Michelangelo e apreciar a vista imperdível!

OU ESCOLHA SOMENTE ROMA e se dedique totalmente à 'cidade eterna'. O próximo texto será dedicado totalmente a Roma.

Vejamos quais cidades é possível visitar em cinco dias...

Se tivermos à disposição cinco dias, podemos acrescentar à Veneza e Florença outra cidade, que poder ser Verona , talvez por questões de praticidade. Sendo que **Verona** é mais perto de Veneza, poderíamos inverter a ordem de visitação – como, por exemplo, visitar Veneza, depois Verona e, em terceiro lugar, Florença. Vamos conhecer essa localidade maravilhosa que é Verona, uma das mais célebres cidades vênetas, seja pelas riquezas artríticas, literárias e arquitetônicas que oferece, ou por ser conhecida em todo o mundo pela tragédia que William Shakespeare escreveu, Romeu e Julieta. Graças a tudo isso, Verona se transformou na 'cidade do amor'.

Se vocês são românticos incuráveis, não podem deixar de ir a Verona para admirar a varanda onde Julieta, segundo a tragédia, se apoiava para falar com seu Romeu. Perto dali, está a bela Piazza delle Erbe, coração de Verona. Não podemos nos esquecer de outro símbolo da cidade, a Arena de Verona. Outro lugar para não deixar de ver é o Duomo de Verona, conhecido também como a Catedral de Santa Matricolare, com o romântico estilo renascentista.

E em sete dias? Quais cidades visitar?

Bom, a esse ponto, às cidades mencionadas anteriormente, havendo sete dias à disposição, acrescentaremos a cidade mais fashion, ou seja, **Milão** . Essa cidade metropolitana é o centro econômico e comercial da Itália e possui um imenso patrimônio cultural e histórico-artístico milenar.

Há muitas igrejas, monumentos e lugares interessantes que podem ser admirados em Milão, conhecidos em todo o mundo, como o Duomo de Milão, a Galaeria Vittorio Emanuele II, A Última Ceia, de Leonardo (Cenaco Vinciano), o Castelo Sforzesco, o teatro Alla Scala, a Basílica de Santo Ambrósio – só para citar algumas de suas belezas imperdíveis. Como não lembrar que Milão é principalmente a capital da moda e das compras? Nesta cidade há opções interessantes, marcas e ideias, luxo e curiosidade, boutiques e lojas alternativas.

Para os amantes das grifes, é necessário ir ao redor do distrito da moda de Milão, mais especificamente na Via della Spiga, Via Montenapoleone e Corso Vercelli. Após ter feito compras, visitamos a 'Milano by night', nos lugares mais glamorosos da vida noturna milanesa: Sempione, Navigli e Corso Como, ou até mesmo locais como a Isola, um dos mais tradicionais da cidade.

Em dez dias, quais cidades podemos visitar?

Agora vamos ver o que podemos visitar em dez dias, além das cidades propostas até agora? Acho que, a esse ponto, com dez dias à disposição, podemos visitar outras cidades além das já citadas: **Assis** e **Roma,** a Caput Mundi.

Começamos com a lindíssima cidade umbra que associamos principalmente ao célebre São Francisco de Assis.

É bem verdade que, além de ser uma bela cidade, é também imensa, mas se pode conhecer em um dia. Partimos de imediato do coração de Assis, a basílica dedicada a São Francisco, construída no século XIII, por ordem do papa Gregório IX. O imponente complexo é constituído de duas partes diametralmente opostas: uma igreja escura na parte inferior e uma vertical com a luz no topo, como se fosse para representar a luz divina. O interior é coberto com afrescos, que são os melhores exemplos da pintura dos séculos XIII–XIV, dos maiores artistas italianos, como Simone Martini, Cimabue e Giotto.

No ano inteiro, Assis é um destino para os visitantes e peregrinos de todo o mundo. Da Basílica você pode ir para a longa Via San Francesco e chegar até a Praça da Câmara Municipal, com estilo medieval, onde foi construído o templo de Minerva, antigo santuário romano. Na Piazza Santa Clara, encontramos a igreja dedicada à beata, construída com a 'pedra-de-rosa', tipicamente extraída da caverna do Monte Subasio.

Após Assis, pararemos em uma das mais belas cidades do mundo: **Roma**, a capital da Itália. É simplesmente uma cidade estupenda, e o tempo para visitá-la nunca é suficiente. O objetivo imprescindível dos turistas é a descoberta desse tesouro de história, arte e arquitetura. Quando chegarem, eu sugiro que comprem um cartão que oferece benefícios significativos para os turistas e que lhe permite várias facilidades como entradas reduzidas nos museus, exposições ou eventos. Logo após começarem o passeio, preferencialmente a pé ou de ônibus, até mesmo metrô, visitem Roma para desfrutar uma vista inesquecível do Coliseu, a pedra angular de Roma e do mundo romano.

O Coliseu é, sem sombra de dúvida, o símbolo máximo da cidade. Na verdade, não só é um bem precioso da Humanidade, mas é uma das sete maravilhas do mundo. A poucos metros do Coliseu, pode-se visitar o Fori Imperiali. A beleza impressionante dos parques arqueológicos, do Fórum de Augusto, do templo dedicado à Venus Genetriz, do Fórum de Trajano, do Templo de Saturno e da Basílica Julia irá reviver a atmosfera clássica da capital e tornará as imagens impossíveis de esquecer. Outro lugar representativo de Roma é a Praça de Espanha. Sua escadaria, Trinita dei Monti e a fonte Barcaccia, construída por Pietro Bernini e seu filho, certamente terá um lugar especial em suas memórias de Roma.

Depois de uma dose cheia de cultura, eu recomendo que você faça uma curta parada, para um almoço tranquilo, enquanto admira a vista da cidade. Na parte da tarde, delicie-se com um passeio no Villa Borghese, um dos parques mais amados na capital; será uma experiência inesquecível. Um dia após a nossa chegada à bela 'Cidade Eterna', continuamos com a praça do famoso São Pedro, dominada pela imponente Basílica de São Pedro, a maior das quatro basílicas papais e representante do símbolo do Vaticano. Outra memorável visitação é na Piazza Navona, que irá surpreendê-lo.

Além de ser um elegante ponto de encontro, é inesquecível pela sua atmosfera mágica, colorida pelos muitos artistas de rua. Os visitantes de Roma não podem ficar sem uma visita ao Museu do Vaticano. Programe-se para não deixar de participar da emoção de um "banquete visual" imperdível, que não deve ser desperdiçado, é obrigatório. Os 'quartos de Raphael', na Capela Sistina, são obras-primas que não podem deixar de ser visitadas.

Outro monumento símbolo de Roma é o Panteão. Majestoso, especialmente à noite, quando as luzes estão se voltando para o céu, o Panteão ocupa um lugar especial nos corações dos visitantes. Sua localização estratégica, no centro de Roma, faz com que seja facilmente acessível e memorável.

E em quinze dias, quais cidades podemos incluir àquelas já visitadas anteriormente? Pensamos em incluir outras duas esplêndidas cidades: **Napóles** e **Palermo.** Começamos pela Cidade do Sol. Nápoles é uma das mais belas cidades do sul da Itália, rica em história e cultura: o seu centro histórico foi premiado com o título de Patrimônio Mundial pela UNESCO, há igrejas de diferentes períodos espalhadas pela cidade, museus, monumentos e castelos. Provavelmente uma semana não bastaria para visitar o suficiente, mas em alguns dias você também pode experimentar a atmosfera única de Nápoles e permanecer enfeitiçado.

Assim que chegar a Nápoles, você pode facilmente explorar a pé o centro histórico, com as ruas de Spaccanapoli (traduzindo ao pé da letra, seria algo como 'que divide Nápoles'), o Duomo de San Gennaro com as Catacumbas, o Museu Nacional de Arqueologia (um dos maiores da Itália, com artefatos clássicos), o Palácio Real, localizado na Piazza del Plebiscito, o Maschio Angioino, Castelo dell'Ovo e o Teatro San Carlo. Não tem como não aproveitar e fazer um agradável passeio na Via Partenope e Via Caracciolo. A costa de Nápoles é um lugar verdadeiramente espetacular. Vale a pena visitar as inúmeras igrejas de Nápoles, entre as quais, a de Jesus, a de Santa Clara ou a de San Domenico Maggiore e a de Cristo velado. Estão todas muito perto e você pode visitá-las em um dia. Para finalizar, há a parte alta da cidade, que oferece a Certosa di San Martino e o famoso Palácio de Capodimonte.

Terminamos esta viagem na cidade de Palermo , capital da Sicília, uma encruzilhada de culturas e de mil povos, que se reflete em todos os cantos. Palermo foi fundada por fenícios, que fizeram do lugar o seu ponto de destino no meio do Mediterrâneo. A arquitetura da cidade é testemunha de um passado rico em acontecimentos históricos. Visitar Palermo é como uma bela viagem no tempo. O centro histórico da cidade pode ser facilmente explorado a pé, a fim de viver plenamente a atmosfera.

O centro histórico é construído ao redor da praça octogonal chamada de "Quatro Cantos" ou "Teatro do Sol". Nas redondezas você pode visitar muitos dos principais monumentos, como a Catedral de Palermo, construída, aparentemente, sobre as ruínas de um antigo templo sagrado, dedicado à Virgem Maria; a Igreja de Martorana, com estilo islâmico-bizantino; a Capela Palatina, com estilo árabe-normando e o Palácio dos Normandos, também conhecido como Palácio Real.

A cidade é grande, mas a maioria dos monumentos listados está localizada no centro, portanto vá para o coração de Palermo a pé ou de transporte público. Muitas vezes, igrejas e palácios têm horário de abertura ao público muito precisos, então é bom que você se informe com antecedência para evitar ir até lá em dias ou horários em que estejam fechados.

Palermo é uma cidade magnífica e suntuosa que oferece arte e cultura em todos os lugares que você olhar.

Conclusões

A Itália é reconhecida no exterior como 'o belo país', pela sua história cultural, artística e literária; realmente, o patrimônio artístico é imenso. Agora, a esse ponto, basta que você anote nossas sugestões e venha para esse maravilhoso território para confirmar o quão, verdadeiramente, a Itália é superlativa.

VISITE A ROMA ANTIGA!
3 ITINERÁRIOS DE 3 DIAS PARA CURTIR 2000 ANOS DE HISTÓRIA

15

Roma é uma das cidades mais belas do mundo. Ao longo de seus 2000 anos de história, tem sido – e ainda é – o 'centro do mundo', não por acaso chamada de "A Cidade Eterna". Seus monumentos e palácios magníficos, igrejas e basílicas nos contam a história e de um passado glorioso, papel que sempre desempenhou no mundo e desempenha ainda.

Dessa maneira, sugerimos para você desfrutar Roma em apenas três dias, seguindo um dos itinerários mais interessantes para aqueles que querem conhecer a capital refazendo os marcos de sua história e de sua magnificência, os quais presenteiam os turistas com muita beleza em suas visitas diárias. Você só precisa seguir as dicas desse itinerário!

1) **Primeiro Dia**: **Roma Imperial** e **Roma Barroca**. Começaremos com a primeira rota, que nos levará ao coração de Roma através da Roma Imperial e Barroca. Vamos começar o dia com uma visita na Roma Imperial, que é a Roma de Augusto, aquele que criou um império destinado a durar cerca de cinco séculos. Neste período, de fato, em um nível cultural, observa-se uma evolução da arquitetura romana, que remete ao período imperial, o Panteão, o Arco de Tito, a Coluna de Trajano e Antonina, as Termas de Caracalla, a Basílica de Massenzio, e, claro, o Fórum Romano.

O passeio começará a partir da Piazza Augusto Imperatore, com uma visita às ruínas majestosas do mausoléu imperial que abriga os restos dos imperadores da dinastia Júlio-Claudiana; em seguida, continuaremos com Ara Pacis, o altar de Augusto. Iremos então seguir para o Panteão, o templo construído por Agripa, com a cúpula hemisférica, uma autêntica obra-prima da engenharia romana, espetacular, que inspirou todos os posteriores modelos de cúpulas. Assim, você pode visitar as Termas de Agrippa, as primeiras Termas públicas de Roma, que levam até o Ghetto.

Depois de uma pausa para o almoço, continuamos a caminhada para a Roma Barroca. Partindo da famosa Fontana de Trevi, você vai chegar à Piazza Colonna, que deve seu nome à Coluna Antoniniana, e de lá para Piazza Montecitorio, onde há a construção barroca homônima, que hoje é a sede da casa do Parlamento italiano. Nos dirigimos em seguida para São Luís dos Franceses, onde você tem a chance de ver as famosas pinturas de Caravaggio. A primeira rota vai acabar na Piazza Navona, verdadeiro resumo do barroco romano, dominado pela Fonte dos Quatro Rios, de Gian Lorenzo Bernini para o Papa Inocêncio X Pamphili.

2) **Segundo dia**: O percurso do segundo dia começará com uma visita ao **Museu do Vaticano**, portanto, à **Basílica de São Pedro**, e terminará na área de **Trastevere**. Os magníficos e vastos museus do Vaticano são um dos maiores e mais interessantes complexos de museus do mundo. Dado o grande número de turistas que estão sempre na fila para visitar os Museus do Vaticano, é preferível reservar ingressos on-line, assim, você vai economizar tempo e evitar longas filas na entrada. A visita acontecerá ao longo de um caminho que inclui, no final, a Capela Sistina e as Salas de Rafael, que são verdadeiramente imperdíveis. A duração do passeio leva cerca de três horas. Também deve ser levado em conta que, mesmo sem fazer qualquer parada, a partir da entrada da Capela Sistina o tempo do percurso é de, pelo menos, vinte e cinco minutos.

Depois de ver este show de arte, recomendo uma pausa para um almoço leve e depois a continuação da viagem com uma visita na Basílica de São Pedro. Outra jóia em Roma e no mundo é a Basílica de São Pedro, com uma cúpula esplêndida e imponente que se eleva acima dos telhados de Roma e que é o coração do Cristianismo. A Basílica é um dos lugares mais

visitados da Cidade Eterna, seja pela beleza artística que ela abriga, seja por ser a sede das principais manifestações do culto católico. Em sua praça grandiosa são celebradas desde as missas de Natal até as da Páscoa, passando pelos ritos da Semana Santa, a proclamação dos papas e os funerais dos falecidos, a abertura e fechamento dos jubileus e as canonizações dos santos, além da Santa Missa onde a cada manhã de domingo o Papa se pronuncia da janela.

Portanto, para aqueles que chegam à Roma, a visita nunca é completa se você não aproveitar a oportunidade de admirar a Basílica, a praça e a colunata que a abraça, como se estivesse acolhendo a todos.

A esse ponto, vamos visitar um dos bairros mais emblemáticos de Roma, **Trastevere**, onde você também poderá desfrutar um jantar especial em algum restaurante típico dessa região. Trastevere é o lugar em Roma onde nasceu e se desenvolveu o povo romano, entre os paralelepípedos, as praças e os Fontanones, residentes locais, sendo o verdadeiro coração de Roma. Hoje, o bairro de Trastevere está entre os mais bonitos e característicos de Roma, um centro da vida noturna e da enogastrononia, um teatro ao ar livre com praças maravilhosas, igrejas e vielas históricas, emblemas antigos e contemporâneos do mundo romano. À noite, é muito agradável dar um passeio na região de **Testaccio**. Você pode respirar aqui uma atmosfera original: o bairro está repleto de locais de interesse turístico e de entretenimento, um mais intrigante do que o outro, que transformaram as noites em torno de Monte Testaccio em uma verdadeira vida noturna do Capitolino.

3) No terceiro dia do itinerário, que é também o último, vamos visitar a **Roma Cristã**, com as suas Basílicas Papais e a Via Ápia, onde estão as Catacumbas. Começamos com as basílicas papais, que vão além da Basílica de São Pedro. A Basílica de Santa Maria Maggiore é uma verdadeira jóia, rica em belezas inestimáveis que há cerca de dezesseis séculos dominam a cidade de Roma. A basílica é um marco para os cidadãos do mundo que chegam na Cidade Eterna para ver o que ela oferece através da sua grandeza monumental. Santa Maria Maggiore é a maior das igrejas romanas dedicadas ao culto da Virgem Maria.

Após a visita de Santa Maria Maggiore, o itinerário segue para a Basílica de São João de Latrão. É a catedral de Roma, dedicada ao Santo Salvador e os Santos João Batista e Evangelista. Erguida por Constantino em torno de 314, a basílica de cinco alas, até o período de Avignon, era a igreja mais importante da Cristandade, o centro do poder dos papas e a residência do Papa. Repetidamente danificada e restaurada, a imagem da Basílica de São João de Latrão mudou ao longo dos séculos.

A última basílica papal é a de São Paulo Fora dos Muros. Situada ao longo da Via Ostiense, no local onde, segundo a tradição cristã, foi enterrado o apóstolo dos gentios, ela foi convertida na basílica de Constantino e consagrada, segundo a tradição, em 324 pelo Papa Silvestre I.

A aparência atual da Basílica de São Paulo, o assunto desta rota, é devida à reconstrução ordenada por Leão XII, com base no modelo da arquitetura original.

As estradas consulares: Appia Antiga

A **Via Ápia** é uma das primeiras estradas consulares construídas por Appio Claudio Cego, Cônsul em 312 a.C, e a mais popular entre as estradas romanas, pois é onde estão as Catacumbas. A Via Appia foi nomeada pelos romanos "Regina Viarum", a rainha das estradas, e você pode facilmente entender porque, dada a importância fundamental que sempre desempenhou e ainda desempenha. A antiga Via Appia corre ao longo de nove quilômetros, e sua importância se deve, principalmente, pela presença das Catacumbas, local de sepultamento dos primeiros cristãos e local de orações, com antigos cemitérios subterrâneos, usados pelos cristãos e por comunidades judaicas, especialmente em Roma.

Originalmente eram usadas só para enterros. Aqui os cristãos se reuniram para celebrar os ritos fúnebres, os aniversários dos mártires e dos mortos. Com a ascensão do Cristianismo, a Appia foi tomada para acomodar até mesmo os primeiros enterros coletivos, que por razões práticas e tradições locais foram secretamente feitos. Para isso, exploravam a pedra de pozolana ou tufo (o subsolo em torno de Roma é repleto dessas pedras). Assim nasceram as catacumbas. As mais importantes e maiores são as de São Calisto, São Sebastião e Santa Domitilla. As três estão na região da Appia antiga, perto umas da outras. São labirintos subterrâneos, ricos de história e sugestões.

As Catacumbas de São Calisto ocupam quase vinte quilômetros de túneis subterrâneos, até grandes profundidades, rodeada por nichos esculpidos em dois e três níveis, uns sobre os outros. A Cripta dos Papas é o lugar mais importante. Também conhecido como "o pequeno Vaticano", este local contém os restos de pelo menos cinco Papas mártires e santificados.

Nas catacumbas de São Sebastião estão os primeiros túmulos cristãos definidos de "catacumbas", nome pelo qual era conhecida a vala. As catacumbas de São Sebastião são muito semelhantes às de São Calisto. Eles têm quatro níveis de profundidade, e no interior são ainda visíveis algumas pinturas dos primeiros tempos do Cristianismo, estuques de grafite e mosaicos. A parte central é a Basílica de São Sebastião, um dos sete locais de peregrinação em Roma. A igreja é em estilo barroco e, na primeira capela à esquerda, há a estátua de mármore de São Sebastião; ao lado, há a cripta onde estão os restos mortais do Santo.

Outras catacumbas importantes são as Catacumbas de Santa Domitilla, também conhecidas como Santos Nereu e Aquiles. Estas catacumbas, não muito longe da anterior, estão entre as maiores e as mais antigas. São quinze quilômetros de galerias subterrâneas em quatro níveis. A pequena igreja de tijolos é dedicada aos Santos Nereu e Aquiles, martirizados por Diocleciano e colocados em uma cripta, transformado em um lugar de culto. Aqui fica a única coluna que permaneceu intacta, adornada com a decapitação de Aquiles e o túmulo de São Petronilla. Além disso, existem os túmulos de alguns dos membros da família de Flaviano Aureli.

Conclusões

Roma é um museu vivo, uma cidade onde cada canto, cada igreja e cada praça esconde segredos e histórias que precisam ser descobertas e vividas. Você nunca acaba de visitar e admirar esta obra-prima de cidade, a qual o mundo inveja.

PROCURANDO HISTÓRIA & ARTE?
UM ITINERÁRIOS COM MUSEUS
IMPERDÍVEIS EM ROMA E MAIS!

16

Há tantas atrações e monumentos para ver em Roma que não seria suficiente escrever centenas de páginas para enumerá-los aqui. Michelangelo era capaz de pintar a alma desta grande cidade, Fellini conquistou-a com seu filme '*La Dolce Vita*' e Audrey Hepburn visitou-a a bordo de uma vespa, com o entusiasmo inocente de uma jovem em '*A princesa e o plebeu*'. Os monumentos antigos da cidade são a constante lembrança de um passado glorioso, de quando a cidade foi o centro da civilização ocidental – o 'Umbigo do Mundo', para usar o título de uma música de Jovanotti. Roma foi uma das primeiras cidades cosmopolitas na história do mundo, e pelo seu exemplo nasceram todas as outras grandes cidades europeias. O legado deixado para a posteridade é imenso, uma riqueza de arte, arquitetura e engenharia único no mundo. Vamos aprender sobre a grandeza desta cidade, listando suas atrações e monumentos; em outras palavras, sua história e sua arte maravilhosa.

Vai ser uma tarefa difícil. Tudo o que será sugerido neste texto não está apenas entre os mais famosos museus e monumentos, mas também aqueles que propõem as obras mais importantes e famosas do mundo, compondo a verdadeira história da Cidade Eterna.

1) Certamente você pode começar a partir do Museu do Vaticano, no Vaticano. Aqui ,há a mais importante coleção de obras de arte do mundo e é o local onde trabalhavam os maiores mestres, como Michelangelo, Rafael e Caravaggio, para citar alguns. É uma coleção inestimável, que vai culminar na beleza esmagadora da Capela Sistina, em homenagem ao seu fundador, papa Sisto IV. Nesta capela, a natureza extraordinária do gênio de Michelangelo nos deu um dos tesouros mais célebres do mundo, visitada todos os dias por milhões de visitantes. No último domingo de cada mês, a entrada é grátis das 09h00 às- 12h30, por isso não perca, porque você pode desfrutar de séculos de arte sem pagar nada.

2) Já que você está ao lado, você pode continuar o passeio com uma exploração da Basílica de São Pedro, a mais importante e a maior do mundo católico. É uma das quatro basílicas papais de Roma e é o local responsável pela hospedagem das funções mais importantes da religião católica nas ocasiões mais importantes e solenes. Você vai ficar embasbacado pela arquitetura e pelas obras de arte na igreja, incluindo Pietá, de Michelangelo. Saindo da Basílica, em seguida, você precisa admirar a Praça deslumbrante de São Pedro, onde fica a colunata magnífica de Bernini. Menção especial merece a cúpula de São Pedro, construída sob a supervisão de Michelangelo até sua morte.

3) Outra obra imperdível são os Museus Capitolinos. Aqui, as glórias de Roma, o Império Romano e os seus protagonistas são representados em uma coleção única e preciosa, que vai deixar você sem fôlego. Estes museus oferecem ao visitante um percurso maravilhoso, do Palácio dos conservadores com sua Exedra, de Marco Aurelio e a galeria de arte no Palácio Novo, o Tabularium (documentos antigos em placas de bronze com as leis e os atos oficiais do Estado romano) e o Palácio Clementino Caffarelli, que contém a coleção de medalhas do Capitolino. O nascimento dos Museus Capitolinos começa em 1471, quando o Papa Sisto IV doou ao povo de Roma um grupo de estátuas de bronze preservadas até então em Latrão (a loba, o Spinario, a cabeça colossal de Constantino, o globo e a mão), que constitui o primeiro núcleo da coleção.

4) Na esplêndida residência renascentista da família Borghese, encontramos uma das melhores coleções do mundo, a 'Vila Borghese'. Dentro da Vila Borghese estão obras de Gian Lorenzo Bernini, Agnolo Bronzino, Antonio Canova, Caravaggio, Raphael, Pieter Paul Rubens, Titian. A Galeria é única no mundo, especialmente no que diz respeito ao número e importância das esculturas de Bernini e pinturas de Caravaggio. Entre os mármores e estuques de ouro de suas salas, a exposição traça o gênio e o talento desses artistas com as suas obras mais famosas, como Paolina Bonaparte, o Sagrado e o Amor Profano, Apollo e Daphne, obras-primas imperdíveis. A entrada é gratuita no primeiro domingo de cada mês, mediante reserva. É um tesouro de arte, uma combinação perfeita entre o verde repousante dos jardins e visitas aos museus de grande interesse artístico, que fazem da Villa Borghese uma das paradas obrigatórias para férias romanas.

O parque é ótimo também para caminhadas (se preferir, pode usar bicicleta, que você pode alugar lá mesmo) e piquenique nas árvores. Em seu núcleo está o jardim com um lago artificial e barco a remo.

5) Outra visão incrível do charme monumental da capital é representada pelo Castelo de São Angelo, um dos museus mais visitados. Conheça a história do Castelo mais importante de Roma, desde o seu início com a Tumba de Adriano até ser transformado em uma residência papal e, depois, em prisão. Trata-se de uma visão geral da história de Roma, que vai desde as glórias do imperador ao poder temporal da Igreja, passando pelas invasões bárbaras, o Cativeiro avinhonense até Moti Carbonari. Construído em torno de 123 a. D. como um túmulo para o imperador Adriano e sua família, o Castelo São Angelo é um destino incomum na capital histórica e artística da cena. Enquanto todos os outros monumentos romanos sofreram vários abalos, alguns reduzidos a ruínas ou saques de materiais para ser reciclado em novos edifícios, o Castelo, através de uma série ininterrupta de desenvolvimentos e transformações, acompanha o destino de quase dois mil anos de história de Roma. Do monumento funerário à um posto fortificado, da prisão escura e terrível à esplêndida casa renascentista que possui dentro de seus muros obras de Michelangelo... o Castelo de São Angelo incorpora, nos espaços solenes e nas paredes imponentes de seus salões com afrescos magníficos, os eventos da Cidade Eterna, onde passado e presente parecem indissociáveis.

6) E acabamos aqui, onde você pode seguir os passos do Império Romano: monumentos bimilenares, ruínas fascinantes, de fato, na área que vai do Coliseu ao Capitólio. O Coliseu foi inaugurado como o Anfiteatro Flaviano e foi chamado apenas mais tarde de Coliseu, provavelmente por causa da enorme estátua conhecido como o 'Colosso do Deus Sol', localizado nas proximidades e que tinha a aparência de Nero. O símbolo mais importante de Roma é o Coliseu, que acolhe anualmente milhares de visitantes. Recomendamos a este respeito, para evitar longas filas, comprar o Passe de Roma. Os romanos tiveram o prazer de ver aqui as lutas entre gladiadores e animais selvagens, além de simulações de batalhas navais. O ingresso para o Coliseu também inclui a entrada para o Palatino e o para o Fórum Romano.

Não perca o Arco de Constantino, celebração da vitória de Constantino sobre Maxêncio. O Palatino, o Circus Maximus e o imenso Fórum Romano, que te farão reviver a vida do Império Romano na época. Bem acima do Fórum, destacamos uma das sete colinas de Roma, o Capitólio, onde ficam hoje os escritórios do prefeito de Roma e os Museus Capitolinos.

COMO CONHECER ROMA COM A FAMÍLIA - O QUE FAZER COM AS CRIANÇAS?

17

Chamada de 'Caput Mundi', o centro do mundo, Roma tem estado há séculos na encruzilhada de poder, riqueza e cultura. Ainda hoje, a capital, apesar das dificuldades, resplandece beleza e charme herdados do passado.

Roma é uma cidade rica em história. Cada rua tem algo a dizer, e é por isso que, se você decidir visita-la, seria bom reservar, pelo menos, uma semana; mas, se o tempo é muito curto, você pode fazer bem o suficiente aproveitando um longo fim de semana, em que se pode ver os mais famosos locais.

Os momentos mais apropriados do ano para visitar são a primavera e o outono, que dão à cidade uma luz especial que amplifica sua beleza já eterna, mas também o inverno, leve em geral, sendo menos lotado, pode ser levado em conta para um período de férias mais tranquilo.

Roma é uma cidade muito caótica, mas também graças a isso, paradoxalmente, é mais fácil encontrar soluções para cada necessidade, especialmente para comer e dormir. Os becos e ruas de Roma estão repletos de restaurantes, *trattorias* e pizzarias típicas, enquanto para descansar, pode-se escolher entre uma grande variedade de opções, indo desde pequenos B&B e chegando até aos hotéis cinco estrelas. A maioria das opções é perfeita para famílias: os hotéis são fáceis de reservar diretamente on-line e oferecem alojamento a preços competitivos para cada necessidade, especialmente quando se viaja com a família e quando há crianças.

O que ver em Roma com as crianças?

Visitar Roma com os pequeninos é uma experiência emocionante para você e para eles, que podem desfrutar diretamente no local lições de história, graças a guias dedicados que envolvem as crianças em uma 'caça ao tesouro' divertida entre os monumentos da cidade.

O tamanho da metrópole não deve assustá-lo. Roma é, para a surpresa de muitos, uma cidade fácil para se locomover com as crianças. O metrô atinge as principais atrações e os cartões acessíveis permitem que você use o transporte gratuito para as crianças. Caso prefira, você pode usar os ônibus de excursão que passam entre monumentos, igrejas e sítios arqueológicos.

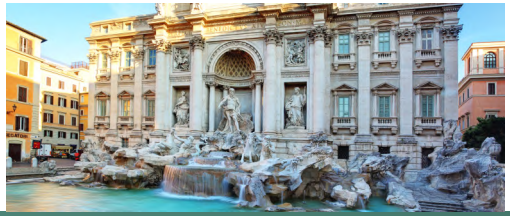
Enquanto isso, a seguir, sugerimos alguns lugares para descobrir os segredos da Cidade Eterna, e que são particularmente apreciados pelos jovens visitantes. O itinerário perfeito para famílias, especialmente aqueles com crianças que ainda não começaram a estudar a história, é, sem dúvida, o caminho no símbolo do parque da cidade, a Villa Borghese (Vila Burguesa). Villa Borghese é um dos maiores parques públicos em Roma. Com seus oitenta hectares de verde, é o pulmão do centro da cidade. O Bioparque ocupa dezoito hectares da Villa e hospeda centenas de espécies animais, ajudando a tornar a Villa um dos destinos culturais tradicionais que já está entre os cinco principais locais em número de visitantes. O grande oásis verde não poupa surpresas e atrações para as crianças, que podem se divertir na sala de jogos Casina di Raffaello (Casinha do Rafael), dedicada a elas.

Claro, você não pode deixar de visitar os monumentos da cidade, como o Coliseu e o centro histórico da cidade. Grande e bonito, o Coliseu é dos monumentos mais famosos de Roma. Ele ainda oferece muitas surpresas, começando com o nome que, na verdade, foi assim recebido apenas na Idade Média, quando o Anfiteatro Flaviano, seu nome original, foi aposentado e usado como uma fortaleza.

O Coliseu foi um estádio onde os desafios disputados eram muito mais dramáticos, de duelos de gladiadores aos desafios de homens e animais selvagens. Ainda é belo caminhar pelas arquibancadas, observar o fórum do imperador e ler os nomes dos nobres que visitaram o lugar, esculpidos nos assentos de pedra e imaginar as passagens secretas e pensar nos espetáculos assistidos por até oitenta mil pessoas, onde todos entravam de graça.

Agora já não é mais o caso. Hoje, para entrar no Coliseu, você paga uma taxa de entrada e não pode assistir aos duelos. Certamente é mais bonito agora – pelo menos, mais pacífico. A visita ao Coliseu leva cerca de uma hora e, em seguida, você pode dar um passeio na Via dei Fori Imperiali (Rua das Flores Imperiais), no final da qual você pode admirar o Mercado de Trajano. No final da Via dei Fori Imperiali fica a Piazza Venezia (Praça Veneza), com o Altar da Pátria e o Vittoriano, que normalmente abriga exposições de prestígio.

Continuando com o passeio, você pode continuar na Via del Corso, a rua comercial romana que leva à Praça de Espanha, à Fontana de Trevi e, finalmente, à Piazza del Popolo (Praça do Povo); essa região da Cidade Eterna é uma das mais belas ruas de Roma. A estátua de Netuno, de seis metros de altura, guiando um carro de duas conchas, arrastados por dois cavalos-marinhos, liderados pelo maior número de tritões, domina a monumental Fontana de Trevi. Ele capta o primeiro olhar, mas o monumento mais fotografado do mundo tem muito mais para mostrar.



As quatro estátuas, na balaustrada, da esquerda para a direita, que descrevem os frutos da abundância, a fertilidade dos campos, os dons do outono e as amenidades dos prados com atributos. Dezenas de figuras alegóricas, revestimentos de braços e baixos-relevos adornam o complexo. Atrás há o Palácio Poli. Um espetáculo que certamente fascina e encanta os adultos, mas as emoções surpreendem até os filhos.

Embora haja o 'temor' pela solenidade do lugar e a necessidade de se falar, normalmente, em voz baixa, até mesmo as crianças precisam viver a experiência inesquecível que só a Cidade do Vaticano, com a sua Basílica, pode oferecer. Convém, no entanto, estimular a atenção deles do jeito certo. Por exemplo, explicar que a Basílica de São Pedro é a maior igreja do mundo. Ou mostrar-lhes a perfeição da obra Pietà, de Michelangelo, obra de um mestre precoce protegida por uma placa de vidro à prova de estilhaços depois que um louco a danificou gravemente com um martelo. Revelando-lhes que o dossel que protege o altar papal foi realizado com o bronze retirado de outra igreja romana importante, o Panteão. Finalmente, ir com eles sobre a cúpula. A subida é longa e talvez cansativa, mas vale a pena: a partir daí você pode abraçar com o olhar toda a cidade de Roma.

Entre as atividades para se fazer com as crianças em Roma, precisamos mencionar um outro parque, fora das rotas clássicas, mas que certamente vale uma visita: a Villa Torlonia. Este parque é o lar de vários museus interessantes, mas o que realmente vai entreter os menores é a Brinquedoteca tecnológica de Tecnotown, um local científico em Roma que organiza shows no planetário inflável e oferece muitos laboratórios para brincar com a tecnologia. Aqui, os jogos, as experiências, descobertas científicas e a magia dos blocos de LEGO vão entreter as crianças, que serão capazes de usá-los para construir pequenos robôs.

Conclusões

Como pudemos notar, Roma é mágica para todos, sem nenhuma exceção. Até mesmo as crianças podem desfrutar da magia e de beleza que esta cidade pode dar àqueles que têm o privilégio de visita-la.

O QUE FAZER EM FLORENÇA EM 02 DIAS?

18

Em uma cidade única e fascinante como **Florença**, famosa por ser uma das mais belas cidades do mundo, coisas para se ver e fazer não faltam. O berço do Renascimento tem a mostrar aos seus visitantes muitos tesouros que são realmente bonitos e originais. Certamente, dois dias é muito para se visitar a cidade, mas se você começar com ideias claras e organizadas, mesmo com pouco tempo, é suficiente para entender Florença e desfrutar de sua beleza. As principais atrações da cidade estão todas a uma distância que pode ser feita facilmente a pé, talvez com algumas paradas entre uma etapa e outra. Aqui, segue um itinerário de dois dias para não perder nada dos monumentos fundamentais da cidade.

1) Agora vamos ver o que visitar no primeiro dia, a partir do centro da cidade, na Praça do Duomo, no coração de Florença. Aqui está a magnífica Catedral, também conhecida como a Catedral de Santa Maria da Flor, com a famosa cúpula de Brunelleschi, o Batistério com o bronze das Portas do Paraíso e o campanário de Giotto, a partir do qual você pode desfrutar de uma vista incrível da cidade.

Seria interessante visitar todos eles, mas se não houver tempo suficiente, opte por ver o interior da Catedral e da Cúpula, se limitando a ver os outros monumentos pelo lado de fora. Continuando em direção à Via dei Calzaiuoli, você chega à atrativa Piazza della Signoria (Praça da Senhoria), que durante séculos foi o centro da vida política de Florença.

Nesta Praça, o olhar vai parar no imponente Palácio Antigo, a sede da prefeitura e museu. À direita do Palácio Antigo, há a fascinante Varanda dos Lanzi, onde ficam algumas estátuas famosas, como Perseus, de Benvenuto Cellini. Sempre há a Fonte de Netuno, de Ammannati, e a estátua equestre de Cosimo I, de Giambologna, na Praça da Senhoria. A uma curta distância de poucos passos do Palácio Antigo, fica outra obra-prima, a Galeria Uffizi, um dos museus italianos mais visitados e populares, conhecido pela extensa coleção de obras renascentistas como a Alegoria da Primavera e Nascimento de Vênus, de Botticelli, para citar duas das mais famosas obras. No meio do caminho, situado entre a Galeria Uffizi e o Palácio Antigo, fica um dos símbolos mais famosos de Florença: a Ponte Antiga, onde pode se admirar as janelas espetaculares dos joalheiros e chegar à área de Oltrarno, para visitar os dois outros pilares fundamentais da cidade Toscana, ou seja, o Palácio Pitti com vários museus, incluindo a Galeria Palatina, a Galeria de Arte moderna e os Jardins de Boboli.

Se os Jardins Boboli não tiverem te cansado tanto, pare também à vizinha Praça do Espírito Santo e na Igreja do Espírito Santo. Construída por Brunelleschi, a igreja tem vista para a praça, destacando-se pelo amarelo da fachada; no seu interior, esconde alguns tesouros realmente valiosos. Ao redor, você vai encontrar restaurantes e cafés, onde pode desfrutar de uma excelente comida toscana e vinho e depois um bom descanso de um primeiro dia agitado em Florença.

2) No segundo dia de visita, você pode começar a partir da Praça Santa Maria Novella, com vista para uma das mais belas igrejas de Florença, a Igreja de Santa Maria Novella.

A fachada é feita de mármore branco e verde e foi desenhado por Leon Battista Alberti, enquanto a esplêndida Capela Tornabuoni, que é imperdível, foi decorada por afrescos de Ghirlandaio. Continuando, você pode parar na Praça São Lourenço, se desejar, você pode fazer uma breve visita à igreja de São Lourenço, ou ver a Capela Medici, onde estão enterrados os membros da família Medici e onde se pode admirar uma estátua de mármore de Michelangelo. Neste ponto, voltamos à Catedral, para ver a Praça de Santa Cruz. Aqui ,parem na grande igreja de Santa Cruz, onde enterraram alguns personagens importantes florentinos e toscanos, incluindo Michelangelo e Galileu. Outro lugar para visitar é a Galeria da Academia, um dos museus mais visitados, onde está a estátua de mármore de David, de Michelangelo. Finalmente, se você quiser desfrutar de uma incrível vista panorâmica da cidade, você tem que ir para a Praça Michelangelo, localizada na primeira colina, após Oltrarno.

A partir daqui, você pode ver ao longe os lugares visitados nos dois dias passados no centro histórico de Florença.

Conclusões

Há tanta coisa para ver nesta cidade... esperamos que estas sugestões sejam úteis no planejamento de sua visita à Florença. O amor por Florença terá início à primeira vista.

O QUE FAZER EM VENEZA EM 02 DIAS?

19

Veneza é a cidade dos canais, a cidade das gôndolas, um lugar cheio de emoção e encanto. Uma concentração de obras de arte, monumentos e história, e é isso que leva milhares de pessoas a visitar as paisagens fascinantes em todos os cantos da cidade. Em Veneza, a arte e a história podem ser sentidas em cada rua e até mesmo nos cantos mais escondidos e menos conhecidos, e contam para uma experiência de grande nível sensorial. Dois dias não é muito, mas nem pouco, e com certa organização pode fazer um passeio pela cidade e ver os pontos imperdíveis de Veneza, além de aproveitar ao máximo sua estadia. Nós os levaremos em uma jornada para descobrir as maravilhas que você precisa ver, levando em conta os lugares menos turísticos, mas igualmente encantadores.

1) Podemos começar a nossa viagem pela bela Veneza na estação de trem Santa Lúcia, porque logo a partir da estação você pode se mover para São Marcos. Para dar um toque exclusivo, recomendamos um desvio para o mais antigo e bem preservado quarteirão do mundo, o Gueto Hebraico, o mais antigo da Europa, fora da agitação turística e rodeado por uma atmosfera mística. O Gueto de Veneza, no bairro Cannaregio, foi o distrito da cidade, onde venezianos judeus foram forçados a viver durante o período da República de Veneza. O distrito ainda permaneceu relativamente intacto, embora os judeus venezianos agora sejam apenas algumas centenas. Duas sinagogas permanecem abertas para cultos, assim como ainda estão ativos outras instituições da comunidade, como um museu, uma casa de repouso e também um restaurante kosher.

O gueto é uma das áreas menos turísticas de Veneza e é ideal para um passeio tranquilo ou para comer em restaurantes de cozinha típica, cuja clientela é essencialmente local. De Cannaregio você pode continuar em um momento de maravilhas clássicas da cidade, como a Praça de São Marcos com a visita da Basílica e do Palácio Ducal.

Esses são lugares que realmente não podem ser ignorados e onde as pessoas de todo o mundo vêm em massa, para ver as maravilhas e tesouros que se escondem nesses monumentos. Aqui, pode-se passar algumas horas, porque as coisas para se ver são muitas.

A Praça de São Marcos, o coração da 'cidade lagoa', é um símbolo do Estado de Veneza, servindo de palco para grandes eventos, como o Carnaval de Veneza. Nesta praça suntuosa e esplêndida, entre os Magistrados antigos e novos, estão os principais monumentos da cidade: a Basílica de São Marcos, com a sua magnífica fachada em mármore; entre a Pracinha dos Leões e a Magistratura, fica a Torre do Relógio (que foi concluída em 1499); continuando para o oeste, você se encontra com os antigos locais oficiais, as Magistraturas Antigas, sede dos procuradores de São Marcos em tempos venezianos. Para demarcar a praça, existe a chamada 'Ala Napoleônica', que serve como uma interface entre o Magistrado Antigo e o Novo. Vire-se para a Basílica de São Marcos e se maravilhe com esta obra prima criada com os tesouros saqueados no Oriente.

A carruagem, os quatro cavalos de bronze, originários de um hipódromo de Constantinopla, os mármores e o ouro com a qual foram feitos os mosaicos maravilhosos em seu interior foram trazidos por comerciantes que viajavam para o Oriente. Uma vez que você está na Basílica de São Marcos, você também pode subir no Campanário de São Marcos, especialmente se você quer dar a seus olhos a visão que nem o mais belo cartão postal seria capaz de capturar – você não pode se negar essa experiência! A Basílica de São Marcos não é apenas a mais importante igreja em Veneza, mas também é a catedral da cidade desde 1807 e a sede do Patriarca. Nesta praça, em seguida, há também o maravilhoso Palácio Ducal, casa do Doge e sede do governo da Sereníssima (Veneza).

O Palácio Ducal é uma maravilha, tem as salas pintadas pelos maiores pintores da época, como Tintoretto, Paolo Veronese e Tiziano. Estas obras colam nosso olhar no teto e nas paredes; até mesmo os bancos de madeira são dignos de alguns minutos para serem admirados. Um edifício que deve ter dias dedicados a todas as suas salas e fotos que contam a história de Veneza. Neste ponto, em relação ao primeiro dia, tudo isso é o suficiente; relaxe em um pequeno lugar na cidade para um jantar típico local.

2) Quanto ao segundo dia, o passeio pode começar a partir da Ponte Rialto, talvez ao longo da estrada do famoso Casanova. A ponte de Rialto era uma vez de madeira e se abria ao meio para permitir a passagem de navios, hoje vemos isso em pedra e é igualmente bonita e original. A ideia das lojas no meio pode recordar a Ponte Vecchio, em Florença; o conceito é o mesmo.

A área de Rialto também é geograficamente o coração de Veneza. Era aqui que se encontrava trabalho em navios, onde se vendia produtos e onde havia oficinas, era aqui que eles anunciavam partidas e prisões. Falando sobre pontes, uma das mais belas e importantes pontes de Veneza é a Ponte dos Suspiros. Diz a lenda que se dois amantes passarem em uma gôndola debaixo da ponte ao pôr do sol, seu amor vai durar para sempre. Embora, na verdade, era o suspiro dos presos que cruzaram a ponte sabendo que era a última vez que viam Veneza.

Outra experiência imperdível é um passeio de gôndola que será único e te ajudará a descobrir a cidade de dentro da água, dando uma vista que você não teria nem a pé nem de *vaporetto* (ônibus aquático). Depois de uma pausa para um almoço frugal, você pode ir até a Galeria da Academia, uma instituição em Veneza onde você pode ver um grande número de obras de arte, como obras de Giorgione, Giovanni Bellini, Vittore Carpaccio, Veronese, Tintoretto e Tiziano. Outra das coisas para não se perder em Veneza são os pores do sol que esta cidade tem para oferecer, talvez em um dos seguintes pontos: o pôr do sol na Praça de São Marcos ou na Ponte de Rialto; o pôr do sol de Giudecca, acompanhado de um bom *'gianduiotto'* (chocolate) ou biscoito típico veneziano; por fim, o pôr do sol na ilha de São Jorge (cinco minutos de barco), com vista para a lagoa e para a Praça de São Marcos é algo inestimável e super-romântico. Os dois dias terminaram e você não viu tudo, mas Veneza será, definitivamente, uma viagem inesquecível.

Conclusões

Veneza, a cidade que flutua, um lugar fabuloso que vale a pena visitar. Impossível não se encantar.

A 'ITÁLIA INSÓLITA' : ITINERÁRIO DE 10 DIAS - CALÁBRIA E APÚLIA (PUGLIA)

20

A Itália é a pátria de história e turismo. Não só do ponto de vista de monumentos (a UNESCO nos colocou em primeiro lugar como o país que mais possui locais que fazem parte do Patrimônio Mundial) mas também em relação a tradições artísticas, ao artesanato e à gastronomia que caracterizam o nosso país em todo o mundo.

A Itália é o país com o maior número de atrações culturais e naturais? Sem dúvida, mas porque não adicionar a essas atrações lugares incomuns que muitas vezes não conhecemos e que são fascinantes, interessantes e, às vezes, tão notáveis quanto os destinos turísticos clássicas de que a Itália tanto se orgulha? Neste texto, vamos visitar alguns desses lugares, que ficam em regiões como **Apúlia** e nossa maravilhosa **Calábria** , que certamente não estão entre os destinos clássicos quando se vem à Itália.

A esse ponto, parte-se para este itinerário de dez dias através destas duas regiões tão lindas quanto interessantes. Começamos a partir da região de Apúlia, uma terra que esconde almas diferentes, suspensa entre natureza, história, tradição, sabor e espiritualidade. Coisas para se ver em Apúlia há muitas, da história antiga aos castelos medievais e barrocos que revestem a praia e às pequenas cidades de arte onde revivem as obras-primas de artesanato.

1) Começamos esse passeio pelo Promontório de Gargano, uma das áreas naturais mais exuberantes e surpreendentes em Apúlia. Ao longo da costa, há praias e pequenas aldeias históricas. Uma cidade para visitar, definitivamente, é Vieste, um dos destinos mais populares do verão em Apúlia, uma pequena cidade à beira-mar na costa leste de Gargano. De particular interesse é a cidade medieval, que serpenteia suas ruas estreitas e sinuosas, entre casas brancas com pequenas portas e as escadas íngremes e estreitas. Símbolo característico de Vieste é o famoso Monolito Pizzomunno, que sobe a uma altura de 25 metros atrás da praia 'do Castelo', ao sul da Ponta de São Francisco. Depois de visitar esta bela cidade, você pode dormir por aqui e jantar em uma fazenda.

2) No segundo dia, ainda estaremos em Apúlia, especificamente em Andria, para visitar o Castelo do Monte, um dos lugares mais misteriosos na Itália e, com certeza, um local que vale a pena visitar. Construído por Frederico II, o castelo está localizado no topo de uma colina com vista para o vale de Murgia de um lado e do Mar Adriático do outro. Caracteriza-se por uma forma irregular com planta e torres octogonais. Em 1996, a UNESCO incluiu o Castelo do Monte na lista de Patrimônio da Humanidade por seu valor universal excepcional, não só por sua beleza arquitetônica, mas também por causa do mistério que ainda o envolve. Considerado universalmente um exemplo brilhante da arquitetura medieval, combina diferentes elementos estilísticos românicos, com os leões da corte na entrada até a definição gótica das torres, frisos clássicos para a estrutura defensiva e a arquitetura interna com suas sutilezas delicadas de influência islâmica nos mosaicos. Um lugar para viver seus muitos mistérios e visitar pelo menos uma vez na vida.

3) No terceiro dia, permanecemos em Apúlia e vamos visitar Alberobello, cidade de Trulli e reconhecida pela UNESCO como Patrimônio Mundial, em 1996. É um exemplo notável de construções feitas com técnicas pré-históricas e que, hoje, ainda permanecem intactas e funcionais.

Especificamente, um *'trullo'* é uma pequena casa de pedra calcária com um telhado, tipicamente, cônico. O maior número de Trulli está localizado em Alberobello, mas são casas típicas e podem ser encontradas em todo o Valle d'Itria. Durante o dia, eu sugiro que você percorra os deliciosos bairros mais antigos de Rione Monti, Aia Piccola e Trullo Soberano para ver de perto estas construções de Trulli. Imperdível são a Praça do Povo e os museus locais, como o Museu do Azeite, no final do dia você só vai precisar de um bom jantar e uma noite em um *'trullo'* fantástico.

4) No quarto dia ainda estaremos em Apúglia para visitar a 'Cidade Branca', Ostuni, no sul de Murgia e no alto Salento. Uma candidata para o título de 'Capital Italiana da Cultura 2018', que te presenteia com o melhor de Puglia. Comece a sua visita da Coluna Sant'Oronzo, na Praça da Liberdade, e continue ao longo da Via Catedral para a cidade antiga, incluindo casas imaculadas muitas vezes escavadas na rocha, arcos e palácios, vistas barrocas e igrejas de pedras douradas, além de lojas de artesanato. Lindíssimo é o próprio centro histórico, chamado de 'Terra', onde se pode abandonar a rua principal e se aventurar por seus becos, escadas e pracinhas, até chegar à Catedral e, depois, percorrer vielas até a co-catedral do século XV dedicada à Santa Maria da Assunção. A catedral é magnífica, um exemplo do românico-gótico tardio, dedicada à Assunção e construída no século XV. O interior em forma de cruz latina foi modificado ao longo dos séculos e abriga obras que datam de 600 e 700. Depois de visitar todo o centro histórico, você só precisa jantar e descansar; amanhã partimos à descoberta de outro lugar em Apúlia.

5) No quinto dia, depois de um bom café da manhã, nos dirigimos para um destino espetacular chamado de a Florença do Sul, estamos falando da cidade de Lecce. Esta cidade incrível e fascinante é um dos lugares para se visitar em Apúlia pelo menos uma vez na vida.

Lecce também é chamada de 'cidade barroca' por excelência, graças aos vários elementos de arquitetura e obras de arte do período barroco; também possui um maravilhoso centro histórico e numerosas igrejas e praças.

Os monumentos mais interessantes são: o Anfiteatro Romano, o Palácio Eleitoral, a Praça Sant'Oronzo, a Basílica de Santa Cruz, a Praça da Catedral, o Castelo, as Duas Torres, o Teatro Romano, museus históricos e as lojas que fazem o papel machê. Uma cidade de cultura, arte e beleza. Uma das peculiaridades de Lecce é a sua pedra típica, a chamada 'Pedra Leccesa', usada para construir, ao longo dos séculos, muitos dos antigos edifícios da cidade.

6) No sexto dia, continuamos para visitar a maravilhosa Calábria, uma região que sempre fica em segundo planos quando se fala de turismo no Sul.

Vamos chegar a Cosença, também conhecida como a cidade dos Bruzi, uma das cidades mais antigas da Calábria, localizada em uma das sete colinas, no Vale do Crati. Cosença pode ser definida como uma cidade cultural, dividida em pequenos quadrados decorados com estátuas de profundos significados.

Exemplos incluem a Praça Bilotti, construída recentemente, ou a Praça Santa Teresa, onde se pode passar uma noite agradável com uma bebida num dos muitos locais da praça. E depois há o centro antigo, com suas ruas estreitas e sinuosas, palácios patronais e que, nos últimos anos, está revivendo sua grandiosidade.

7) Depois de um bom café da manhã, vamos em direção à Isola Capo Rizzuto e depois para Santa Severina, em Crotone, onde passaremos a noite. Não há palavras para descrever esta maravilha do leste calabrês: um castelo no mar, ligado ao continente por uma estreita faixa de terra. O castelo aragonês de Le Castella está localizado no coração da zona marinha protegida de Isola Capo Rizzuto, um lugar selvagem e fabuloso.

A área de Capo Rizzuto está no coração da bela Costa dos Sarracenos, uma das mais frequentadas pelos turistas da Calábria, tanto pelo valor paisagístico e ambiental das zonas costeiras, quanto pelos recursos culturais e arqueológicos. Depois de visitar o castelo, você vai deixar este lugar bonito para chegar à Santa Severina, uma cidade calabresa na província de Crotone, também chamada de 'o navio de pedra'. Uma pequena aldeia, mas com um passado glorioso, com o seu belo castelo, seu batistério, e a magnífica Catedral; é talvez o testemunho bizantino mais importante na Calábria. Além de ser um local histórico de particular interesse, Santa Severina, que está em uma borda rochosa, é também uma das mais belas aldeias medievais de Itália e domina o vale do rio Neto.

TROPEA

8) Visitar a Calábria significa que você deve ver tanto Tropea quanto Pizzo Calabro. Tropea é uma sucessão de ruas estreitas, becos e esquinas cênicas. Depois de uma visita à Catedral, os palácios nobres e o Santuário da Ilha de Santa Maria, é uma obrigação uma caminhada ao longo das praias de areia branca para saborear a famosa cebola doce.

Continuamos à Pizzo Calabro, para dedicar seu tempo ao centro histórico de Pizzo, rico em testemunhos arquitetônicos aragoneses, povo que invadiu esta importante cidade da Costa dos Deuses. O principal testemunho aragonês é o Castelo Murat, construído por Ferdinando I de Aragão, uma construção com estrutura quadrangular e vista para o mar. Na saída do castelo, é obrigatória uma parada em um dos bares da Praça da República, a alma daquela que é conhecida como a cidade de sorvete. Típica delícia de Pizzo é o seu tartufo, um gelato de avelãs com coração de chocolate.

9) No nono dia, chegamos à pérola da costa Viola, Scilla, uma bela aldeia com origens antiquíssimas. Scilla é um lugar lendário, perto de Reggio Calabria, onde ainda há espaço para o eco do monstro mítico que atacou o navio de Ulisses.

Dividido em dois mares, a partir de uma rocha, Scilla oferece casas que parecem flutuar sobre a água, como Chianalea di Scilla, que é um pedaço do céu; as casas de águas pluviais e as ruas estreitas dão uma sensação de paz e tranquilidade para aqueles que visitam a vila. Aconselhamos dormir pelo menos uma noite neste canto do paraíso. Não perca um jantar à base de peixe em um pequeno local típico da cidade.

10) Chegamos ao último dia do itinerário, em que vamos visitar a cidade de Reggio Calabria. Reggio Calabria é famosa em todo o mundo por abrigar os famosos Bronzes de Riace, no Museu Arqueológico, criado em 1882. Além da Catedral, para se visitar há também outro símbolo de Reggio Calabria, o Castelo Aragonês, protagonista de uma história de conquistadores e de longa dominação por muitos séculos. Depois de ver Reggio Calabria, seguiremos para o aeroporto de Reggio ou para outra região italiana.

REGGIO CALABRIA

10 FOTOS PARA TIRAR QUANDO FOR VISITAR A ITÁLIA!

21

FONTANA DI TREVI, ROMA

PIAZZA DI SPAGNA, ROMA

A Itália é um país que tem um pouco de tudo para oferecer, seja em relação à paisagem, cultura ou pelo aspecto enogastronômico. Mesmo os "especialistas" em Itália descobrem sempre novas belezas e novos lados dessa península. Apesar de ser um país pequeno em sua extensão, é um lugar que concentra história, arte e paisagens encantadoras.

Sem dúvidas, as 10 imagens para deixar todos de boca aberta são essas aqui da lista que vou apresentar. Elas podem ser tiradas em algumas das cidades mais famosas, mais belas e sempre lotadas de turistas do mundo inteiro!

Iniciamos o nosso álbum de fotos partindo da cidade de **Roma**, que é considerada por todos um museu a céu aberto. O primeiro lugar da nossa classificação é o complexo museológico constituído pelo Coliseu, que recebe mais de 5 milhões e meio de visitantes durante o ano. Acredito que o Coliseu não precisa de apresentações: é o monumento mais importante e célebre de Roma, um dos símbolos da nossa capital e da Itália inteira, de reconhecimento mundial.

Basta observar como é representado em filmes, desenhos animados e livros, assim como a Torre Eiffel parisiense e o Big Ben londrino. Construído em 72 a.C a mando do imperador Vespasiano, era utilizado para as lutas com gladiadores e espetáculos lúdicos.

Sempre na capital, vamos tirar outra foto memorável, a da Fontana di Trevi.

Roma é a cidade que possui mais fontes no mundo por conta da sua longa e nobre história. Essas fontes não só trouxeram água para a cidade, mas embelezaram a Cidade Eterna e deram poder e prestígio para quem as construiu. Uma dessas fontes esplêndidas é justamente a Fontana di Trevi, uma das mais belas e admiradas de Roma. É uma das fontes mais visitadas, acima de tudo pela sua extraordinária cenografia, pelas suas numerosas lendas e pelos célebres episódios cinematográficos filmados nesse local.

Uma jóia do final do barroco conhecida no mundo inteiro, encostada no Palácio de Poli e projetada por Nicola Salvi, foi inaugurada em 1735. Essa fonte tem como tema central o mar: feita em um grande tanque retangular que sai de um penhasco rochoso, dominada pelo deus do oceano e rodeada por criaturas lendárias. Foram recrutados muitos escultores para construí-la e muitos esforços para manter a fonte esplêndida ao longo dos séculos, mas é uma verdadeira obra-prima.

Outro registro fotográfico para fazer e surpreender é a escadaria da praça mais bela de ser fotografada: a Piazza di Spagna.

Essa praça constitui um ambiente urbano de beleza extraordinária e tem um cenário único no mundo, a escadaria de Trintá dei Monti, que possui sempre uma atmosfera fascinante. Ela foi, ao longo dos séculos, e ainda é, um dos centros mais brilhantes da cidade, graças à monumentalidade atribuída pela atmosfera harmoniosa da escadaria, pela "barca", pela área verde e pela coluna da Imaculada. Está incluída nos destinos das celebridades internacionais e a todo o momento é considerada uma das praças mais belas e elegantes de Roma, com uma atmosfera sempre fascinante. Na verdade, a Piazza di Spagna constitui um dos espaços

urbanos mais cenográficos da Roma barroca e é um dos destinos principais para os turistas do mundo inteiro. O objetivo da escadaria imponente de travertino era ligar a Embaixada da Espanha com a Igreja da Trinitá dei Monti. Aos pés da escadaria, há a fonte da "Barcaccia", esculpida por Pietro Bernini, pai de Gian Lorenzo: se trata, absolutamente, de uma das fontes mais originais de Roma.

Por último, mas não menos importante. Não poderia faltar uma foto da majestosa e espiritual Praça São Pedro. Não há palavras existentes no mundo inteiro para descrever a incrível emoção para quem atravessa a praça mais bela do mundo. Cada passo traz com ele séculos de historia, arte e cultura.

Cada passo é como ser acolhido por um grande abraço, por conta do formato da praça, que conduz à esplêndida basílica. Essa praça faz você sentir a harmonia de tudo aquilo que está ao seu redor. Nesse espaço, cada momento serve para compreender a grandeza e, ao mesmo tempo, o incongruente desse lugar mágico. O local é uma verdadeira obra prima da arquitetura, projetada pelo gênio Gian Lorenzo Bernini. Uma grande hélice de 240 metros que, com as suas colunas, abraçam, simbolicamente, todos os seus fiéis. No centro da praça está erguido o Obelisco do Vaticano, feito com granito vermelho de 25 metros e apoiado, em sua base, por quatro leões de bronze.

Agora, vamos tirar algumas fotos em outra cidade que atrai milhares de turistas do mundo todo: **Florença**, o berço do Renascimento italiano. Certamente, nessa cidade, um dos lugares mais românticos para ser fotografado é a Praça de Michelangelo, um dos terraços panorâmicos mais belos da cidade. A Praça de Michelangelo se encontra no topo da colina com vista para Florença, com uma paisagem admirável e de tirar o fôlego.

É o ponto panorâmico mais famoso de Florença, de onde é possível ver os principais monumentos da cidade. Na praça, entre vários vendedores de *souvenir*, pode-se também encontrar uma cópia de "David", de Michelangelo. Essa praça tem esse nome devido à estátua de David, que é exposta e de fácil acesso a partir do centro (mesmo a pé não é uma subida difícil).

Outra sugestão para tirar fotos de tirar o folego é a Ponte Vecchio, um dos símbolos de Florença e uma das pontes mais famosas do mundo todo. Atravessa o Rio Arno no seu ponto mais estreito.

Caminhe no pôr-do-sol, quando o bairro de Lungarno se ilumina e suas luzes são espelhadas nas águas do rio, quando você consegue admirar o pôr-do-sol - esse é o momento mais mágico de todo o trajeto. A ponte é a mais antiga da cidade, onde se pode passear debaixo da marquise, escutando sua história e admirando as típicas lojas de artesanato que as cercam.

Vamos agora passar para **Milão**, uma cidade para se viver, descobrir, cheia de histórias para contar. Um lugar com mil faces; porém, é uma cidade que continua em evolução, com a sua história, as suas tradições e a capacidade de se projetar para o futuro. O símbolo da cidade é o Duomo, uma das igrejas góticas mais belas, notórias e fotografadas do mundo; imponente e magnifica com seus pináculos dominados pelo dourado da "Santinha".

O Duomo representa o principal exemplo gótico italiano, é dedicado à Santa Maria Nascente (a 'Santinha' que fica em cima). Encontra-se no centro da cidade, em frente à animada e fascinante Galleria Vittorio Emanuele. Uma das particularidades deste monumento importante da cidade lombarda é a possibilidade de subir para os terraços (das 9h00 às 18h00), um dos raros lugares por onde admirar os panoramas de Milão. Você pode subir no Duomo de elevador, pagando um ingresso um pouco mais caro, bem como coincidir com outro bilhete para visitar o Batistério de San Giovanni.

Não se pode deixar de dedicar um clique ou dois para a cidade que é considerada a joia do panorama turístico italiano: estamos falando da esplêndida **Veneza**. Uma cidade onde igrejas, palácios e antigas pontes, monumentos e praças contam a vivacidade artística e cultural que marcou e ainda marca a história italiana. Certamente, uma foto que não se pode esquecer é aquela no coração pulsante de Veneza, a Piazza San Marco, o salão mais elegante da Europa.

Essa praça é cercada por obras de valor indiscutível, como a torre do sino e a Basílica com os seus cinco portais e decorações de mármore; os mosaicos antecipam a riqueza e a beleza do interior. Há também o Palazzo Ducale, símbolo dos tempos de ouro; a Torre dei Mori, mais conhecida como Torre do Relógio, por ser uma obra-prima da engenharia que por séculos mostra as horas para o povo de Veneza.

Quando se faz uma visita a Veneza, não se pode deixar de capturar a famosa Ponte Rialto, uma das 400 pontes que cercam a cidade e certamente a mais conhecida, amada e admirada. Tornou-se um dos símbolos da cidade, é uma parada obrigatória para todos que visitarem Veneza.

PONTE RIALTO - VENEZA

Os últimos cliques te esperam em uma cidade particular e fascinante do Sul. **Nápoles**, a cidade do sol. Rica de histórias e tradições, domina o golfo de mesmo nome e é rodeada por lugares maravilhosos tais como: o monte Vesúvio, a península de Sorento, as ilhas de Capri, Ischia e Procida e os Campos Flegrei. Localizada ao centro do Mediterrâneo, sempre desenvolveu um papel de ligação fundamental entre diversas culturas, observou através dos séculos as diversas fases históricas que ficaram marcadas tanto na sua arquitetura e tradições quanto na maneira de ser do povo napolitano. É normal tirar uma foto na praça mais monumental de Nápoles, a Piazza del Plebiscito. Situada aos pés da colina de Pizzofalcone, com cerca de vinte e cinco mil metros quadrados, de costas para a Basílica de São Francisco de Paula, é um modelo do Pantheon de Ferdinando I de Borbon. Ao lado, pode-se notar o palácio de Salerno, projetado pelo arquiteto Francesco Securo, e o palácio da prefeitura, inaugurando em 1815 por Leopoldo Laperuta. Em frente, há o palácio Real, uma das quatro residências dos Borbons e no centro da praça se encontram duas estátuas equestres de Antonio Canova.

Conclusões

A Itália é um país de inúmeras riquezas artísticas e arqueológicas, terra de belezas paisagísticas e naturais. Na verdade, milhares de turistas do mundo inteiro chegam para visitar o "Bel Paese", e esses cliques que mostramos nesse artigo, certamente justificam o motivo.

NÁPOLES

QUERO VER CELEBRIDADES!
OS 5 LUGARES MAIS VISITADOS
PELAS ESTRELAS DO CINEMA

22

Cada um de nós tem grande fascínio pelo mundo das celebridades, os personagens que fazem o cinema tão empolgante, os homens e as mulheres de fama planetária... por isso, é fascinante estar em locais onde você pode ter a oportunidade de ver gente do mundo do espetáculo! E é com este propósito que fizemos uma espécie de lista, a partir da qual visitaremos cinco lugares na Itália em que podemos facilmente encontrar os VIPS, principalmente os estrangeiros. Vamos partir para esta jornada ao melhor estilo *paparazzi*?

1) O primeiro lugar que seguramente nos vem em mente é **Veneza**, que a cada ano recebe A Mostra Internacional de Cinema de Veneza, em concorrem tanto filmes italianos quanto estrangeiros, com um tapete vermelho cheio de estrelas internacionais e italianas. Construído em 1937, para a quinta edição da Mostra do Cinema, o palácio onde a cada ano desfilam as estrelas, desde George Clooney, passando por James Franco e até Madonna, fica localizado em Lido Di Venezia, de frente para o mar. Federico Fellini disse que, para um diretor, "entrar no Palácio do Cinema de Veneza é como fazer uma prova final". Dentro do palácio se encontra a Sala Grande, com 1.100 lugares, local que fez história na Mostra de Veneza acolhendo, todos os anos, grandes nomes do cinema mundial. É considerado um dos eventos mais importantes em âmbito cinematográfico da cidade; este pequeno pedaço de terra entre lagoa e mar se transforma, durante aproximadamente 10 dias, em uma pequena Hollywood, com filmes de alta qualidade e muitas pessoas em busca de seus ídolos, às vezes somente para uma olhada, por curiosidade ou atrás de um autógrafo.

2) Um outro lugar sempre repleto de celebridades e estrelas, pelos menos por um período específico, é a cidade ligure de **Sanremo**, onde a cada ano ocorre o Festival da Canção Italiana. A artéria principal da cidade, recheada de lojas chiques e de boutiques, é a rua onde fica o célebre Teatro Ariston. Trata-se de um teatro onde, na última semana de Fevereiro, todos os anos, acontece o Festival da Canção Italiana. O evento nasceu há sessenta anos, é a mais importante 'quermesse' de música italiana, reunindo milhões de espectadores, também a nível internacional (transmitido na Eurovisione). Graças a este evento, a cidadezinha, naquela semana, fica lotada de personagens famosíssimos, tanto italianos quanto internacionais.

3) Voltamos ao mundo do cinema, mais precisamente na maravilhosa **Taormina**, onde há o Taormina Film Fest, o principal evento cinematográfico do verão italiano. Ocorre dentro da arena de Taormina Arte. Desde que assumiu uma identidade Mediterrânea, em 2007, o festival se tornou foco da cultura cinematográfica desta região. O festival é uma grande vitrine de prévias de filmes vindos de Hollywood e do resto do mundo. Cada ano, apresenta uma seleção de premières de filmes internacionais e mundiais. Este evento acontece tendo como maravilhoso plano de fundo o Teatro Antigo de Taormina, um dos mais importantes e emocionantes monumentos da Sicília.

Durante este período, existem muitos momentos de grande perfil cultural, mas também noites de *glamour*, recheadas de estrelas internacionais. Este festival presenteia Taormina, e a toda a Sicília, com um acontecimento capaz de unir o *glamour* do local com o das grandes estrelas, e aumenta ainda mais com uma relevância mundial: a entrega do prêmio Nastri d'Argento. (em tradução livre: Fitas de Prata)

SAN REMO

4) Depois de eventos relacionados ao cinema ou a festivais, principalmente no verão, há lugares que são um verdadeiro *must*, e que atraem estrelas internacionais, personagens famosos da cultura e do espetáculo. Obviamente, estamos falamos da **Costa Smeralda** e da Sardenha . Águas cristalinas, praias limpas, boutiques exclusivas, uma eletrizante vida noturna e hotéis símbolos de sua própria história: a combinação destes elementos faz da Costa Smeralda um destino estupendo. É com esse plano de fundo de belezas naturais em que em todos os verões, de Maio a Setembro, acontecem eventos internacionais envolvendo muitos personagens famosos, tanto italianos quanto estrangeiros. No coração de Porto Cervo, ali mesmo, na histórica Piazzetta, nasceu o primeiro restaurante multi estrelas da Costa Smeralda, onde chefs da Michelin se revezam, um por semana, na direção do restaurante gourmet de Cervo Hotel. Inclusive eventos de alta moda conquistaram a Costa Smeralda; o fascínio e o estilo inconfundível de Cala di Volpe servem de fundo para a Semana da Moda de Porto Cervo, recebendo as criações de grandes estilistas. A cada estilista é dedicada uma noite de evento, que proporciona aos hóspedes uma experiência única e original.

Além disso, inúmeros shows são programados tornam-se os eventos mais esperados do verão. Durante os anos, a Costa Smeralda recebeu os maiores artistas da música internacional: Elton John, Laura Pausini, Jamiroquai, Andrea Bocelli, Mary J. Blige, apenas para citar alguns nomes. Sempre que se fala da Costa Smeralda e da Sardenha, até mesmo da península Sorrentina ou da Costa Amalfitana, da qual falaremos no próximo item, precisamos dizer que na maioria dos casos, nestes lugares, é muito mais fácil encontrar estes personagens famosos não só porque precisam participar de algum evento, espetáculos de verão, festivais, etc, mas principalmente porque estas são localidades que eles mesmos escolhem para passar dias de férias e de relax, naturalmente em mansões suntuosas, afastadas e fora do caos do verão e da normalidade.

5) Falamos da **península Sorrentina** e da **Costa Amalfitana**, sempre lugares muitos amados por todos os personagens famosos, principalmente no verão. Além de tudo, é nesse mesmo período que são organizados eventos; podem ser desfiles de moda, ou eventos relacionados ao cinema, espetáculos teatrais, entretenimento cultural ou festivais de verão. E é quase normal que, no verão, sejam locais onde é fácil encontrar tanta gente do mundo do espetáculo, estrelas do cinema nacional, e não somente por causa dos eventos, mas também porque, geralmente, eles escolhem esses lugares para passarem as férias. Então, fica fácil encontrá-los pelas ruas ou em luxuosíssimos resorts (que são muitos), nesses maravilhosos lugares italianos; como lhes tirar a razão se, além do mais, são lugares paradisíacos!

Conclusões

Muitos viajantes decidem ir para lugares onde é mais provável poder ver gente do cenário artístico internacional. Este é um fenômeno turístico que tem um termo preciso e está crescendo muito na Itália, é definido como *vipwatching* (em tradução livre: Observação de Vips). Os *vipwatcher* vai para lugares onde acha que poderá ter contato com o maior número de VIPs e, dessa maneira, nasce a exigência de conhecer os melhores lugares onde se possa ver as celebridades. E você, considera-se um *vipwatcher* - ou já pensou em se tornar um?

OS LUGARES MAIS ROMÂNTICOS DA ITÁLIA, PARA UMA VIAGEM SIMPLESMENTE INESQUECÍVEL

23

As fugas de amor estão sempre entre os "temas de viagem" mais procurados e que mais agradam aos casais. O stress de todos os dias, o trabalho e os ritmos frenéticos muitas vezes impedem os casais e os apaixonados de dedicar o justo tempo aos relacionamentos. E as férias e festas são uma ótima ocasião para pensar em uma verdadeira fuga em direção ao relax, o romantismo, para provar novamente os arrepios do flerte e da paixão.

Querem algumas sugestões para uma viagem que ficará na memória para toda a vida? As cidades italianas são todas muito bonitas, mas algumas agradam particularmente quem tem certa preferência pelas **atmosferas românticas**. É um pensamento compartilhado por todos: a Itália é um dos países mais românticos, em virtude da sua historia e do enorme patrimônio paisagístico, arquitetônico e artístico que está contido e conservado.

Contudo, poderá ter um pouco de dificuldade para escolher sozinho um lugar romântico mais adaptado à sua amada, ou amado. Por isso, agora, trago uma série de sugestões para te ajudar a escolher a localidade ideal para viver uma viagem romântica com a sua companhia.

A primeira meta que nos vem na mente é uma cidade que todo mundo inveja, imersa em uma romântica lagoa; estamos falando, naturalmente, de **Veneza**. Com suas vistas de tirar o fôlego, suas voltas em gôndolas entre canais e a lagoa, ou uma volta no Canal Grande, é o que há de mais romântico que possa existir para um casal – e se o gondoleiro canta alguma canção romântica, então, estamos realmente ao ápice do romantismo.

Em Veneza, cada lugar é atravessado por uma atmosfera especial, que torna tudo rico de fascínio; é a cidade ideal para passar dias em doce companhia. Além do tradicional passeio na esplêndida Praça San Marco, onde eu aconselho visitar o campanário e o palácio Ducal, acredito que seja obrigatório (principalmente para os casais) um romântico passeio de gôndola para se fazer talvez no pôr do sol ou, melhor ainda, navegar a lagoa com um serviço à bordo que permite jantar enquanto navega pela lagoa. Veneza se visita passeando, sem um verdadeiro destino, entre as vistas brancas e azuis que Canaletto imprimiu nas suas telas.

O primeiro conselho é perder-se entre os seus pontos e becos estreitos, saboreando os ângulos, como fazem os verdadeiros venezianos. A esse ponto, estará pronto para algumas etapas que deixarão o (a) amado (a) sem fôlego. O verdadeiro '*must*' é o passeio pelas águas no Canal Grande. Como? Pegando os cômodos '*vaporetti*' da cidade, que ligam todos os principais pontos, embora o máximo mesmo seja sempre o clássico passeio de gôndola, que é realmente muito romântico (mas decididamente caro: tarifas de 80 euros a 150 euros por 30 minutos). Todavia, existem ocasiões em que precisamos viver certas emoções e situações deixando de lado o aspecto econômico. Veneza é um lugar mágico e é capaz de te transportar para lugares e épocas distantes.

Se estiver pensando em um lugar especial para festejar com o seu amor (ou simplesmente para relaxar em casal), uma cidade encantadora como **Florença** pode ser o ideal. O panorama de Ponte Vecchio é particularmente aconselhado no pôr do sol. Este é um símbolo dessa cidade, um lugar onde a alma se perde nos sonhos, onde não pode fazer outra coisa além de desejar que o tempo pare e te faça viver ao infinito essa emoção.

Te aconselho ir no final da tarde, quando o Lungarno se ilumina e se espelha nas águas do rio. O por do sol é o momento mais mágico de todo o dia. E se for sortudo, na ponte pode encontrar uma orquestra que combina com a situação; então, poderá dar o justo sabor a um beijo romântico ou a uma promessa de amor. É possível caminhar a pé por Florença com toda a facilidade, mas, se quiser, pode provar algo mais especial – se quiser exagerar, há a possibilidade de dar uma volta de carroça, que você tranquilamente encontrará parada na Praça del Duomo ou na Praça della Signoria. Passear a bordo de uma carroça pelas estradas de Florença dá um efeito de fábula a tudo que se vive ou viverá. Se, ao invés disso, não ama caminhar, tudo bem, pode chegar aos pontos mais belos estando comodamente sentados e escolhendo a "*City Sightseeing*", com um ingresso válido para dois dias.

Outro local considerado a 'cidade dos apaixonados' pela é **Verona**, a cidade de Romeu e Julieta, que com o seu amor romântico e atormentado fez inúmeros casais apaixonados sonharem por séculos.

Para a festa dos apaixonados, cada ângulo dessa esplêndida cidade se tinge de vermelho, das ruas do centro histórico à famosa Casa de Julieta, passando pela Praça dei Signori e o Cortile Mercado Vecchio. Passeando pelo centro histórico, será capturado em um turbilhão de corações vermelhos, músicas e iluminações dedicadas ao amor, que te guiarão entre os monumentos de Verona. Imperdível também é o concerto ao vivo dedicado aos apaixonados, a premiação das letras mais bonitas dedicadas à Julieta e as mensagens de amor fixadas pela cidade.

O lugar mais romântico da cidade de Verona com certeza é a Casa de Julieta, um antigo prédio localizado no coração do centro histórico, que representa a casa da azarada amante shakespeariana, com a varanda onde os dois protagonistas trocavam suas promessas de amor e que se transformou no ambiente ideal para tirar uma foto romântica com a pessoa amada. Verona é a cidade ideal para férias à procura do romantismo, entre belezas arquitetônicas medievais e comidas típicas com um forte gosto. Nesse sentido, um hotel fazenda veronês pode ser a meta ideal para quem quer férias românticas impossíveis de esquecer.

Outra maravilhosa meta romântica é **Capri** . Famosa em todo o mundo pela sua beleza, a ilha de Capri é um destino ideal para a fuga do amor. Aproveite vistas panorâmicas que te deixam sem fôlego, becos que se juntam em um mosaico de percursos dentro da cidadezinha, onde o branco dos muros dominante vem quebrado pelas escaladas de Bouganville, que doam um vivaz aspecto às tantas estradinhas cheias de turistas e visitantes, sinta perfumes típicos de cítricos e de cozinha que se misturam entre eles, criando uma agradável sensação.

Existe um lugar mais mágico do que Capri, ilha mediterrânea da beleza de tirar o fôlego? Imagine passear de mãos dadas com o seu amor ao longo da célebre estradinha panorâmica de Tragara, que conduz ao homônimo belvedere onde se pode admirar as rochas no mar, ou atravessar os bucólicos caminhos de Passatiello e dos Fortini... E para concluir o dia, presenteie-se com um belo jantar à luz de velas, para tornar ainda mais perfeito o momento.

E, para terminar, como não citar a cidade mais romântica do mundo, o destino ideal para a fuga do amor? Me refiro à **Roma**, a capital, que é atravessada por Trevere. Não há como não ser o destino romântico por excelência! Não é por acaso que é definida como 'a cidade eterna'. A cidade da eterna beleza e do amor, na qual cada vista te rouba o coração... No geral, toda a cidade é romântica, com a sua história milenar, com os seus maravilhosos monumentos e a atmosfera que só aqui se respira. Há algo de romântico e único em tudo, mas alguns lugares são absolutamente imperdíveis, pois te dão aquele toque a mais de romantismo para férias dos sonhos com o seu par.

Destino de todos os casais é sem dúvida a Rua dos Fori Imperiali, que tem vista do Coliseu e te rouba a alma.

Isso para não falar de Gianicolo no pôr do sol, que é um dos lugares mais românticos da cidade toda! Assim como o Zodiaco com a sua terraça e o percurso dos amantes e Castel Sant'Angelo à noite, passeios entre essas cidades importantes é algo que realmente ficará impresso na sua mente e que dificilmente você conseguirá esquecer.

Cada casal apaixonado deve realizar o seu desejo jogando a moedinha na romântica Fontana di Trevi e olhar no buraco da fechadura de Aventino, onde há a visão de um panorama extraordinário. Roma oferece esplêndidos becos, onde se apertar e sonhar é regra! Uma cidade para amar.

Conclusões

Só falando desses lugares fascinantes e emocionantes vem a vontade de ver e provar ou reviver emoções indeléveis. Lugares que se pode amar como se fossem pessoas, espaços de pura magia que, se colocados em nossas vidas, facilmente acabam fazendo parte de nós.

AS MELHORES LEMBRANCINHAS PARA LEVAR PARA CASA

24

Viajar é sinônimo de descoberta, conhecimento e experimentação. Descobrem-se ângulos de mundo e histórias inexplorados. Conhecemos pessoas novas e diferentes tradições. É precisamente por estas razões que os viajantes sempre tentam trazer para casa algo que lhes faça lembrar de sua viagem. Escolher o presente certo, aquele que melhor transmitirá a essência dos lugares descobertos e povos visitados, pode trazer uma impressão duradoura da viagem. Viajar é bom, assim como é fascinante levar para casa uma lembrança; mas, muitas vezes, não é fácil escolher entre tantas opções e itens especiais de boa qualidade.

Se você está cansado dos ímãs habituais, se você se recusa a comprar bolas de neve com o nome da cidade, mas se nunca sabe o que levar de presente para família e amigos, este guia certamente vai ajudar. Para aqueles que vivem o momento da angústia na hora da compra de lembranças, saibam que é só por falta de conhecimento daquilo que cada cidade tem como opções – e todas têm as opções certas para fazer todos felizes!

Vamos ver algumas sugestões sobre o que escolher de acordo com os lugares visitados, especialmente focando em qualidade e originalidade, bem como a tradição dos locais escolhidos para a viagem. E o nosso país tem tudo o que você possa querer em termos de presentes e lembrancinhas! Por exemplo, se você estiver em lugares como Veneza, a coisa mais fácil de comprar são as **máscaras típicas do Carnaval de Veneza**, possivelmente feitas à mão por artesãos das oficinas de arte. As máscaras são usadas no Carnaval anual, são lindas e podem ser de couro, porcelana ou vidro. Naturalmente, os preços de máscaras venezianas variam de loja para loja, então procure pelo certificado de garantia, que verifica a origem e autenticidade.

Sugeriremos também outras lembranças, além das máscaras venezianas artesanais e de qualidade – lembrando que não será muito econômico, mas vai valer a muito a pena. Permanecendo sempre em Veneto e em torno da cidade-lagoa, você pode comprar outras lembranças, como o imperdível **Murano**. Eles representam o símbolo do *Made in Italy* e são formas de artesanato artístico que, felizmente, não cedem ao ritmo da industrialização.

Cada peça é única, de vidros decorativos a artigos de iluminação, passando por objetos mais simples de decoração. Eles são mágicos, como a arte de soprar o vidro. Certamente, entre as visitas, há quase sempre uma parada em Florença, e nesta cidade há muito para se comprar como lembrança da cidade. Uma das opções é a **arte de ourives da Toscana**, talvez entre as muitas lojas da Ponte Vecchio, um dos lugares simbólicos da cidade toscana. Passando em frente às vitrines, você será golpeado pelas jóias preciosas, verdadeiras obras de arte de ourives florentinos. As jóias de ouro '*Made in Florence*' estão, sem dúvida, entre os produtos típicos mais exclusivos de todo o artesanato florentino e certamente entre os mais desejados e comprados.

Com uma tradição que remete aos etruscos, os ourives florentinos são mundialmente famosos. Brinquedos, decorações e jóias comprados aqui possuem grande valor agregado.

E como ir para Capri e não comprar as jóias? São verdadeiramente um '*must have*' que não se deve deixar escapar. Pelos becos de Capri e Anacapri, não é incomum parar e ver as oficinas onde, além de vendê-las de todas as formas e cores, você pode ver os artesãos no trabalho e até mesmo encomendá-las sob medida.

Os preços variam dependendo do modelo e das decorações, mas o produto é de alta qualidade, habilidade única e muito *fashion*. Se, então, você vai para Amalfi, lembre-se de comprar o papel amalfitano, feito com trapos de cânhamo e algodão branco; é uma espécie de papel fino produzido desde a Idade Média, e tem um museu especialmente dedicado a ele.

O **papel de Amalfi** é considerado um dos mais valiosos para a produção de convites, anúncios, folhetos de celebrações, menus para restaurantes de luxo, papel timbrado, cartões de visita e muito mais. Outras lembranças característica especiais são os **Cucos de Matera** , objetos divertidos e coloridos em forma de galinha. Os Cucos de Matera nasceram em tempos antigos para afastar a má sorte, especialmente para afastar os maus espíritos e, além do mais, para desejar a fertilidade.

Em suma, um presente de boa sorte que conta crenças antigas e artesanato tradicional enraizado em toda a Basilicata. Mesmo na Calábria, você pode encontrar itens semelhantes, como máscaras e são chamados de Sátiros e Górgonas Calabresas.

Geralmente colocados dentro ou nos telhados das casas como um símbolo de boa sorte, essas máscaras grotescas são uma jóia do artesanato em cerâmica. Mas se você estiver na Sicília, pode levar como lembrança, também, um **boneco siciliano**.

São fantoches originalmente feitos de madeira, depois de metal, vestidos com roupas preciosas e protagonistas absolutos do teatro popular siciliano, a Opera dos Bonecos, listado desde 2008 na lista do patrimônio cultural imaterial da humanidade.

Aqui estão algumas sugestões de itens para levar para casa de uma viagem à Itália. É claro que existem muitas outras coisas que representam o nosso país e, como disse anteriormente, você só precisa de informações de cada lugar visitado.

Conclusões

A Itália é um mix de culturas, pessoas e paisagens e fornece uma grande quantidade de lembranças e itens que refletem as diferentes almas – isso significa que, com algum dinheirinho, você vai levar para casa um pedaço da história deste magnífico país.

OS CINCO MELHORES RESTAURANTES EM ROMA, NÁPOLES, MILÃO, VENEZA E FLORENÇA (POR FAIXA DE PREÇO)

25

Quando você sai de férias, geralmente vai buscar novas emoções; viaja para ver terras distantes, descobrir a rotina e os costumes dos nativos, para admirar a paisagem e provar as especialidades locais. Existem, no mundo, restaurantes que além de deliciar o seu paladar, não deixam de impressionar pelas suas particularidades. O que há de melhor do que experimentar pratos locais? E se esses pratos forem servidos em um local especial?

Bem, este texto pretende ser um guia dos melhores restaurantes em algumas das principais cidades italianas. Prepare-se então, para uma viagem culinária pelos melhores lugares para comer!

Todos sabem que a Itália é apreciada não só pela qualidade de seus produtos, mas também pela criatividade na cozinha, que é uma marca do nosso país. A cozinha é, sem dúvida, uma parte muito importante da cultura italiana e é conhecida em todo o mundo, especialmente pelas massas, pizzas e sorvetes. Todavia, a variedade de sua comida é muito mais ampla. Trata-se de uma cozinha riquíssima, nutritiva e saudável, transmitida ao longo dos séculos através da vida familiar, repassada principalmente pelos camponeses e, como tal, pertinho da terra e de seus produtos.

Os italianos gostam de comer em casa ou na casa de amigos, mas quando eles decidir comer fora, têm à disposição muitas opções: o restaurante, onde você pode escolher entre as muitas variedades de pratos, mas geralmente a preços bastante elevados; a *tratoria*, que é um restaurante simples, sem grande variedade de pratos, com uma atmosfera familiar e acessível; a *taberna*, frequentada por jovens que querem comer (mas principalmente beber) gastando pouco; e, finalmente, a *pizzaria*, onde você pode pedir qualquer tipo de pizza.

Após esta introdução, vamos começar a dar uma olhada nos melhores lugares onde comer nas principais cidades italianas, ou seja, Milão, Veneza, Florença, Roma e Nápoles.

MILÃO

Em Milão, há realmente muitos lugares para se escolher. Esta cidade oferece uma grande variedade de restaurantes onde se pode desfrutar de uma boa refeição e, especialmente, oferece opções para todos os bolsos.

Este guia será útil porque lhe oferece um leque de possibilidades, seja para você que está procurando lugares incomuns e especiais para passar uma noite, seja para você que está em Milão por motivos acadêmicos, a negócios ou em uma viagem de turismo e deseja comer, com gosto, nos locais mais populares da capital da Lombardia. Há muitos restaurantes para todos os orçamentos e para todos os gostos. Bom, antes de tudo, é aconselhável ter ideias muito claras sobre o que você quer comer e quanto está disposto a gastar.

1) Se você está procurando um restaurante barato, você pode escolher a clássica pizza, talvez a pizzaria '**Sibilla**' na Via Mercato 14, um local muito querido dos milaneses, bem avaliado e com um preço acessível.

2) Se você estiver no centro histórico de Milão, bem, então a questão muda, especialmente porque aqui estão os restaurantes típicos, e únicos, que irão chamar sua atenção. O coração de Milão pode ser identificado pela Galeria Vittorio Emanuele II; aqui você vai encontrar '**Il Salotto**', o restaurante por excelência de cozinha milanesa, com pratos típicos, tradicionais e propostas relacionadas com a sazonalidade dos ingredientes.

Além do cardápio clássico, deixe-se guiar pela imaginação do chef que, a cada semana, cria um prato e o oferece, em combinação, com um copo de vinho, a um custo modesto de 25 euros.

3) Estando em Milão, não podemos deixar de mencionar o '**Savini**', centrado na Galeria Vittorio Emanuele II. Ambiente requintado e exclusivo, lugar de qualidade, com pratos tradicionais apresentados de uma forma original, é claro que não é um restaurante definitivamente barato. Savini é um lugar de hospitalidade milanesa e internacional e representa a excelência do '*Made in Italy*'. Sua história começa em 1881, com a 'Belle Époque'; durante este período, o proprietário original, Virgilio Savini, assumiu o negócio, que era originalmente uma cervejaria já bem frequentada por pessoas famosas, como políticos e homens literários, e tal manteve-se ao longo dos anos, lugar de grandes pensadores e personagens ilustres.

4) Para os amantes de frutos do mar, há um lugar obrigatório para jantar, o '**Al Porto**', que está localizado na Piazzale Generale Cantore, na área dos canais (Navigli), próximo à estação de trem de Porta Genova. É um local clássico, ponto de referência pela qualidade do peixe sempre fresco sempre e servido até cru.

5) Se alguém perguntar se existem *tratorias*, os mande para **Dongiò**, para provar os sabores da Calábria em Milão, na Via Corio, (próximo à estação Porta Romana). Com uma gestão familiar, serve um menu principal com massas frescas e '*nduja*' (um salame calabrês picante e macio). Nenhuma 'invenção de moda' neste restaurante da Calábria, onde a decoração é neutra e os preços também.

Entre uma *bruschetta* com '*nduja*' e um prato de espaguete picantíssimo '*alla Tamarra*', você desfrutará de um jantar com sabores calabreses sólidos e, eventualmente, você irá se impressionar com uma conta surpreendentemente baixa.

VENEZA

Agora vamos ver os cinco melhores lugares para comer em Veneza, uma das cidades mais fascinantes da Itália. Deixar-se levar pelas especialidades venezianas é a melhor ideia para desfrutar plenamente sua visita a esta bela cidade.

Então, quais são os cinco melhores restaurantes para comer em Veneza? É aconselhável não se deixar enganar pelos habituais menus turísticos, que têm uma qualidade muito baixa por preços módicos. Devemos recomendar, definitivamente, os Bacari da cidade, ou seja, os típicos locais venezianos que se apresentam com características de tavernas e que recebem esse nome devido a Baco, o deus do vinho. É um cruzamento entre um bar e uma taverna, e estão espalhados por toda a cidade. Eles são preferíveis aos restaurantes, pela sua simplicidade e variedade de pratos locais.

1) **Al Portego Bacaro**, um local pequeno e acolhedor, entre a ponte de Rialto e Salizada San Lio, conhecido por seus excelentes coquetéis, almôndegas, legumes fritos e *crostini*. Oferece também pratos quentes, como o risoto com peixe, o fígado alla veneziana e um saboroso Tiramisù.

2) **Bacaro do Mori**, um mito em Veneza, ativo desde 1462. O ponto de referência dos restaurantes, viu entre os seus clientes personagens ilustres como Casanova. Prefira-o pela atmosfera histórica que ainda reina lá dentro e para um almoço leve. Oferece um número limitado de pratos principais.

3) Do Bacaro até a Osteria a distância é curta; de fato, as osterias em Veneza oferecem uma ampla gama de produtos locais. A atmosfera é sempre muito simpática e as histórias contadas pelo gerente não podem deixar de despertar a curiosidade de seus convidados. A melhor opção é a **Osteria da Alberto**.

Esta osteria é uma típica taverna rústica, frequentada por venezianos e não muitos turistas. A tradição veneziana é sobre o prato, portanto sirva-se de espaguete Busara e de lulas cozidas na própria tinta, com polenta. Depois do jantar, você pode fazer um passeio no encantador bairro Canneregio.

4) No entanto, para aqueles que não querem poupar nenhum gasto ou para os românticos que querem desfrutar de um momento de luxo a dois, recomendamos os restaurantes da Piazza San Marco e todos os que têm vista para o Grande Canal. Um exemplo são os terraços dos restaurantes. Em Veneza, além de serem os mais romântico, são também os mais bonitos. São os restaurantes com vista panorâmica da cidade, todos maravilhosos e lindos, mas não ao alcance de todos; vale citar o restaurante no histórico **Hotel Danieli**, onde você pode jantar com vista para a bacia de San Marco, que se eternizará como uma emoção extraordinária.

O restaurante serve uma excelente seleção da cozinha tradicional veneziana e mediterrânea, com um toque do Oriente. Para aqueles que optam por ficar em Veneza, em um destes hotéis, a perspectiva é viver um sonho dentro de um sonho.

5) Outro lugar maravilhoso é o terraço do mais glamouroso restaurante: o **Antinoo's**, no Centurion Palace Hotel, no Grande Canal, que é decorado com mobiliário contemporâneo e cores brilhantes que contrastam com as espirais do edifício do século XVIII onde está localizado.

Aqui também há um terraço sobre a água, que abrigou algumas das mais brilhantes festas VIP do último Festival de Filmes de Veneza. Não negligencie o cardápio, editado pelo Chef Livan, que já recebeu vários prêmios importantes. O Antinoo's oferece um cardápio inspirado na cozinha tradicional veneziana, revisitada com brilho e criatividade. Aqui não falta elegância, design e ideias; uma impressionante moldura faz do bar um quadro, para se admirar sentado no original sofá roxo ondulado, enquanto a cor branca, em suas diversas tonalidades, rodeia o restaurante, de onde você pode contemplar o brilho das águas do Grande Canal.

FLORENÇA

A essa altura, vamos examinar os cinco melhores restaurantes da cidade de Florença, uma das cidades mais visitadas na Itália; em Florença é possível provar a cozinha variada da Toscana, muito apreciada especialmente por turistas estrangeiros. Entre os pratos mais populares, encontramos o bife florentino, *panzanella* frescas (consiste numa salada com pão amanhecido, popular nos meses de verão, pois é servida fria), pratos de massas feitos com carne de animais de caça, aperitivos saborosos de carnes frias e ensopadas. Onde você pode desfrutar destes pratos?

1) Pra quem não gosta de estar cercado por multidões de turistas, recomendamos reservar uma mesa no '**Vini e vecchi sapori**', um pequeno e simpático restaurante familiar e acolhedor. Mario, o gerente, e sua esposa, a cozinheira, irão oferecer uma deliciosa comida com excelentes preços.

O cardápio inclui todos os pratos tradicionais da Toscana, todas as porções excelentes e abundantes, mas sempre leves e genuínas. O aconselhamos provar as massas com vários molhos da casa, como pato ou coelho, *paccheri* (um tipo de massa) com flores de abóbora, o polpetone com batatas camponesas e especialmente o *'peposo'*, ou seja, um bife com pimenta preta, especialidades da casa, todos a preços excelentes.

2) Vamos então para o belo cenário da Piazza Pitti. Aqui fica a **Enoteca Pepo**, muito querida especialmente por visitantes estrangeiros pela excelente qualidade e variedade da carta de vinhos e culinária simples, mas ainda assim refinada. Um jantar neste lugar pode custar até 65 euros por pessoa. É um pequeno restaurante agradável e acolhedor, com pequenas mesas e centenas de garrafas ao redor.

O vinho é a estrela deste lugar, e são selecionados com muito cuidado e diferentes tipos. E se o vinho vai deixar você sem palavras, o mesmo efeito terá a comida.

3) Entre os restaurantes imperdíveis, está o **Harry Bar** (Via Lungarno Amerigo Vespucci), uma verdadeira instituição. Internacionalmente conhecido, este restaurante oferece um ambiente elegante e refinado, mas o cliente deve se sentir em casa, mimado pela beleza do lugar e pela qualidade dos pratos.

O cardápio nem sempre permanece o mesmo, pois se altera de acordo com a estação, mas sempre com qualidade. A despesa média para uma refeição no restaurante em Florença, imperdível, é em torno dos 30–45 euros.

4) Se você está procurando algo menos desafiador, '**Il Ritrovino dei Servi**' pode ser para você. Este pequeno local, perto de Santa Maria Nova, oferece uma cozinha simples e rústica, mas eficaz. Você pode saborear o famoso sanduíche de *'lampredotto'* (feito de uma porção do estômago bovino). A única desvantagem é que o restaurante está aberto apenas para o almoço, de segunda a sábado, portanto é melhor fazer uma reserva.

5) Para os amantes do bife florentino, o lugar é a '**Trattoria Mario**', um local muito informal e rústico, onde você pode saborear vários pratos tradicionais, acompanhados por um excelente Chianti, tudo a preços razoáveis.

É perto da praça do mercado central e está aberto apenas para o almoço, de segunda a sábado; esteja preparado para longos tempos de espera, mas vale a pena.

ROMA

Agora é a hora de vermos os melhores restaurantes da capital. Razões para visitar Roma são verdadeiramente infinitas. Além do seu patrimônio cultural e artístico inestimável, Roma também oferece uma cozinha tradicional muito saborosa e característica. Aos visitantes que viajam a Roma pela primeira vez, sugiro que você prove os bons pratos da tradição popular.

Os bairros de Testaccio, Trastevere, Garbatella e Campo dei Fiori, são os emblemas romanos, onde estão as tavernas mais representativas e os restaurantes com as mais antigas tradições culinárias. Os melhores lugares para saborear os pratos típicos romanos são provavelmente as *tratorias*, informais e caseiras, que oferecem as melhores especialidades locais, muitas vezes por preços moderados. Vejamos alguns dos melhores.

1) A primeira delas, como o próprio nome sugere, é o '**La Fraschetta Castel Sant'Angelo**', e está localizado perto de Castelo de Santo Ângelo. Dada a sua posição estratégica, é muito popular entre os turistas, especialmente pelo ambiente informal de tratoria típica.

O restaurante oferece pratos romanos, principalmente tradicionais, como massas *'alla Carbonara'*, *'alla Gricia'* (molho com guanciale – tipo bacon – e pecorino romano – queijo de ovelha), queijo e pimenta, costelinhas de cordeiro, rabada, *Saltimbocca alla romana* (o termo Saltimbocca seria algo como 'salta na boca, de tão gostoso! ' – e é feito com vitela). O cardápio também inclui pratos vegetarianos e entradas rápidas. Este restaurante é muito popular por causa da abundância das porções, pela qualidade dos alimentos e pelos preços.

2) Outro restaurante a ser considerado é o **L'Antica Trattoria da Carlone**. Nessa mesma proposta, é um restaurante com um ambiente rústico e acolhedor, que oferece pratos típicos romanos em porções generosas a preços médios. Particularmente conhecido pelas massas *'alla carbonara'*, é considerado um dos melhores da cidade, embora sejam muito recomendados os pratos principais em geral. Localizado na zona Trastevere, essa tratoria é muito frequentada pelos turistas, por isso é aconselhável fazer reserva.

3) Outro local imperdível é a '**Dal Cavalier Gino**', um dos restaurantes mais populares da cidade, procurado tanto por turistas quanto pelos próprios romanos. Ele está localizado no coração de Roma, perto do Parlamento.

A forte influência romana, a seleção cuidadosa das matérias-primas e a capacidade de variar a oferta, de acordo com os períodos do ano, distinguem a '**Trattoria da Gino**', onde a especialidade é, sem dúvida, representada por uma série de sopas deliciosas, tradicionais e requintadas, muitas delas à base de peixe, e os mais famosos pratos da cozinha da capital, como o tradicional *'saltimbocca alla romana'*, tripa ao molho de tomate, ou *rabada 'alla vaccinara'*. Com uma adega muito vasta, tem preço médio de 30 euros.

Não se esqueça de que Roma é também uma das cidades mais românticas do mundo, então desfrutar um jantar à luz de velas adicionará uma atmosfera especial para uma noite de amor, com o Coliseu como pano de fundo, ou os telhados iluminados da cidade antiga, ou os encantos de ruínas romanas, ou o triunfo de cores da Villa Borghese, capaz de fazer milagres! Sugerimos dois restaurantes capazes de fazer você experimentar emoções intensas e inesquecíveis.

4) Uma lugar imperdível, é o **Camponeschi**, na Piazza Farnese, que já merece ser lembrado pela localização: é um dos mais belos recantos de Roma, no centro histórico. Aqui tudo é cuidado nos mínimos detalhes, desde a decoração até a comida, com pratos da cozinha romana e mediterrânea, com um toque contemporâneo que muda sazonalmente.

É internacionalmente reconhecido por oferecer um serviço feito de detalhes. De uma requintada decoração até a impecável comida, aqui há sabores mediterrâneos, com especialidades regionais, como trufas e pratos romanos tradicionais. É claro que os preços são mais elevados, em torno de 70 euros por pessoa, mas vale a pena.

5) Uma das melhores experiências em Roma é uma visita ao restaurante **Aroma**, no último andar do hotel cinco estrelas Palazzo Manfredi. Será como comer diretamente no Coliseu, porque é essa a vista deslumbrante que se pode apreciar das mesas. E se a visita for à noite, então o jantar será na companhia das estrelas, o que mais se pode querer? O cenário encantador, o cardápio gourmet, cuidado pelo apreciadíssimo Chef Giuseppe Di Iorio, junto com o panorama, fazem deste restaurante um grande trunfo para um jantar romântico.

NÁPOLES

Agora vamos para a cidade de Nápoles; optar por comer em Nápoles, não é difícil, o único inconveniente é criado pela abundância de pratos doces e salgados – mas não se preocupe, porque você não vai encontrar nenhum canto da cidade onde não haja restaurantes típicos, pizzarias e *trattorias* nessa cidade do sol!

1) Sendo a cidade da pizza, começamos com uma pizzaria chamada **Pizzeria da Gaetano**, onde você vai encontrar um excelente serviço, uma equipe que, de fato, é super simpática e gentil. A pizza é perfeita em tudo: no cozimento, mas também na espessura e, obviamente, no sabor. Para uma pizza com excelente qualidade, esta é a pizzaria mais adequada. Um ambiente genuinamente acolhedor, onde nos sentimos à vontade, graças à simpatia de Gaetano e de sua equipe.

2) No centro histórico de Nápoles, há a **Antica Pizzeria da Michele**, renomeada como 'templo sagrado de pizza'. Mestres pizzaiolos há várias gerações, a família Condurro preparará a pizza napolitana nos sabores marinara e margherita. O uso de ingredientes naturais e a habilidade na preparação fazem dessa pizza uma das melhores do mundo. A questão custo-benefício também é excelente; o único problema é o grande número de clientes, mas uma vez lá dentro, o serviço é extremamente rápido. A multidão de turistas e as fotos dentro, de muitas celebridades, testemunham a qualidade desta pizza.

3) Se você quiser redescobrir os sabores e prazeres da Campânia, então você deve visitar uma das muitas tabernas, a fim de visitar a história dos restaurantes napolitanos. Ou seja, você precisa conhecer a **Zi Teresa**. É um dos lugares históricos de Nápoles, no Borgo Marinaro, e é também um dos mais conhecidos e celebrados restaurantes do mundo.

Nasceu em 1862, em Santa Lúcia, como um pequeno local de descanso para os pescadores de Mergellina, bem como para os trabalhadores que estavam construindo o que se tornaria a Via Caracciolo. Se você gosta de uma viagem para o passado, desfrute um prato de sabor histórico: Linguine com alho, azeite e pimenta.

4) Vamos mudar o segmento, e vamos falar agora sobre restaurantes menos caseiros e mais elegantes, onde o luxo é o anfitrião. Estamos falando de '**Napoli Mia**', lugar muito sofisticado e elegante. Se você visitar Nápoles, terá uma experiência inesquecível; comer nesse lugar, então, será ainda mais especial. Aqui você vai encontrar pratos tradicionais reinterpretados de forma moderna, em um elegante ambiente; há pratos de terra e do mar.

É um ambiente agradável, acolhedor e de elegante sobriedade, estilo que também se reflete na gastronomia, feita de pratos apetitosos, mas delicados, leves e sempre cuidadosos. A tradição é soberana, mas com toques de fantasia e modernidade. O restaurante Napoli Mia dispõe, além de tudo, de uma ótima cantina de vinhos.

5) Para desfrutar de um jantar especial, direto sobre o mar, com uma vista inesquecível, não há nada melhor do que escolher um dos muitos restaurantes localizados à beira-mar, como o restaurante **Donnanna**. Ele é elegante e não muito barato, mas a qualidade dos ingredientes é indiscutível. Há, também, o encanto da paisagem, que se estende do Vesúvio para a ilha de Capri, que te dará emoções únicas.

O rei da mesa é o peixe, cozido sempre fresco, seguindo a cozinha tradicional napolitana, mas com toques pessoais adicionais pelo chef e que fazem de cada prato uma pequena obra de arte, rica de sabor e também gratificante para os olhos.

É bem sabido que a cozinha italiana é conhecida em todo o mundo por ser a melhor da Europa. De fato, tudo o que foi descrito até agora é apenas uma pequena amostra do que se pode encontrar neste país, incluindo pizzarias, restaurantes, *trattorias*, sorveterias e muito mais. A essa altura, não resta mais nada a fazer a não ser provar para crer! E, naturalmente, bom apetite!

RESTAURANTES VEGANOS NAS PRINCIPAIS CIDADES (VENEZA, MILÃO, ROMA, FLORENÇA & NÁPOLES)

26

O novo estilo de vida impõe escolhas alimentares relacionadas ao bem-estar. São procurados novos produtos ou alimentos para o benefício da saúde. Come-se menos, porém melhor. Corta-se a carne, as gorduras hidrogenadas e o *fast food*.

É cada vez mais comum fazer escolhas de alimentos que contêm o selo "*Cruelty Free*", seja para seguir a tendência, por questões de saúde ou por um respeito maior pelo meio-ambiente e pelo mundo animal. É inegável que, nos últimos anos, aumentaram as qualidades, variedades e quantidades de restaurantes vegetarianos. Pode-se ir tanto a um simples mercado para comer em um balcão em pé ou em locais de altíssima qualidade.

Neste texto, vamos examinar quais são os melhores restaurantes vegetarianos nas principais cidades italianas. Acabam atendendo sempre um número maior de pessoas, tanto por curiosidade quanto por 'desafio'. Se você experimentar, gostará da culinária vegetariana.

Por esse motivo é oportuno fazer uma compilação dos melhores restaurantes vegetarianos, para que esse simples interesse se transforme em uma experiência memorável.

Começamos esse guia à procura de restaurantes vegetarianos, partindo da cidade de **Milão**, que está sempre em busca de todas as inovações possíveis, que também está atenta às novas escolhas alimentares cada vez mais populares no nosso país. Do mesmo modo, aqueles que já aderem o estilo de vida vegano há um tempo certamente encontrarão benefícios de ter um guia com os melhores restaurantes vegetarianos de Milão.

Milão é com certeza uma cidade muito sensível aos estilos alimentares alternativos e não é difícil encontrar lugares que oferecem uma culinária vegana ou vegetariana. Se deixe surpreender porque, nessa cidade, há um restaurante vegetariano para qualquer ocasião. Para um jantar a dois, para encontrar os amigos, para um momento gourmet, um lanchinho rápido ou uma pausa para o almoço.

Em Milão há todas essas opções, basta saber escolher. Como o nome já diz, o '**Il Joia**' é o lugar ideal, o mais chique porque tem uma estrela de Michelin. Para os exploradores culinários, o restaurante possui três menus de degustação. Há o *Zenith*, que tem como proposta saborear todos os pratos da estação. Depois, há o *Enfase della Natura*, uma seleção de oito pratos sazonais, e a *Scoperta*, um percurso mais leve que propõe a degustação de delicados sabores naturais. Os vinhos são, por sua maioria, biodinâmicos e orgânicos e suas notas são encorpadas e elegantes. Uma escolha perfeita para um jantar romântico e para descobrir novos sabores.

Outro dos melhores restaurantes veganos tradicionais em Milão é o **GhEA**, localizado no bairro de Navigli, onde podemos provar pratos veganos saborosos.

Os ingredientes utilizados são biológicos, as combinações são estudadas a partir das necessidades digestivas do nosso corpo. Um restaurante vegano e vegetariano, de estilo moderno, tanto por sua decoração quanto por sua culinária. Esses dois restaurantes dão apenas uma pequena ideia de que Milão pode ser uma cidade muito sensível e que pode oferecer várias localidades que oferecem uma culinária vegetariana e vegana.

Agora vamos para **Veneza**, uma das cidades mais belas do mundo, que durante todo o ano recebe um número enorme de turistas e, por conta disso, possui muitos restaurantes e trattorias. Partindo do pressuposto de que a quantidade de pessoas que decidem não comer carne está sempre crescendo, Veneza também é um lugar do país no qual os locais especializados em produtos diferentes estão aumentando. Alguns foram pensados exclusivamente para vegetarianos e veganos, outros ampliaram a variedade do cardápio para poder ser agradável a todos os gostos. Te daremos 2 ou 3 nomes de alguns desses lugares.

Iniciamos pelo **Frary's**, um lugar de prestígio. No cardápio há numerosas propostas de pratos veganos e vegetarianos, com ingredientes misturados que agradam bastante à clientela. Estamos falando de um lugar de bastante tradição e a fila para degustar os apetitosos pratos é testemunha da qualidade da culinária. Fica em Veneza, na Via Fondamenta dei Frari.

Na verdade, vai ser mais fácil de encontrar restaurantes veganos e vegetarianos no continente, como no bairro de Mestre ou arredores. Um exemplo é um restaurante em particular, **l'Officina del Gusto**, um restaurante original, de espaço polivalente, que estimula a descoberta de valores criativos e divide a paixão por uma alimentação saudável, casando com uma proposta cultural a todos. Este lugar propõe uma culinária criativa que usa produtos da estação, orgânicos por excelência, regionais italianos e que valorizam a preparação caseira dos produtos e a leveza culinária que exalta as suas propriedades alimentares e seus sabores. No cardápio, próximo dos pratos vegetarianos e veganos, há também entradas, primeiros e segundos pratos à base de carne e peixe.

Vegetarianos e veganos se satisfazem bastante no **Ri–Ve**, um lugar muito apreciado pelos veganos e que prepara pratos de qualidade com produtos frescos e orgânicos.

Os pratos são muito saborosos e incomuns, também preparados com ingredientes orgânicos. Uma delicia também para o paladar de quem não é vegetariano, mas que também deseja experimentar sabores diferentes e pratos mais saudáveis.

As maiores cidades italianas estão com cada vez mais restaurantes vegetarianos e veganos, que merecem suas devidas atenções não só por razões éticas. A belíssima Florença também não é diferente na hora de escolher um restaurante vegetariano ou vegano. Começaremos com o restaurante **Le Fate**. No inicio de 2015, esse restaurante que já existia em Florença e se juntou com o restaurante Borgo Allegri 9, reconstruindo o cardápio antigo e substituindo–o por outro, com preparação vegetariana e vegana.

Os pratos do cardápio possuem o tema astrológico, no qual cada signo do zodíaco possui um prato especial. Além da qualidade da comida, da música relaxante e do ambiente acolhedor, é um dos restaurantes mais interessantes de Florença e com preços justos.

Outro restaurante vegano e vegetariano é o **Bioveggy**, o novo restaurante vegano de Florença, localizado na Via Erbosa. Apresenta uma inovação da culinária tanto para os veganos quanto para aqueles que querem saborear uma culinária orgânica, saudável e apetitosa. Tem um nome divertido, cuja capacidade de memorizar é indiscutível, mas também um nome que junta as duas almas inseparáveis desse restaurante: o biológico e o vegetal, um binômio perfeito para quem está acostumado com a culinária vegana.

O ambiente tem um ar moderno, feito com madeira reflorestada, claro, de estilo sueco, e utiliza duas cores em padrão: o verde ervilha e um vermelho cor de melancia. Mesmo para quem não é vegetariano, tais cores dão uma sensação imediata de calma, relaxamento e paz. No balcão central, diversos vasos com produtos naturais típicos formam um jardim incomum. Um lugar com muita particularidade.

Outro restaurante que se encontra entre a Piazza Santa Croce e a Piazza del Duomo é o **Sedano Allegro**. A atmosfera desse simpático lugar é acolhedora.

Estamos tratando de um dos primeiros restaurantes vegetarianos de Florença, que foi inaugurado quando o vegetarianismo ainda não era tendência. Te aconselhamos reservar uma mesa à luz de velas e de pedir a *carbonara* vegetariana ou a sopa de cebola, dois pratos excepcionais. A paixão e sofisticação por uma alimentação saudável fazem com que o Sedano Allegro, inaugurado em 1900, ofereça aos seus clientes uma culinária vegetariana que continua em evolução.

Agora é hora de irmos até a Itália Central, mais precisamente para a capital: Roma, que é, sem sombra de dúvidas, uma cidade com uma forte identidade culinária, mas que está se abrindo aos poucos a esses novos estilos alimentares.

Vamos ver juntos quais são alguns dos melhores restaurantes veganos em Roma. Começamos no centro, a poucos passos do Vaticano, onde você vai encontrar o restaurante **A Modo Bio**. O lugar é novo e decorado com um estilo moderno. Oferece uma ampla escolha de alimentos de alta qualidade com produtos sazonais, de ambiente agradável e com serviço de ótimo nível.

Continue sempre no centro de Roma. Perto de São Pedro, você vai encontrar o restaurante vegetariano **Fa–Bio**. O salão não é o seu ponto forte porque o lugar é muito pequeno, mas oferece uma ótima variedade de produtos, desde saladas a sanduíches e até mesmo *smoothies*, que merecem ser provados se você se encontra por esses lados ou se você vai para Roma com finalidade turística.

Kamut, quinoa, tofu, seitan. Se essas palavras nunca entraram no seu vocabulário ou se você simplesmente as desconhece, dê uma passada no Fa–bio, um pequeno lugar com alimentos vegetarianos e veganos.

Outro lugar que não se pode deixar de ir é o **Le Bistrot**, um pequenino restaurante vegetariano que tem deliciosos pratos vegetarianos e veganos. Com um serviço impecável e uma qualidade superlativa, é por mais de trinta anos um ponto de referência para os vegetarianos que vão a Roma. A reserva é obrigatória.

Entre pela porta da frente, você vai entender o porquê do nome. Na verdade, parece um restaurante parisiense da *Belle Époque*. De atmosfera íntima, um mobiliário muito bonito e, ao fundo, um ótimo som de jazz.

Agora, você não se interessou por saber qual é o melhor restaurante vegetariano e vegano em uma cidade como Nápoles? Vamos descobrir. Um restaurante que vale apena citar é o **Un Sorriso Integrale**, o lugar vegetariano de Nápoles próximo à Piazza Bellini, uma zona bastante central. O restaurante oferece a possibilidade de uma refeição tanto na área interna quanto externa e essa última sala oferece ar condicionado. As mesas são de madeira e, de fundo, uma suave música de estilo New Age. Os clientes deixam a sua opinião, para julgar o serviço prestado. Além do restaurante, os clientes podem comprar alimentos orgânicos como, por exemplo, geléias. Esta é outra maneira apetitosa de saborear o alimento que pode ser comprado on–line, que são os novos modos de comprar comida nesse século.

Você também pode ir ao **Cavoli Nostri**. Muitas vezes encontramos lugares que se dizem vegetarianos, mas que possuem uma variedade de outras opções. Não é o caso de lugares que também propõem pratos vegetarianos, que todos vivem apresentando com alegria. Simples e acolhedor, com preços medianos, Cavoli Nostri é o primeiro restaurante vegetariano de Nápoles e tem como proposta a presença de dois tipos de prato, também na versão vegetariana, para quem pedir. Não pode ser considerado como um restaurante de *take–away*. Cavoli Nostri é um verdadeiro restaurante, com lugares para sentar, com um cardápio respeitável e não deixa nada a desejar no que se refere aos nutrientes oferecidos por outros restaurantes. Além disso, dá uma atenção maior aos que seguem o tipo de alimentação vegana. Livre para escolhas.

Não dá para esquecer–se da famosa **lanchonete Di Napoli**, que prepara sanduíches para todos os gostos e também para quem faz reeducação alimentar. Como o sanduíche feito com pão integral, de fermento natural preparado exclusivamente com farinha de trigo zero, farinha integral e soja. O sanduíche poderá ser feito com vegetais à escolha, queijo vegano, mussarela de arroz e maionese vegana. Essa é a parte salgada; para a sobremesa, estão disponíveis também cremes como de manteiga de amendoim e chocolate, rigorosamente veganos.

Um lugar no qual o sanduíche é um grande protagonista e pode ser degustado com vários ingredientes, rigorosamente preparados com excelência absoluta e devidamente certificados.

Depois desse mini guia à procura de restaurantes veganos e vegetarianos nas maiores cidades italianas, acredito que você possa ter uma ideia de onde parar para o almoço, sem deixar de lado os seus gostos e escolhas alimentares.

Conclusões

O estilo vegano vem mostrando ser um verdadeiro estilo de vida, caracterizado por escolhas alimentares saudáveis e terapêuticas. Esses restaurantes não só oferecem pratos para quem é vegetariano, mas também para quem quer descobrir esse mundo. Na verdade, muitas pessoas acreditam que é impossível abandonar seu estilo de vida. Mas basta você provar algum desses pratos para se render à mudança, visto que essa também é uma escolha deliciosa e saborosa.

RESTAURANTES PARA CELÍACOS NAS PRINCIPAIS CIDADES (VENEZA, MILÃO, ROMA, FLORENÇA & NÁPOLES) 27

Nem todos podem comer alimentos que contêm glúten. Para os celíacos, por exemplo, é um verdadeiro veneno e devem eliminá-lo totalmente de sua dieta se quiserem evitar sérios riscos de intoxicação ou problemas muito graves para a saúde. A doença celíaca é uma intolerância permanente ao glúten, proteína presente na aveia, trigo, trigo khorasan (normalmente comercializados como Kamut), cevada, centeio, e outros farináceos. A ingestão de glúten danifica as paredes de revestimento do intestino delgado, reduzindo a capacidade de absorção de nutrientes. Por isso, o único remédio é uma dieta livre de glúten. O trigo cruzado é uma indicação de produto adequado para o consumo por celíacos. Também há a licença obtida pelas empresas através da Associação Italiana Celíaca ou organizações europeias semelhantes, que examinam e certificam todos os processos de produção. A doença celíaca afeta muitas pessoas, mas, para a nossa sorte, muitos restaurantes estão se organizado de modo a proporcionar uma culinária sem glúten. Para muitos, a culinária sem glúten é uma moda passageira, para outros é uma necessidade. A seguir, entramos no mundo sem glúten e vamos ver quais são os restaurantes para celíacos em grandes cidades italianas como Milão, Veneza, Florença, Roma e Nápoles.

Começamos a partir da cidade de Milão, para descobrir quais são os melhores lugares para comer sem glúten, sem sacrificar o sabor e gosto, lugares que permitem que todos possam comer e beber sem ficar doente ou sentir-se diferente do que os outros. A primeira é a **Taverna Guyot**, um local muito interessante local.

Decorado com materiais rústicos, como madeira natural, fragmentos de barris de carvalho e paredes de tijolos expostos, o local é ideal para desfrutar de boa comida e excepcionais vinhos, como sugere o nome do restaurante. Bem conhecido entre os Milaneses, o Taverna oferece pratos tradicionais e muito mais, acompanhados por vinhos finos. Os proprietários, conscientes da importância da doença celíaca, decidiram adaptar quase qualquer versão do cardápio utilizando certificados e ingredientes seguros. Há deliciosos risotos (as especialidades da casa) e os preços são bastante elevados, mas excelente em qualidade sem glúten. Definitivamente, vale a pena tentar.

Outro restaurante que vale a pena mencionar é o **Panta Rei**, localizado em Cascina Moiranino, nos arredores de Milão e é um dos restaurantes certificados pela AIC (sigla da Associação Italiana celíaca).

Seu menu oferece uma fórmula especial para celíacos, que podem provar aperitivos, primeiro prato, segundo e todos totalmente sem glúten, inclusiva a pizza. Os preços aqui são muito bons e bem alinhados com a qualidade dos alimentos oferecidos.

Outra opção é **Il Tondo**, também conhecido como o Restaurante Tondo. Está localizado na área de Certosa, em Milão, no Barcelo Milan Hotel. É um restaurante com um menu completo sem glúten e com preços definitivamente mais baixo do que a média milanesa. Este lugar conta com oficinas artesanais no que diz respeito aos produtos de massas e pães. Excelente escolha de carne grelhada e cuidado máximo para evitar, em todos os casos, contaminação alimentar por alimentos com glúten.

O Tondo é um local moderno, onde você vai encontrar muitos pratos e redescobrir o prazer de comer bem, com especial atenção para a qualidade, a origem das matérias-primas e os processos de fabricação.

Agora vamos para outra grande cidade, Veneza. Nesta cidade muito especial, até a abordagem ao glúten é diferente. Aqui, de fato, encontramos o **Mea Points**, excelente circuito local de Veneza Sem Glúten (VSG). O primeiro restaurante a ser mencionado é o **Sivoli**, localizado perto da estação de Santa Lucia, no interior do Hotel Príncipe. Um ambiente amigável e muito acolhedor, onde a equipe oferece um serviço atencioso, preciso e sempre pontual. A propriedade também tem um terraço, com vista para o Grande Canal. O menu do restaurante apresenta uma grande variedade de especialidades culinárias venezianas preparadas usando ingredientes frescos e de qualidade. Não faltam, também, opções mais internacionais.

Eles também têm pratos especialmente concebidos e disponíveis para celíacos e vegetarianos, como o risoto de camarão e alcachofra, Tortello com tinta de lula e recheio de robalo e creme de lagosta, e tartare de sargo com pistaches e lardo.

Você também pode parar no restaurante-pizzaria **Al Tintoretto**, que oferece um menu sem glúten fantástico que inclui frituras de todos os tipos.

Este local será bastante apelativo para os amantes de peixe, mas há muitas possibilidades de escolha mesmo para os amigos vegetarianos, e uma muito boa é a pizza com cogumelos, naturalmente sem glúten.

Agora vamos avançar para Florença e aprender sobre restaurantes para celíacos na Cidade Maravilhosa. Começamos com estes dois restaurantes de luxo para celíacos de Florença, que não renunciam ao odor da alta cozinha e permanecem na tradição e internacionalidade. Estes dois restaurantes exclusivos são capazes de oferecer sofisticação e autenticidade até mesmo para clientes com intolerância ao glúten.

O primeiro é o **Restaurante Santa Margherita** e o outro é o **Menu da Osteria Pagliazza**, localizado dentro do Hotel Brunelleschi, a poucos passos da Via Calzaiuoli, do Duomo e da Piazza da Senhoria, no coração do centro histórico da cidade.

A Osteria Pagliazza é um lugar muito agradável, de atmosfera amigável e fica no coração de Florença. Não é fácil encontrar o restaurante porque fica no interior do hotel. Muito agradável, o lugar onde o pequeno restaurante se encontra, onde os preços estão longe de ser baixos, mas esta osteria está localizada em uma área muito exclusiva de Florença, cheia de charme e cortesia, nos quais eles são mestres! Os pratos são bem cuidados e de boa qualidade – há um excelente cuscuz morno com legumes.

A era em que as pessoas com intolerância ao glúten deviam renunciar ao prazer de sair para jantar, ou tinham, em qualquer caso, opções limitadas na escolha de pratos, acabou. Por exemplo, o **Quinoa**, em Florença, todos os dias tem chefs estudando novas e deliciosas receitas que garantam a segurança da dieta sem glúten sem sacrificar o sabor da cozinha tradicional.

Alguns exemplos? Começamos com Humus de grão de bico e salada de bacalhau e cerejas, ou macarrão de arroz tailandês com vegetais frescos, tofu, amendoim e muitas outras iguarias. Tudo isso para garantir a segurança da dieta livre de glúten, mas com o sabor de uma cozinha que tradicional. O projeto Quinoa está firmemente enraizado na tradição toscana enriquecida pelas melhores experiências internacionais, com o objetivo de querer combinar sabor e saúde e fazer uma escolha absoluta: Zero Glúten.

Em Roma, felizmente existem muitos restaurantes especializados em culinária sem glúten para passar uma noite com os amigos e fazer uma boa refeição. Eu recomendo pelo menos três. Partimos da cozinha celíaca a poucos passos de São Pedro, muito perto, onde eu recomendo o **Mamà Bistrot**.

Uma pequena sala de estar no coração do distrito Prai, para comer a qualquer hora do dia; um delicioso lugar para celíacos: massas sem glúten e sobremesas são garantidas.

Com uma parte do menu é dedicada aos pratos sem glúten, o **Pinturicchio 40** está localizado em área da Ponte Milvio, no coração do bairro Flaminio. O menu inclui peixes e carnes preparadas com receitas criativas e inusitadas, dentro da atmosfera que é elegante e de alta qualidade culinária; tudo isso desistindo somente do glúten.

Este bistrô encantador serve receitas de inspiração mediterrânicas, na qual não faltam reinterpretações criativas com base em matérias-primas de alta qualidade e sazonais. Para moldar um ambiente refinado em detalhe, onde se misturam elementos antigos e detalhes clássicos, com um informal e acolhedor; adequado para jantares com amigos, para um almoço rápido, mas também para jantares românticos. No menu, algumas especialidades para tentar são, por exemplo, o polvo com batatas e chicória, frutos do mar, Paccheri, risoto com fondue de gorgonzola DOP e repolho vermelho ou bife de atum com pistaches torrados.

Roma, na cozinha sem glúten, irá levá-lo a um restaurante com uma cozinha feita com comida fresca e artesanal 100 por cento *gluten free*, certificada pelo Ministério da Saúde. Tudo isso no restaurante **Il Viaggio**, em Soca, onde chefs e garçons bem treinados sobre a doença celíaca são rápidos para oferecer um menu variado, a partir do salgado até o doce, para comer no local ou para levar para casa, graças ao serviço para viagem. Eu recomendo que você também experimente a pizza sem glúten feita com uma massa que foi estudada durante meses. Il Viaggio é um restaurante especializado na culinária sem glúten e sem lactose. Tudo no menu pode ser, quando pedido na hora da encomenda, livre de glúten. Para aqueles que desejam uma amostra de mais pratos, para todos os casos, exceto para doces, também pode ser solicitada a metade da porção.

O menu é extenso e é um lugar onde toda a equipe foi treinada para a preparação adequada de alimentos, a fim de evitar a contaminação de glúten; parece trivial, mas eu lhe asseguro que não é.

Terminamos esta jornada de restaurantes celíacos em uma cidade magnífica, Nápoles. Entre os restaurantes de cozinha tradicional disponível em Nápoles, há também instalações mais modernas e prontas para responder às novas tendências e necessidades dos cidadãos. A este respeito, a cidade tem bares e tabernas dedicados aos celíacos. Uma perturbação que nos últimos anos tem envolvido mais e mais pessoas, que tiveram que desistir de pão, massas e pizza... mas pode um napolitano apaixonado renunciar a uma pizza napolitana? Certamente que não! Na verdade, graças ao local sem glúten, o problema está resolvido, permitindo que os celíacos se deliciem livremente com pizzas e muita bondade, sem comprometer o seu estado físico. Entre as ofertas em Nápoles há pelo menos três totalmente dedicadas aos celíacos, considerados os melhores da cidade. Seguem as dicas!

O primeiro é **Sorriso Integrale**, no centro histórico de Nápoles, onde podem comer os vegetarianos e os celíacos. É um dos lugares bio-vegetarianos e está entre os mais famosos da cidade. Entre o curso de seu extenso menu destacam kebabs seitan, húmus, alimentos fritos, bolinhos de lentilha e risoto. Também muito apreciadas são as sobremesas, como a torta de maçã e canela, a caprese, o bolo de cenoura e o flan. Os preços são normais e o restaurante tornou-se agora uma revelação até mesmo para os tradicionalistas. O Sorriso trabalha há quase vinte anos a contribuir para o desenvolvimento harmonioso do ser humano em harmonia com a natureza.

O menu é diário, baseado em produtos frescos preparados pela imaginação do chef. Você certamente não se arrependerá de forma alguma.

Para o deleite dos celíacos napolitanos, **Mama Eat** representa o gosto do paraíso, onde a comida sem glúten é tentadora também é irresistível para aqueles que não são celíacos. Particularmente conhecidos são o primeiro prato, as pizzas, os bolos, o gigante crocchè, a carne, o molho de queijo Cheddar e o bolo de chocolate.

Ou como não pegar uma carona no **Ciro** em Santa Brigida, que é um dos mais antigos e mais populares restaurantes dos anos 30 de Nápoles e com a presença de políticos e atores da época proeminentes? Apesar da forte ligação com a cozinha tradicional, as famosas ofertas locais, a pedido, também há grandes aperitivos, pizzas, massas e sobremesas adequadas para celíacos. Entre os pratos mais populares destacam-se as pizzas, as flores de abóbora e os recheados com escarola.

Os preços são bastante elevados e o sentimento e atmosfera são mágicos, atravessados por um 'sentimento de satisfação e bem-estar'. Não é por acaso que é uma famosa pizzaria em Nápoles.

Conclusões

A doença celíaca e a intolerância ao glúten são doenças cada vez mais comuns e populares, mas não devem tornar-se um limite, especialmente quando se trata de sair para comer fora. Neste sentido, podemos dizer com segurança que a Itália, em geral, e particularmente as principais cidades italianas, são preparadas para a alimentação sem glúten e têm uma sensibilidade especial para aqueles que sofrem de doença celíaca.

SORRISO INTEGRALE - NÁPOLES

PARA COMER RÁPIDO OU TÍPICO - OS MELHORES LOCAIS PARA REFEIÇÕES RÁPIDAS E ITALIANAS DE VERDADE!

28

A comida de estrada, também chamada pelo termo em inglês "*street food*", é uma categoria de alimentos para quem prefere comidas ou bebidas prontas para um consumo rápido e imediato, em pé ou sentados, ou enquanto estiver passeando, sejam elas doces ou salgadas. Essa nova moda de comer pelas estradas da cidade é uma novidade que está mais no nome, "*street food*", do que no habito em si. Na realidade, a comida de estrada é de origem antiquíssima, já existindo desde a época dos gregos e dos romanos.

As comidas rápidas são preparadas e vendidas em pequenas porções para serem consumidas em um balcão improvisado, para se sentar em uma calçada, sobre um banco ou até mesmo a pé. Você pode chamar de comida de estrada ou "street food", não importa o nome, nesse caso o que importa acima de tudo é o conteúdo. E não há dúvidas de que o conteúdo é uma moda, tendência e mania gastronômica. Nenhum de nós pode se sentir de fora; na verdade, levante a mão quem no último ano não provou das delicadezas da comida de estrada! Quando se fala de comida de estrada na Itália, se fala de uma tradição de séculos.

O *street food* italiano tem como objetivo promover a história e a tradição gastronômica, respeitando o território e o ambiente, graças aos seus pratos e ambientes saudáveis. O *street food* é, e sempre foi, uma das maneiras mais simples para conhecer um território através da comida e de seus produtos típicos. Na Itália, exemplos são os *arancini*, as *piadine*, os *panini* e os *panzerotti*, uma tradição gostosa, rápida e econômica. Os chefs famosos conhecem bem os valores culturais e sabores deliciosos dessas especialidades, tanto que muitos deles escolheram oferecer na alta gastronomia uma versão gourmet das comidas da estrada. É propriamente por conta de sua importância que sugiro alguns pratos do *street food* italiano que você deveria provar pelo menos uma vez na vida.

Começamos pelo eterno mito para tantos turistas e curiosos apaixonados por comida rápida, indispensável por grande parte dos fiorentinos! Estamos falando do **lampredotto**.

Esse produto é um quarto do estômago bovino, formado de abomaso, composto da parte magra do orgão, e a gala, a parte mais gordurosa, chamado em italiano de *spannocchia* (nome derivado da particular enguia, a lampreia presente no Arno). Esta comida é, há muitos anos, considerada a comida mais tradicional do *street food* Fiorentino. Normalmente são servidas dentro de um pão ou com salada temperada com sal, pimenta e molho picante.

Outra comida de estrada famosa do nosso "Bel Paese" é o **arrosticino**, que deve ser provado em Abruzzo. Rico de história, tradição e sabor! É o único prato de Abruzzo servido em espetinhos feitos de uma suculenta carne de cordeiro e salames.

Outra comida rápida que tem na Itália toda, mas que aparece mais nas culturas napolitanas, é o famoso **cuoppo**. Passeando pelas estradas napolitanas, você vai notar alguém comendo uma pizza frita, um croquete, uma fritada ou o típico *cuppetiello*. Mesmo que seja dez da manhã ou de tarde, em Nápoles sempre é a hora certa para comer pelas estradas. Os quentes e fresquinhos *zeppulelle di pasta cresciuta*, ou as *montanari* com mussarela derretida e fatias de berinjela frita, além dos croquetes, arancini, as flores de abóbora, os espinafres, os palitinhos de polenta frita e todas aquelas comidas boas e gostosas da tradição napolitana, todos (ou quase todos) servidos nesse *cuoppo*.

Se você esta no Vêneto, é obrigatório experimentar o chamado *cicchetti*. A aparência pode lembrar as tapas espanholas, mas, na verdade, é um aperitivo típico da tradição gastronômica vêneta. Entre os mais famosos temos o bacalhau amanteigado, ovo com anchovas, almôndegas, polenta e verdura frita.

Os cicchetti ficam na frente dos balcões e são escolhidos por peso para que se possa encher o prato com diferentes porções. Por isso nasce o termo chichettare. Na maior parte dos casos, os cicchetti são à base de peixe. Os mais pedidos são os crostini de bacalhau amanteigado, anchovas marinadas, sardinhas ao molho e bacalhau frito, mas também são inúmeros os sabores à base de carne, como os de almôndegas.

Outra região que é líder no mercado de *street food* é a Emilia Romagna. Esta região possui vários produtos de estrada famosos como as *tigelle*, que são pequenos pãezinhos redondos para serem recheados com salames e queijos locais, assim como a famosa *piadina romagnola*, o *erbazzone* e o *gnocco* frito.

A piadina romagnola é uma massa fina, com formato circular feita de farinha e água. O poeta Giovanni Pascoli definia como "o pão da Emília Romagna". Há também outra maneira de degustar esse *street food* do norte, começando pelo espinafre que tem nas piadine fechadas, as mezzaluna recheadas com ingredientes diferentes. A piadina romagnola é de origem antiquíssima; na verdade, de origem dos etruscos, que costumavam preparar uma massa com cereais, que era assada em uma forma redonda, recheada com verduras e molhos, também usada como uma espécie de pão. A verdadeira paixão pela piadina começa só nos anos 40 e 50, quando conquista os turistas ao longo das estradas que levavam para o litoral, graças aos primeiros quiosques espalhados por todo os lugares e que ofereciam esse quitute com preços baixos. O *erbazzone* ou *scarazzone* é uma torta salgada recheada de ervas, como acelga e espinafre, aromatizada com salsa, alho e cebola, típico da região da Emilia Romagna. Por fim, outra comida de estrada da região é o gnocco frito (massa de pastel frita).

O gnocco frito é uma espécie de mini focaccia frita quadrada e gorda, muito similar à forma de um pequeno travesseiro, e vem servida com embutidos como: salame, mortadela, soppressa, culatello, presunto e queijos, como o estepe e o queijo cremoso, que são os mais utilizados. A receita também leva banha.

Na Ligúria se pode saborear a *farinata* ou *cecina*, um prato tradicional da região. Trata-se de uma torta salgada baixa e molinha, feita somente com farinha de grão de bico, água, sal e azeite. A farinata é vendida cortada em pedaços triangulares ou em quadrados por vendedores ambulantes ou nas pizzarias, é uma típica comida de estrada italiana. Um prato simples muito reproduzido nas outras regiões da Itália. É um prato de história antiquíssima, que encontramos também no território toscano.

Típico de Apúlia e Basilicata, encontramos os *Gnummareddi*, que são envoltos de entranhas tanto de cordeiro quanto de cabra, aromatizados com folhas de loro e grelhados. No verão, esse é o típico prato de estrada, não tem um festival da cidade em que os ambulantes não estejam com os seus gnummareddi e salsichas embaixo dos braços, muito pedidos e apreciados por vários turistas!

Por fim, não tem como não falar de uma comida de estrada que é o símbolo da Itália por excelência, que dispensa comentários: estamos falando da pizza. Se você quer experimentá-la como manda a tradição, você deve ir a Nápoles. Nesse lugar mágico, entre muitas ruas, fique seguro de saborear o gosto original da verdadeira pizza que derrete na boca. Cortada em 4 fatias, com tomate, pouca mussarela e manjericão. A verdadeira pizza como contada nos livros!

A pizza pode ser degustada nas inúmeras pizzarias napolitanas e italianas em geral. Naturalmente, em Nápoles, é possível degustar pelas estradas, como um *street food*.

Essas comidas de estrada acima listadas são alguns dos tantos produtos que despertam a curiosidade dos turistas ao visitar o nosso país, quando exploram as ruas de uma cidade, passeando pelos corredores dos shoppings ou relaxando por poucos minutos em um banco de parque. Essas são as experiências que merecem ser acompanhadas por uma boa comida de rua. Comer na estrada os produtos típicos de um lugar ajuda a conhecê-lo e vivê-lo melhor, e a tradição culinária italiana possui um currículo vasto e invejável, seja pelo seu *street food*, seja pela gastronomia em geral.

Conclusões

Quem pode sentir uma indiferença com o cheiro da comida de estrada e as sensações que ela provoca? Da piadina aos arrosticini, dos panuozzo, dos arancini aos hambúrgueres, aos cones fritos...as comidas rápidas são sempre belas, gostosas e fortemente ligadas a uma identidade territorial. Os *food truck* estão agora na moda, tomando-se os verdadeiros protagonistas da cozinha. Hoje, as especialidades da comida de rua são sempre habituais aos paladares finos, em que uma gastronomia deliciosa viaja em um *food truck* com design requintado e *vintage*.

VISITANDO AS CIDADES DE ORIGEM DE SEUS ANTEPASSADOS ITALIANOS

29

Uma questão que vira e mexe nos vem à cabeça é: de onde viemos? Aqueles que, cada vez mais, decidem investir seu tempo livre em busca das origens são muitos. É um fenômeno em ascensão, ao ponto de que os especialistas em tendências têm dado um nome especial a ele: o **Turismo Genealógico**. Trata-se de um tipo de turismo ligado ao desejo de descobrir as raízes de sua família. Um desejo que leva muitas pessoas a viajar muito longe no mundo, em busca de vestígios deixados pelos seus antepassados.

Muitas vezes começamos com algumas fotografias preservadas em álbuns antigos, com certidões de nascimento ou curiosidade para obter informações das origens, além, é claro, de uma busca frenética na web. A história do planeta está repleta de migração, movimentos e deslocamentos em massa, e agora percorrer terras e superar montanhas já não é um problema. Há muitos que decidiram completar o autoconhecimento, acrescentando aquele de seus antepassados.

Então, se você quer ouvir sobre seus bisavós ou os pais deles, onde viviam, como eles viviam e o que eles fizeram durante suas vidas, apenas tire proveito da web, ou dos múltiplos banco de dados e serviços online onde os usuários inserem os dados de suas famílias para criar 'árvores genealógicas públicas' e, assim, podem encontrar os avós e parentes de todo o mundo, usando serviços como o FamilySearch, MyHeritage ou Ancestry.

Após isso, infelizmente, o método de pesquisa nem sempre tem um bom resultado. É preciso boas e enormes doses de paciência e sorte; mas, se for bem sucedido, a satisfação é impagável. Saber mais dos antepassados nos ajuda a aumentar o sentimento de pertencimento e a melhor compreender a realidade histórica de nossa família.

Os italianos estão espalhados por todo o mundo. Não por acaso, são conhecidos como santos, marinheiros, poetas... e emigrantes.

Na verdade, mais de trinta milhões de italianos emigraram no século XIX e XX. No início, eram principalmente de Veneto, Friuli e os piemonteses a deixar a Itália, e de 1900 foram as regiões da Calábria, Campânia, Puglia e Sicília a serem mais afetadas pelo fenômeno da emigração em massa.

Agora, existem mais de sessenta e quatro milhões de descendentes de imigrantes italianos só nos Estados Unidos, Argentina e Brasil. Em muitas famílias italianas, é fácil de encontrar traços próximos de parentesco dos que deixaram o nosso país no século passado em busca de fortuna no exterior. E é com esse propósito que se faz a pesquisa para conhecer tanto os antepassados quanto os lugares de origem. Obviamente, o melhor lugar para procurar é a terra natal de nascimento de seus antepassados.

Desta forma, você pode unir sua paixão pela história e o prazer de viajar em sua verdadeira pátria. Com este objetivo, é crescente o número de pedidos que querem incluir, por pessoas interessadas, não só o turismo clássico (onde você pode visitar as cidades de arte mais importantes e fazer os passeios tradicionais), mas também visitas às suas cidades de origem, um retorno que, para muitos, serve para conhecer a cultura e tradição do país, bem como as origens de seus parentes.

No início, na origem, este tipo de turismo não era chamado assim. Foi um movimento espontâneo, liderado pelo instinto de querer voltar para "casa", mesmo que apenas por um curto período de férias, por emigrantes, ou o desejo de visitar a 'pátria desconhecida' pelas segundas e terceiras gerações. Após Irlanda e Escócia fazerem experiências, este tipo de turismo está se enraizando em toda a Europa e, a Itália – um país que em 900 anos viu emigrar para outros países europeus e exteriores milhões de pessoas – não é exceção. Começa a acelerar o ritmo. Agências de viagens especializadas em pacotes já incluem um caminho em busca de suas origens e, em alguns casos, a pesquisa genealógica completa para um público dedicado às raízes italianas, assim como acontece nos EUA,. São empresas fundadas por descendentes de imigrantes italianos, que oferecem pacotes feitos sob medida para destinos mais ou menos conhecidos do *Bel Paese*.

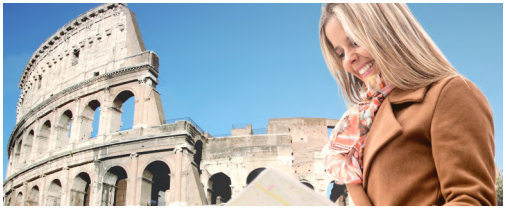
Só muito recentemente é que alguns operadores turísticos e agências de viagens de entrada, por iniciativa espontânea, foram estruturados como operadores especializados, propondo os serviços de pesquisa genealógica, bem como a organização personalizada das férias. Operadores que nasceram e foram identificados nas regiões italianas mais afetadas pela migração, como Vêneto, Campânia, Calábria e Sicília. Eles são os filhos, mas mais frequentemente os netos e os bisnetos, de imigrantes italianos nos vários continentes que têm entre as suas aspirações conhecer e visitar os lugares de origem de seus pais, avós e bisavós. E é assim que a pesquisa histórica e o desejo cultural são misturados com o desejo de redescobrir origens antigas e a emoção para recuperar um sentido de pertencimento antes perdido.

É bom observar que os objetivos dessas inúmeras experiências de viagem são aquelas pequenas cidades e aldeias remotas que embelezam a Itália, confirmando o quanto nosso patrimônio cultural e artístico também está ligado a antigos palácios e casas senhoriais, igrejas, pequenas cidades com suas ruas, becos de um centro histórico e todos aqueles destinos distantes das rotas do turismo de massa.

Conclusões

A viagem em si é o conhecimento, então você pode começar procurando por suas raízes e, em seguida, tentar fechar o círculo. Para onde vamos? De onde viemos? Mas, mais importante, o que somos? Uma resposta, neste caso, algumas vezes é realmente possível!

CONCLUSÕES



O objetivo de fazer este e-book foi descrever e relacionar todos os elementos que consideramos úteis e importantes para um viajante. Especialmente quando o viajante escolhe como destino nossa maravilhosa **Itália**. O turismo estrangeiro está concentrado, principalmente, nas cidades de arte e nos lugares mais famosos do nosso belo país, como Roma, Veneza, Florença, Milão e Nápoles, que são os destinos clássicos e os pontos fortes deste país repleto de arte, gastronomia, moda, museus e lojas.

Viajar pela Itália é como participar de um almoço: embora você possa desfrutar dos tesouros artísticos e arquitetônicos, das delícias culinárias e maravilhas naturais, dos quais a Itália possui uma imensa riqueza, você sempre terá a sensação de querer experimentar mais, porque você nunca está saciado com tanta beleza!

Neste e-book, analisaremos tudo que é necessário para fazer da sua viagem em nosso belo país uma experiência ainda mais interessante.

Entre os principais temas que discutimos aqui, nos aprofundamos em qual período escolher para viajar para a Itália, uma vez que este elemento pode realmente fazer a diferença entre uma boa e uma excelente viagem. Assim como apresentamos conselhos práticos para se viver uma jornada serena e, também, quais são os documentos necessários para trazer quando você decidir vir para a Itália.

Abordamos também o tema da segurança na Itália e como se comportar em caso de acontecimentos desagradáveis como, por exemplo, ser roubado. Também discutimos temas importantes como a saúde e te demos informações sobre como agir em caso de necessidade. Vimos como economizar com alimentação, sem perder a excelência da gastronomia italiana, transporte, optando por bondes, ônibus, táxis, balsas, trens, e quais destes meios são os ideais, destacando as vantagens e desvantagens de cada um.

Claro que falamos e descrevemos as cidades de arte dos destinos turísticos mais populares, as cidades para se visitar e quais são as mais românticas quando se trata de Itália, assim como nós também falamos de destinos menos tradicionais, mas que valem a pena serem descobertos.

Um foco importante também foi a escolha de onde comer para aqueles que têm intolerância ao glúten e para aqueles que preferem um restaurante vegetariano ou vegano, ou ainda para aqueles que preferem experimentar as comidas italianas para comer rápido na estrada ou em pequenos locais conhecidos apenas por verdadeiros italianos.

Nada foi deixado de lado. Também pensamos naqueles que, tendo antepassados italianos, querem saber mais sobre sua origem. Podemos terminar dizendo que os turistas que visitam a Itália não têm nenhuma dúvida de sua beleza. Passar as férias por aqui é uma experiência que vale a pena viver, porque pode ser considerada uma **experiência completa**.

QUEM SOU EU?

Sou Ana Patricia, ítalo-brasileira, vivo desde 2004 na Itália, formada em Biblioteconomia na Universidade Estadual Londrina-UEL em Londrina-PR, em *Scienze del turismo* pela Universidade da Calábria, com um mestrado em Turismo Cultural pela Fondação Garrone, parceira da Universidade de Catânia em Sicília, além de ser a única guia de turismo em língua portuguesa da Calábria, possuo também a habilitação de acompanhante turístico na Europa e sou a idealizadora/fundadora do **Touristico – Consultoria Italia Brasil**, fundadora do Blog **Viajando para Itália** e do blog **Viajando para Calábria**.

O e-book é feito por posts exclusivos para você organizar a sua viagem de um modo diferenciado e também inclui os 7 posts mais lidos do blog Viajando para Italia (com mais de 150.000 visualizações no ano de 2016).

A Itália preserva um patrimônio histórico, artístico e arquitetônico que conta séculos de história. A Itália é rica de traços de acontecimentos humanos que se cruzaram – ela foi sede de governos e principados, além de teatro de fatos emocionantes que alteraram o curso da própria história. Por suas relações particulares com o poder, diversas cidades foram tantas vezes transformadas e enriquecidas, visto que eram lugares onde viviam príncipes, duques, papas, reis e imperadores.

A Itália é marcada pelas atividades dos grandes artistas e patronos dessas cidades; não são apenas o recipiente de expressão artística relevante, mas tantas vezes elas próprias são obras de arte, verdadeiros museus ao ar livre que se pode visitar e desfrutar em todos os seus aspectos, em percursos que acompanham a descoberta não somente de Igrejas e monumentos, mas também de lojas de artesanato, mercados e feiras, festivais e teatros, combinando tradições, cultura e entretenimento, misturando também o sagrado com o profano.

Certamente, se você procura um lugar onde se respira história, onde se parece estar em um livro intitulado "*A história do homem e das suas maravilhas*", a Itália representa justamente isso. Não é por acaso que, de fato, representa uma dos destinos mais populares do mundo!

Rica em monumentos, igrejas, castelos, museus, casas históricas, sítios arqueológicos, belezas paisagísticas únicas, é o lugar ideal para turismo em qualquer estação do ano, de modo que se pode pensar em fazer a tua viagem para Itália em qualquer período que você tenha disponível para as tuas férias.

Viaje na Itália com o blog Viajando para Itália!

VIAJANDOPELA
ITÁLIA

seu guia definitivo

ANA PATRÍCIA DA SILVA - © 2017. TODOS OS DIREITOS RESERVADOS.

website VIAJANDO PARA A ITÁLIA