

# Insieme

Mensile €2,90  
+ gadget in regalo

## PSICO

LE FIABE CHE  
AIUTANO A  
SUPERARE  
LE PAURE

## Michela MOND Quattrociocche

SCUSA MA TI CHIAMO...  
MAMMA

## RICETTE

INSALATE DI PASTA  
SFIZIOSE, NUTRIENTI,  
ADATTE A TUTTI



## FINALMENTE SI PARTE!

*Le mete da non perdere per vacanze super*



# SÌ, *partire!*

Dal mare alla  
montagna,  
tra iniziative green  
e festival dell'estate,  
in Italia o all'estero,  
tante idee e novità  
per organizzare  
una vacanza family  
friendly

di Laura Ogna





## UN'ESTATE GREEN AL MARE E IN MONTAGNA



**L**e vacanze sono un'occasione d'oro per rigenerare corpo e spirito, immergendosi nella natura per conoscerla da punti di vista sempre nuovi. Soprattutto per i bambini, le esperienze all'aria aperta sono spesso le più emozionanti. Al mare e in montagna ecco alcune mete eco-friendly per tutta la famiglia.

## L'insalata era nell'orto

➤ **Sulla lunga spiaggia di Badesi (OT), in Sardegna**, tra dune e ginepri, c'è il **Delphina Resort Le Dune**, un family hotel dove i bambini si possono divertire imparando a coltivare le verdure in un profumatissimo orto biologico. E dopo il 'lavoro', si possono gustare i prodotti a km zero nel ristorante Peter Pan. Immane una tappa al Villaggio Fantasia, con l'accampamento degli indiani, il fortino dei cow-boy e il castello Duneland. Per i piccolissimi il divertimento abita al mini-club, che li accoglie dai 18 mesi ed è attrezzato con una biberoneria completa di seggioloni, fasciatoi, sterilizzatori, microonde e tutto il necessario per preparare le pappe ([delphina.it](http://delphina.it)). Nel sud della Sardegna, a pochi

chilometri da Cagliari c'è un altro orto molto apprezzato dai piccoli.

➤ **È quello del Falkensteiner Resort Capo Boi di Villasimius**, dove Sandro, il giardiniere, organizza per i bambini divertenti attività per scoprire e insegnare i segreti di questa arte antica. A Capo Boi, inoltre, c'è il 'conciare a misura di bambino': si chiama Falty Concierge e il suo compito consiste nell'assistere i bimbi con suggerimenti e iniziative per renderli protagonisti delle loro vacanze e delle numerose attività che possono trovare all'interno del resort ([falkensteiner.com](http://falkensteiner.com)).

➤ **A Forte dei Marmi, in Toscana**, c'è un hotel totalmente eco-friendly con un grande orto biologico, l'**Hermitage Hotel & Resort**. Qui anche le attività del miniclub seguono i ritmi dell'orto, tra corsi di cucina, laboratori sulle erbe aromatiche, workshop

creativi di arte, musica e teatro ([albergohermitage.it](http://albergohermitage.it)).

➤ **In Puglia, il Vivosa Apulia Resort** propone un nuovo modo di giocare con l'Ecokidspass: con storie avventurose che parlano di luoghi lontani, percorsi nella natura che dall'orto biologico del resort arrivano alla grande pineta sul mare, gite su carrozze trainate dai cavalli ed esperienze coinvolgenti come la falconeria e l'osservazione degli alpaca... Per diventare un vero eco-member del Resort ([vivosaresort.com](http://vivosaresort.com)).

## VITA NEL MASO

Dal 23 giugno al 7 settembre 2019 in Val d'Ega con il programma la Vita nel Maso i bambini possono immergersi nel mondo rurale sperimentando le attività dei contadini: falciare i prati, accudire i cavalli, mungere le mucche, andare a cavallo e passeggiare con lama e alpaca ([www.valdega.com](http://www.valdega.com)).

## Liberi di esplorare

➤ **Il Camp Detective Natura dei Familienhotels dell'Alto Adige**, torna anche quest'anno con un

tema speciale, 'Strisciare & Mimetizzarsi'. I bambini imparano a orientarsi con il solo aiuto della natura, a osservare gli animali, a cercare le impronte, a trovare il camuffamento perfetto per sé e per il campo ([familienhotels.com](http://familienhotels.com)). Si vive un viaggio esplorativo nel **Parco Naturale Sciliar-Catinaccio** con il programma Dolomiti Ranger,



Spiegata bianchissima e mare cristallino al **Delphina Resort Le Dune**, family hotel con vocazione green nel nord della Sardegna. Ogni giorno una nuova avventura al **Vivosa Apulia Resort**, vicino a Lecce.

Si gioca nel fienile, nella fattoria didattica e nell'orto al Kids Club del **Stanglwirt** in Tirolo, bio-hotel certificato dal 1980 ([stanglwirt.com](http://stanglwirt.com)).







Immerso nel verde, sull'altopiano dell'Alpe di Luson e Rodengo il Family hotel **Sonnwies** ha anche una fattoria bio aperta ai piccoli. Il miniclub del **Gradonna Mountain Resort** invoglia tutti i bambini a uscire e giocare liberamente nella natura.

## BAREFOOTING: TUTTI A PIEDI NUDI NEL PARCO!

⇒ **DALL'HOTEL ZUM HIRSCHEN** di Senale – San Felice (BZ), certificato CasaClima, partono bellissimi sentieri per camminare a piedi nudi ([zumhirschen.com](http://zumhirschen.com)).

⇒ **SI È CIRCONDATI DAL BOSCO ALL'HOTEL PFÖSL**, in Val d'Ega, dove si cammina scalzi su sassi, ghiaia e legno, raggiungendo il laghetto balneabile ai margini del bosco (nella foto in basso). In questo hotel si può anche dormire nei nuovissimi chalet family ai margini del bosco, tutti con cameretta dedicata ai bambini e culla a disposizione per i bebè. Non lontano dagli chalet c'è il mini-zoo dove andare a coccolare e accarezzare caprette, coniglietti e piccoli animali di cortile ([pfoesl.it](http://pfoesl.it)).

⇒ **NEL GIARDINO DELLO JOSEF MOUNTAIN RESORT**, ad Avalengo (Bz), si trova un originale percorso sensoriale che invita a camminare a piedi nudi nella natura ([josef.bz/it](http://josef.bz/it)).

⇒ **A MOENA**, nei dintorni della malga Roncac si può camminare a piedi scalzi nel bosco attraverso il 'Barefoot', un percorso di alcuni km immersi nella natura della Val di Fassa ([moena.it](http://moena.it)).

⇒ **A POCHI KILOMETRI DA VITERBO**, nel Lazio, c'è **Il Parco dei 5 sensi**, con un sentiero da percorrere a piedi nudi, intervallato da vasche umide o asciutte, che si snoda tra ciliegi e ulivi, costeggiando un grande vigneto biologico ([parcocinquesensi.it](http://parcocinquesensi.it)).



attivo questa estate a luglio e agosto. Una settimana dove ogni giorno si sperimentano nuove abilità e conoscenze: si costruisce un hotel per insetti, si osservano gli animali notturni con una guida e insieme a un ranger si seguono le tracce degli abitanti del bosco ([seiseralm.it](http://seiseralm.it)). Sull'altopiano dell'Alpe di Luson e Rodengo, in **Valle Isarco** ha casa il **Family hotel Sonnwies**, con una fattoria biologica a misura di bambino e tante proposte di passeggiate green ([sonnwies.com](http://sonnwies.com)).

Nel Parco Nazionale degli Alti Tauri, in Tirolo, c'è addirittura un mini club senza pareti né soffitti, il Mini Club Natur del **Gradonna Mountain Resort**, con un programma fitto di attività, dove ritrovare il vero contatto con la natura ([gradonna.at/it](http://gradonna.at/it)). Piccoli e grandi esploratori outdoor crescono anche al family resort **Schneeberg**, in **Val Ridanna**, a pochi km da Vipiteno (Bz). Tante le esperienze nel verde, dai giochi nel grande parco all'aperto alle escursioni guidate, a misura di famiglia, lungo il Sentiero dei Minatori, sulle tracce degli animali

dei boschi, o verso le malghe dei dintorni ([schneeberg.it](http://schneeberg.it)).

**Al Relais Alberti, nel borgo di Malomocco, sull'isola del Lido, a Venezia**, la giornata comincia con una colazione a base di ingredienti al 100% biologici e poi, in bicicletta, si raggiunge la bellissima Oasi WWF delle Dune degli Alberoni, da esplorare ([relaisalberti.com](http://relaisalberti.com)).

In **Salento**, vicino a Lecce, tra gli ulivi secolari e la vegetazione della Riserva delle Cesine, c'è **l'Acaya Golf & Spa Resort**, punto di partenza perfetto per andare alla scoperta della vicina riserva, Oasi WWF. A piedi

o in bicicletta si possono esplorare il bosco e la pineta, la macchia mediterranea e la laguna costiera ([acayagolfresort.com](http://acayagolfresort.com)).

Si vive in simbiosi con la natura all'**Horse Country Resort, sulla costa occidentale della Sardegna**. Immerso nella

secolare pineta di Arborea, il resort si affaccia sulla lunga spiaggia privata e offre tante esperienze green in famiglia a piedi, in bicicletta e, grazie a un grande centro ippico, anche a cavallo ([horsecountry.it](http://horsecountry.it)).

## SICILIA

Le Navi Gialle, Corsica Ferries-Sardinia Ferries, sbarcano in Sicilia collegando l'isola alla Provenza, alla Costa Azzurra e al Nord Italia. Il Mega Express partirà da Tolone la sera, per attraccare a Trapani nel primo pomeriggio. In programma 2 rotazioni settimanali, con viaggi notturni ([www.corsica-ferries.it](http://www.corsica-ferries.it)).