



10 Luoghi da non perdere nel Lazio



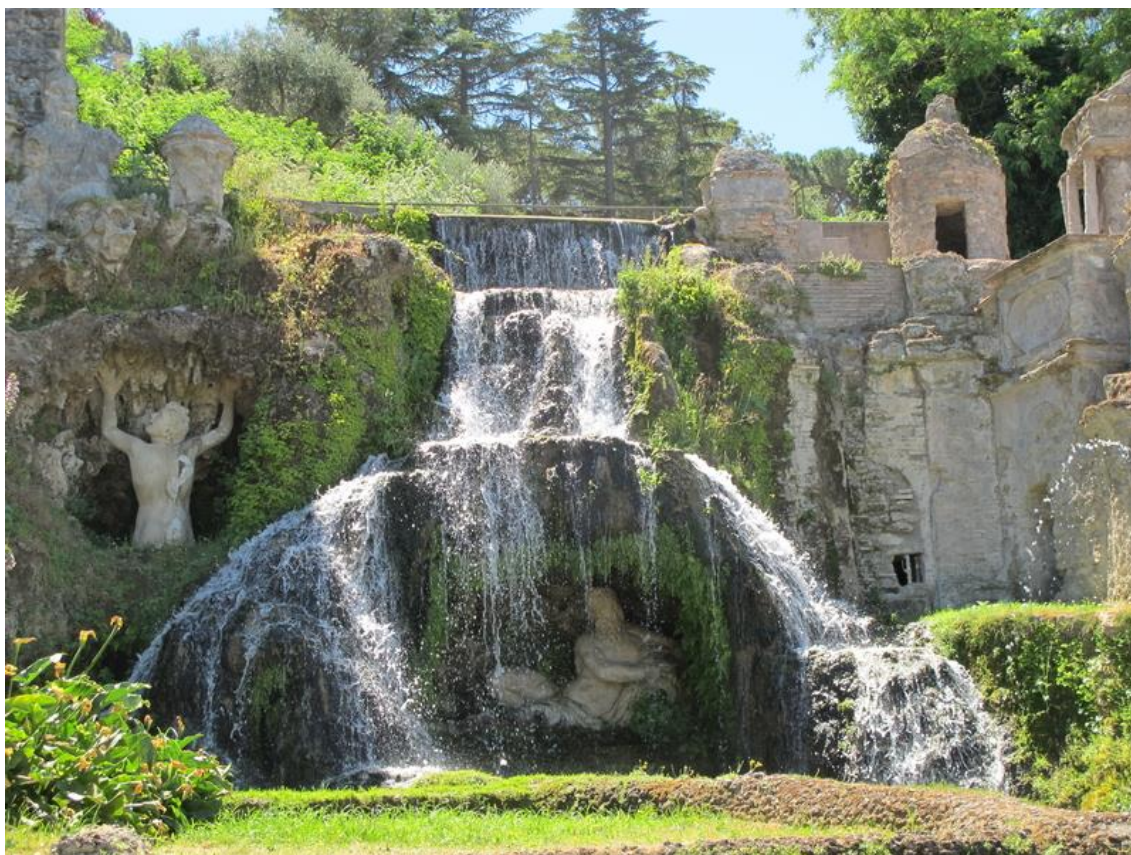
www.mondovagandosenzameta.it

Vivo a Roma da oltre un decennio e, quando possibile, amo esplorare i suoi dintorni, scoprire oasi naturalistiche e piccoli borghi che tanto contrastano con l'immensità della Città Eterna, godere del silenzio dei vicoli e del rumore delle onde del mare. Ne ho visitati tantissimi e ancora quanti me ne mancano! In questa piccola guida vi segnalo 10 luoghi che mi sono stati particolarmente a cuore, non i più belli, non quelli assolutamente imperdibili, solo quelli che per qualche motivo vi consiglio di visitare. Alcuni sono abbastanza noti, altri sono luoghi semi-deserti!

10 luoghi da non perdere nel Lazio

1. Tivoli
2. Grottaferrata
3. Nettuno
4. Civita di Bagnoregio
5. Ariccia
6. Gaeta
7. Palestrina
8. Ceri
9. San Felice Circeo
10. Genazzano

Tivoli



Sono stata a Tivoli molte volte. Da quando vivo a Roma è stata una meta più o meno frequente, soprattutto nei primi anni, quando, guide e cartine alla mano, cercavo di scoprire le mete più interessanti a poca distanza da Roma.

Il motivo per cui Tivoli è famosa nel mondo è la presenza di Villa Gregoriana, Villa d'Este e Villa Adriana, sicuramente le attrazioni più importanti del borgo laziale. Io però voglio raccontarvi più nel dettaglio il centro di Tivoli, il suo borgo.

Rocca Pia

Si tratta di una fortezza realizzata dopo la metà del 1400 in tufo locale, con quattro torri circolari, un portale di ingresso con le insegne della famiglia Piccolomini ed un cortile interno circondato da mura.

Chiesa di Santa Maria Maggiore

E' uno degli edifici di culto più importanti della città, costruito, secondo la leggenda, sul sito di un tempio romano; comprende il vicino convento ad oggi abitato dai Frati Francescani che si occupano anche della Chiesa. La struttura è un romanico con rimaneggiamenti tardo-gotici, a tre navate, con cappelle laterali solo sul lato sinistro.

Insigne Basilica Cattedrale di San Lorenzo Martire

La Cattedrale di San Lorenzo Martire è il Duomo di Tivoli, la cui conformazione attuale è di fine 1600 anche se la chiesa ha origini molto più antiche. Della struttura romanica resta però solo il campanile, tutto il resto appare decisamente più moderno e, almeno esternamente, più anonimo.

L'interno è ad un'unica navata, riccamente affrescata e decorata, con 4 cappelle per lato, comunicanti fra loro.

Piazza del Plebiscito

Secondo me, una delle piazze più belle della città, dove si affaccia la Chiesa di San Biagio e alcuni bar con i tavoli all'aperto, e dove si svolge il mercato della frutta.

Ponte Gregoriano

Ecco il mio posto del cuore a Tivoli: Piazza Rivarola è già di per sé uno splendido salotto all'aria aperta, arricchito dalla presenza di un panorama eccezionale, proprio ai lati di Ponte Gregoriano, su due degli ospiti d'onore della città di Tivoli: il fiume Aniene che in questo punto crea delle piccole e meravigliose cascatelle, e il Tempio della Sibilla, che pare dominare con magistrale incanto ruderi di una città oramai persa nei secoli – Tibur, l'antica Tivoli. Una vista che da sola vale il viaggio fino a Tivoli e che lascia davvero stupefatti.

Villa D'Este

Edificata nel 1500 sui resti di una antica villa romana, è una meraviglia architettonica con sale eleganti e grandi affreschi. Il vero gioiello è però l'enorme giardino, con scalinate, terrazze, grotte e fontane monumentali, talmente bello e ricco da venire imitato in molte città d'Europa durante l'epoca del manierismo e del barocco.

L'ho visitato più volte e sinceramente spero di tornarci ancora. Purtroppo non mi è mai capitato di assistere all'illuminazione notturna delle fontane che viene fatta durante la stagione estiva ma ho visto alcune foto e credo meriti una ulteriore visita. Bella da restare impressa all'infinito.

A poca distanza da Villa D'Este sorgono altri due luoghi di interesse di Tivoli, il Santuario di Ercole Vincitore e la Casa Gotica.

Villa Adriana

Residenza extraurbana dell'Imperatore Adriano la cui complessità e magnificenza è legata sia all'esigenza di adattare il sito all'andamento poco lineare del terreno nonché all'utilizzo diversificato che veniva fatto (residenza, luogo di rappresentanza etc) sia alla volontà dell'imperatore di rappresentare qui i luoghi e i monumenti che più lo avevano colpito durante i suoi viaggi nelle province dell'impero.

Di resti archeologici ne ho visti tanti, sparsi per il mondo, ma questo è davvero speciale, complice il gioco di acque e riflessi di alcuni punti salienti della visita.

Villa Gregoriana

Bene protetto dal FAI (Fondo Ambiente Italiano) è un susseguirsi di sentieri tra i boschi incontaminati con cascate, grotte naturali, un fiume e terrazze panoramiche.

Informazioni utili per visitare Tivoli

Tivoli si trova ad est di Roma a circa 35 km dalla città.

Per raggiungere Tivoli in macchina è sufficiente imboccare l'autostrada A24, in direzione l'Aquila. Il tempo di percorrenza varia a seconda del traffico ma non è mai inferiore ai 45 minuti.

Per chi vuole utilizzare i mezzi pubblici, almeno una volta l'ora (in alcuni momenti anche più spesso) partono dei treni che dalla stazione di Roma Tiburtina raggiungono la stazione di Tivoli in un tempo che varia dai 40 minuti a poco più di 1 ora.

In alternativa è possibile usufruire degli autobus della Cotral, con partenza dalla stazione metropolitana di Ponte Mammolo (metro B).

Grottaferrata



Grottaferrata è uno dei borghi dei Castelli Romani, situato lungo le pendici dei Colli Albani, a 330 metri di altezza. Deve il suo nome ad una cripta, protetta da una inferriata, dove si dice si siano rifugiati alcuni monaci che si stabilirono in quelle che erano terre rurali, e che qui si stabiliranno, creando dal nulla un piccolo borgo.

Abbazia di San Nilo

Il Monastero Esarchico di Santa Maria di Grottaferrata, conosciuto come Abbazia Greca di San Nilo, è sicuramente il momento più famoso ed importante di Grottaferrata. E' una chiesa bizantina

cattolica, sede di Monaci Basiliiani (gli stessi delle Grotte di Zungri, in Calabria), risalente agli inizi dell'anno 1000. Fu fondata da San Nilo da Rossano, che però morì prima che l'opera venne terminata, e portata a termine da San Bartolomeo.

La struttura è completamente integra, i restauri non hanno mai modificato la forma originaria dell'opera. Esternamente ha un portico colonnato, un grande rosone centrale, archetti ciechi, una porta riccamente decorata ed un campanile affiancato alla Chiesa.

Nel giardino antistante la Chiesa si trova la "fontana liturgica del Paradiso", dove il 6 gennaio di ogni anno si tiene la benedizione dell'acqua.

L'interno della chiesa ha subito invece diversi rimaneggiamenti: originariamente in stile romanico, è stato rivestito di stucco in stile barocco che ha ricoperto gli affreschi alle pareti. La navata centrale è illuminata solo dal rosone e lungo la navata è possibile osservare la "Grotta Ferrata" che ha dato origine al nome del paese. L'abside è decorata con mosaici di età medioevale, in perfetto stile bizantino e da un ciclo di affreschi dello stesso periodo storico. Il pavimento è in marmo policromo.

Curiosità: Nella chiesa si celebra secondo il rito bizantino in lingua greca e, in alcune occasioni particolari, in lingua albanese.

Biblioteca dell'Abbazia di San Nilo

Accanto alla chiesa è situato il monastero che ospita una delle biblioteche più fornite di testi in greco antico e latino al mondo, con circa 1000 manoscritti e oltre 50 mila libri stampati, dal valore inestimabile. La Biblioteca fu voluta dallo stesso San Nilo, amanuense e grande appassionato. Oggi la Biblioteca è di proprietà dello Stato Italiano.

Il Laboratorio di restauro del libro

L'Abbazia di Grottaferrata è sede del "Laboratorio di restauro del libro antico". Si tratta di un laboratorio scientifico il cui scopo è la salvaguardia del patrimonio bibliografico italiano.

Museo dell'Abbazia greca di San Nilo

Situato nel palazzo del Commendatario dell'Abbazia, ospita i reperti collezionati nei secoli dai monaci basiliani e testimonianze della loro vita dalla fondazione dell'Abbazia fino ai nostri giorni.

Castello Roveriano

Il Castello Roveriano, dal nome del Cardinale Giuliano della Rovere, futuro Papa Giulio II, conosciuto anche come Borghetto di Grottaferrata, è una fortificazione medioevale a difesa del complesso abbaziale. La fortezza aveva 13 torri quadrangolari ed un ampio recinto murario, di cui sono ben evidenti ancora oggi i resti.

Chiese di Grottaferrata

Altre architetture religiose presenti a Grottaferrata sono:

- Chiesa del Sacro Cuore
- Chiesa di San Giuseppe

- Casa Santa Rosa

Centro Storico di Grottaferrata

Lo ripeto tutte le volte, in ogni borgo visitato, una delle cose più belle e perdersi tra i vicoli ed osservare le case, le strade e le piazze che formano il cuore del paese. A Grottaferrata è imperdibile una passeggiata su Corso del Popolo, con una sosta alle panchine di Piazza Cavour.

Ville Tuscolane: Villa Cavalletti e Villa Grazioli

Due ville Tuscolane estremamente diverse tra di loro.

Villa Cavalletti è rimasta quasi intatta nei secoli, una tenuta nobiliare lussuosa e fuori dal tempo, con una vasta campagna ed i resti di una necropoli preistorica.

Villa Grazioli è una dimora cardinalizia del XVI secolo, rimaneggiata più volte nel corso dei secoli e oggi sede di eventi privati, con interni completamente affrescati.

Palazzi Storici di Grottaferrata

Nel cuore del centro storico di Grottaferrata così come nella campagna circostante ci si imbatte in molti palazzi nobiliari dalle architetture eleganti:

- Palazzo Santovetti
- Villa Rossellini Dusmet
- Villa Gavotti Gioacchini
- Villa Arrigoni Muti
- Villa Rasponi
- Villa Senni

Catacombe di Ad Decimum

Si tratta di un insieme di oltre 800 sepolture risalenti al V secolo e affreschi dei due secoli precedenti con motivi evangelici; due gallerie scavate nel tufo con diramazioni secondarie per un totale di oltre 200 metri.

Tusculum

Resti archeologici di una antica città di epoca pre-romana che ricopriva i territori di Monte Porzio Catone, Monte Compatri, Grottaferrata e Frascati. La città fu distrutta e abbandonata alla fine del 1100 e riportata alla luce a partire dal 1800.

Ora è un'area naturale oltre che archeologica di grande bellezza ed interesse storico. Il ritrovamento di maggior rilievo è un teatro di epoca romana, resti del foro e di un anfiteatro.

Informazioni utili per visitare Grottaferrata

Grottaferrata dista circa 30 km dal centro di Roma.

Raggiungere Grottaferrata in macchina è molto semplice: è necessario arrivare fino all'uscita 20-21 del Grande Raccordo Anulare e percorrere via Anagnina fino al borgo. Considerate che la via attraversa proprio il cuore della città.

Se volete utilizzare i mezzi pubblici, dovete arrivare alla ferma della metropolitana Anagnina e da qui prendere un autobus in direzione Castelli Romani (quasi sicuramente della Cotral).

Nettuno



Sono stata a Nettuno in diverse occasioni, ed ho sempre pensato che il borgo, circondato da mura ed accessibile da porte antiche, affacciato sul mare, è un luogo carino dove trascorrere mezza giornata, una perfetta gita fuori porta per chi viene, come me, da Roma. Vi consiglio di visitare Nettuno a prescindere dalla stagione: in qualsiasi momento, ma specialmente se il sole illumina mare e borgo, la città offre un ottimo spunto per passare una giornata piacevole ed appagante.

Forte Sangallo

Poco di lato rispetto al Borgo Antico, praticamente sulla spiaggia del litorale laziale, sorge quello che per tutti è il simbolo di Nettuno: il Forte Sangallo, un costruzione quadrangolare, con mura molto spesse, del 1500 voluta dalla famiglia Borgia a difesa della città dagli attacchi provenienti via mare.

Oggi l'edificio è di proprietà del comune ed è sede del Museo dello Sbarco Alleato, dell'Antiquarium (museo archeologico) e di convegni e mostre temporanee.

Borgo Medievale

Circondato da mura, spesso interrotte da edifici moderni, con torri e porte di accesso, ha il classico schema medievale, con vicoli stretti e case basse in pietra che terminano in grandi piazze, su cui però affacciano palazzi di epoche successive. Tra i punti più belli vi consiglio di non perdevi il Palazzo Baronale, il Palazzo Doria-Pamphilj, Piazza Marcantonio Colonna e Piazza Guglielmo Marconi, su cui affaccia la Chiesa di San Giovanni Battista ed Evangelista.

Santuario di Nostra Signora delle Grazie e di Santa Maria Goretti

La Chiesa, situata un po' fuori rispetto al centro storico, custodisce, all'interno della sua cripta, il corpo della martire Maria Goretti, ed una statua lignea della Madonna delle Grazie che, secondo la leggenda, è arrivata sulla costa di Nettuno su di una nave in seguito alle confische legate allo scisma anglicano.

Fontana del dio Nettuno

La Fontana del Nettuno, dio del mare che da il nome alla città, è una scultura in travertino di fine 1800, raffigurante il dio Nettuno sopra una conchiglia trainata da due cavalli.

Fontana Vecchia

Risalendo dal porto verso il centro storico si incontra una galleria scavata nella pietra, chiusa da alcune grate. All'interno è possibile osservare la Fontana Vecchia, con un condotto murato antico che probabilmente portava l'acqua alla città

Cimitero Americano

Il cimitero americano di Nettuno, noto anche col nome inglese di Sicily – Rome American Cemetery and Memorial raccoglie le spoglie dei soldati statunitensi (e delle crocerossine) caduti durante la seconda guerra mondiale. Al suo interno, oltre alle lapidi, vi è un memoriale con un cappella, una sala dove sono illustrate le varie operazioni militari dell'epoca ed il monumento ai "Fratelli in armi", una statua che rappresenta i soldati ed i marinai statunitensi, impegnati insieme in battaglia.

Spiaggia di Nettuno

Nettuno si affaccia su una costa di diversi chilometri, con una spiaggia molto larga di sabbia finissima. Inutile dirvi che, in qualsiasi stagione, i bambini si divertono a scavare buche e a far castelli, oltre che a rincorrersi e cercare di far volare aquiloni. Lo spazio a loro disposizione è davvero immenso. Se non avete figli io vi consiglio comunque una passeggiata sulla spiaggia, ad osservare il mare, i pescatori sulla riva, il sole che si riflette sull'acqua, il Forte Sangallo e la città che si affacciano direttamente sull'arenile.

Porto di Nettuno

Amo i porti e ho trasmesso questa passione a mio figlio F. Trascorriamo moltissimo tempo ad osservare le acque calme del porto, a cercare di intravedere qualche pesciolino e a sognare le destinazioni future di tutte le barche ormeggiate, che siano piccole imbarcazioni di pescatori, con le loro reti ed il legno consumato dal sale, o grandi ed eleganti barche a vela, pronte ad ospitare viaggiatori in cerca di vento e libertà.

Informazioni utili per visitare Nettuno

Nettuno si trova sul litorale laziale a circa 60 km a sud di Roma. E' possibile raggiungere Nettuno in automobile percorrendo via Cristoforo Colombo in uscita da Roma e la SS148 fino all'imbocco Anzio/Nettuno.

E' possibile percorrere la tratta Roma-Nettuno anche in treno. Sono molti i treni regionali che quotidianamente collegano le due città, con un tempo di percorrenza di circa 1 ora e 10 minuti. La stazione di Nettuno è a pochissima distanza rispetto al Borgo Medievale.

Civita di Bagnoregio



Civita di Bagnoregio è un piccolo borgo in provincia di Viterbo, famosissimo per esser stato rinominato "la città che muore". In effetti si tratta di un paese arroccato su di una collina di argilla che lentamente si sbriciola e raggiungibile tramite un suggestivo ponticello pedonale che una volta era percorso a bordo di muli e asini. Non ci sono strade per le automobili e questo rende il paese davvero caratteristico, oltre al colpo d'occhio legato alla sua particolare posizione.

Le foto scattate prima di raggiungerlo sono delle vere e proprie cartoline e, oramai da anni, è meta di turisti sia italiani che stranieri, tanto che il borgo si è completamente riempito di ristoranti, b&b e negozi di piccolo artigianato e souvenir.

Personalmente trovo il luogo suggestivo, soprattutto se come noi arrivate al tramonto e vi trovate a percorrere i suoi vicoli quando iniziano ad accendersi le luci della notte e scende il silenzio. Di giorno, sebbene sia caratteristico e valga la pena visitarlo, i troppi turisti rendono “finta” la visita e si ha la sensazione di trovarsi in qualcosa di costruito.

Civita di Bagnoregio è una cartolina e anche solo per questo andrebbe visitata, oltre alla presenza di splendidi panorami che godrete una volta raggiunto il monte, da cui è possibile osservare l'intera vallata, dominata dalla presenza dei **Calanchi**.

Non meno bello è il **borgo medioevale**, fatto di stretti vicoli e case basse in pietra, adornate da fiori e piante. Anche solo una passeggiata senza meta all'interno del borgo, vi lascerà soddisfatti. Si accede al paese, dopo aver percorso il sentiero pedonale, attraverso la Porta Santa Maria, varcata la quale ci si ritrova in una piazza ai cui lati sorgono palazzi signorili e piccole case; da cui, percorrendo i vicoli, si raggiunge Piazza San Donato, con la particolarità di non esser pavimentata, e si prosegue la visita attraverso archi, cortili e piazze che alternano stile medioevale a chiari tocchi rinascimentali.

Civita di Bagnoregio: tra storia e geografia

La particolare morfologia di Civita di Bagnoregio è legata all'area geografica in cui sorge, la Valle dei Calanchi, formazioni tipiche originate dalle montagne argillose presenti e particolarmente soggette ad erosione, su cui poggiano strati di tufo e di lava. L'erosione, in atto tutt'oggi, è legata all'opera dei torrenti, di piogge e di vento, e alla conseguenza di disboscamenti avvenuti nel corso degli anni.

Civita di Bagnoregio è una città di origine etrusca, sorta in una zona di congiungimento tra il Tevere ed il Lago di Bolsena. Tutt'ora è possibile notare la tipica urbanizzazione etrusca (compresa una piccola necropoli ai piedi della rupe), sebbene i rivestimenti architettonici siano medioevali e rinascimentali.

Informazioni utili per visitare Civita di Bagnoregio

Come anticipato, non è possibile arrivare fino al borgo con la macchina. Ci sono però dei comodi parcheggi poco distanti dall'inizio del sentiero, raggiungibili facilmente seguendo le indicazioni che troverete lungo la strada.

Da Viterbo, il borgo dista circa 30 km. Per arrivare da Roma a Civita di Bagnoregio, circa 130 km, è necessario attraversare dapprima Viterbo, facilmente raggiungibile anche tramite l'autostrada A1 e poi da qui proseguire per il paese. Il viaggio non vi richiederà che un paio d'ore ed è quindi perfettamente fattibile visitare Civita di Bagnoregio come gita fuori porta di un giorno da Roma, anche se, se ne avete il tempo, io vi consiglio di fermarvi a soggiornare a Viterbo e di visitare così quest'altra bella città del Lazio. Noi, ad esempio, ci siamo stati durante il nostro Itinerario tra Lazio ed Umbria, da Orvieto a Viterbo.

Ariccia



Ariccia è famosa, nel Lazio e non solo, per la produzione di porchetta e per le decine di frascchette che affollano il centro del paese e dove i romani usano pranzare durante il weekend. La classica gita fuori porta è una passeggiata tra Castel Gandolfo ed il Lago Albano, un pranzo ad Ariccia ed una passeggiata digestiva (ma non troppo!) a Nemi, a mangiare fragoline e dolcetti!

In realtà Ariccia è molto più della sua straordinaria cucina, che comunque merita il viaggio da Roma: il centro storico, seppure molto piccolo, raccoglie alcune mete imperdibili.

Palazzo Chigi ed il suo parco

Palazzo Chigi, noto anche come Palazzo Ducale di Ariccia, è un esempio di architettura barocca molto ben conservato, sia esternamente che negli arredi interni, quasi completamente originali.

Costruito nel dodicesimo secolo dalla famiglia Savelli fu poi rimaneggiato per volere dei Chigi, con il contributo di Gian Lorenzo Bernini e del suo allievo Carlo Fontana.

Al suo interno sono conservati, oltre agli arredi e ai saloni riccamente affrescati, anche dipinti e sculture di una certa rilevanza artistica. Il Palazzo è ora di proprietà del comune di Ariccia che lo ha trasformato in un museo visitabile (in parte liberamente ed in parte solo grazie a visite guidate) con mostre temporanee, concerti ed altri eventi culturali.

Curiosità: al suo interno fu girato parte de “Il Gattopardo” di Luchino Visconti.

L’immenso Parco di Palazzo Chigi, circa 28 ettari, era inizialmente destinato alla caccia e fu poi trasformato, con l’intervento di Bernini e Fontana e la posa di varie sculture, in un giardino romantico di grande bellezza ed interesse, sia naturalistico che artistico.

Chiesa di Santa Maria Assunta

Ultimo capolavoro di Gian Lorenzo Bernini, la Chiesa di Santa Maria Assunta domina la piazza centrale di Ariccia. Ispirata alla struttura architettonica del Pantheon è a pianta circolare con una grande cupola, decorata con stucchi; l'abside è affrescata e nelle cappelle laterali sono conservati diversi dipinti.

L'impressione d'insieme è molto positiva: vi dico solo che il "grande" F. (3 anni) entrando in chiesa ha esordito con un wow!

All'esterno sono presenti due edifici simmetrici, il Casino del Governatore ed il Casino del Ministro, collegati attraverso un'edicola sul lato posteriore.

Ponte Monumentale

Il Ponte Monumentale, conosciuto semplicemente come Ponte di Ariccia, è un'opera voluta dallo Stato Pontificio, replica degli acquedotti dell'Impero Romano, con tre ordini di archi per una altezza di circa 50 metri ed una lunghezza di 312. Il 2 giugno 1944 venne parzialmente distrutto dalle truppe tedesche e poi ricostruito alcuni decenni dopo la fine della seconda guerra mondiale.

Teatro Bernini

Il Teatro Bernini è edificato all'interno della Chiesa sconsacrata di San Nicola di Bari, opera di Gian Lorenzo Bernini. E' a pianta quadrata, con due cappelle laterali, e può ospitare circa 100 persone. Ha una facciata piuttosto spoglia e semplice.

Accanto al Teatro si trova l'ex collegio di San Nicola, oggi Municipio di Ariccia.

Piazza della Repubblica (o Piazza di Corte)

Piazza di Corte o Piazza della Repubblica, è l'elegante benvenuto ad Ariccia per chi arriva da Albano Laziale (il ponte che collega le due città offre uno splendido panorama!). E' delimitata da un lato da Palazzo Chigi e dall'altro dalla Chiesa di Santa Maria Assunta.

Al centro della piazza, pavimentata con sanpietrini, sono state erette, sempre ad opera del Bernini, due fontane simmetriche molto belle anche se semplici, a doppia vasca, e con spruzzo d'acqua che dalla parte superiore ricade fino alla vasca più bassa.

Panorama sui Castelli dal Belvedere

Alla fine del breve corso di Ariccia, superato il Teatro Bernini, si trova una piazza pedonale, Piazzale Giuseppe Mazzini, con un panorama molto vasto sulla vallata sottostante, nota come la Vallericcia, con coltivazioni di vigneti (il vino dei Castelli Romani, pur non essendo molto pregiato, è molto noto). Quando il cielo è terso il panorama spazia fino al profilo di Roma e alla sua costa.

Le Fraschette e la Porchetta di Ariccia

Si viene ad Ariccia anche e soprattutto per la porchetta, lo dicevo in apertura di post. E' una tradizione millenaria, probabilmente precedente all'arrivo dell'Impero Romano: un maialino viene disossato, lasciato insaporire con olio e aromi per una decina d'ore e cotto per diverse ore in un forno a oltre 200 gradi. La cottura lenta e uniforme fa intenerire la carne e diventare croccante la

cotenna. Il risultato è un piatto eccezionale, che viene servito come street food in panini da mangiare passeggiando per Ariccia ed in tutte le Fraschette della città.

Parco Comunale Menotti Garibaldi

E' situato all'ingresso di Ariccia, prima del ponte, subito dopo il confine con Albano Laziale. Nel parco, oltre a diverse panchine immerse nel verde, è presenta un'area giochi per i bimbi piuttosto grande e ben attrezzata, ottima sia per i piccolissimi (ci sono le altalene chiuse), sia per quelli un po' più grandi, con scivoli e ponti.

Informazioni utili per visitare Ariccia

Ariccia è uno dei comuni dei Castelli Romani, situato a circa 25 km da Roma.

Con la macchina è possibile raggiungere Ariccia percorrendo il Grande Raccordo Anulare fino all'uscita 23 (o in alternativa la Via Appia fino allo stesso punto) e da cui continuare sulla Via Appia Nuova. La strada è praticamente un lungo rettilineo che attraversa Albano e vi porterà fino ad Ariccia.

Potete parcheggiare o poco prima del ponte che unisce i due borghi, o al grande parcheggio che si trova nella parte inferiore, in Via del Pometo, 26, subito sotto al Ponte Monumentale, e che è collegato al centro di Ariccia grazie ad una funicolare (non proprio economica ma molto comoda).

Raggiungere Ariccia con i mezzi pubblici è un po' più complesso ma è comunque fattibile.

Si può arrivare alla stazione della metropolitana Anagnina e prendere uno dei bus della Cotral, oppure prendere un treno regionale da Roma Termini ad Albano (la stazione dista un paio di chilometri dal centro di Ariccia).

Gaeta



Vivere a Roma per chi è cresciuta sul mare come me non è sempre facile. Ogni volta che arriva l'estate vorrei evadere dalla città e rifugiarmi su spiagge dorate bagnate da acque limpide. Ma, a

Roma, questo non è così semplice. La costa più vicina alla città, non vanta certo mari tropicali. Bisogna spostarsi un po', ma non troppo, per trovare però zone che meritano davvero di esser rivalutate. Noi quest'anno abbiamo scoperto Gaeta. Ne avevo sentito parlare da diversi amici e colleghi, e finalmente quest'anno, complice l'impossibilità a fare lunghi spostamenti, abbiamo trascorso qui uno splendido weekend di luglio. Gaeta è uno dei luoghi da visitare in Italia, soprattutto in estate (è anche una delle spiagge più belle d'Italia), ma in realtà ne vale la pena anche nelle altre stagioni.

Le spiagge di Gaeta

Il mare a Gaeta è limpido e pulito, proprio come piace a me. Ci sono diverse spiagge nei 10 km di costa che separano Gaeta da Sperlonga, tra cui le più famose sono la Spiaggia dei 300 gradini, la Spiaggia Ariana, la spiaggia Arenauta e quella che, per vicinanza e comodità, abbiamo scelto noi, la Spiaggia del Serapo. Si tratta di un lembo di sabbia fine piuttosto lungo, diviso tra stabilimenti attrezzati e spiaggia libera, molto comoda da raggiungere dal paese (è la più vicina). L'acqua è splendida e la spiaggia è tenuta piuttosto bene.

Gaeta medioevale e Montagna Spaccata

Siamo stati troppo poco a Gaeta per potervi raccontare nel dettaglio cosa vedere. Noi ci siamo limitati al bel mare, a qualche passeggiata nella Gaeta Medioevale e ad una escursione alla Montagna Spaccata. Ma ci sono bastati questi due giorni per capire che in realtà Gaeta offre molto di più. E che, nonostante sia nota per lo più come meta estiva, ha tutte le carte in regola per regalarvi un paio di giorni tra natura, arte e cultura in ogni stagione.

Informazioni utili per visitare Gaeta

Gaeta dista da Roma solo 150 km, facilmente percorribili in circa 1h e 30 min (che variano molto a seconda del traffico). La strada più breve è sicuramente la via Pontina, anche se è possibile utilizzare in alternativa l'autostrada A1, in direzione Napoli, fino all'uscita Cassino o Frosinone.

Palestrina



Palestrina è un piccolo borgo a poca distanza da Roma, che ha dato il nome alla via Prenestina che la congiunge alla capitale (l'antico nome della città era infatti Praeneste). Si trova alle pendici del Monte Ginestro, ad una altitudine che va dai 350 m ai 660, in una zona, a sud-est di Roma, che viene identificata come Campagna Romana.

La città nasce in epoca latina. I primi reperti risalgono all'inizio del VIII secolo a.C. ma è dal II secolo a.C. che il borgo vive un momento di estrema celebrità, dovuto principalmente alla presenza di un Santuario, dedicato alla dea Fortuna Primigenia.

Palestrina venne conquistata da Roma e divenne una colonia militare ed un importante snodo tra l'Impero e l'Italia Meridionale.

In epoca medioevale fu sede di diversi Vescovi che divennero poi Papi, nonostante la presenza imponente della famiglia Colonna che portarono Palestrina a numerose lotte contro il papato.

Durante la seconda guerra mondiale il centro storico venne distrutto dai bombardamenti che permisero di rimettere in luce antichi resti, tutt'oggi oggetto di attività archeologiche importanti.

Per visitare Palestrina è importante conoscere le sue origini e la storia che ne ha segnato i secoli.

Museo Archeologico – Palazzo Colonna Barberini

Palazzo Colonna Barberini è un edificio di epoca rinascimentale tramutato in Museo Archeologico, dove è possibile ammirare sarcofagi, oggetti di uso quotidiano, statue, mosaici etc...

L'opera culminante dell'intero museo è il Mosaico del Nilo, un'opera maestosa e perfettamente conservata, la cui interpretazione non è ancora certa. Sicuramente è una rappresentazione ispirata all'Egitto durante una inondazione del Nilo, momento considerato sacro. E' probabile che il mosaico sia legato al culto della Dea Fortuna Primigenia, alla quale è dedicato il santuario sui cui resti sorge Palazzo Colonna Barberini.

In ogni caso, qualsiasi sia la sua reale spiegazione, il Mosaico è un'opera imperdibile.

Santuario della dea Fortuna Primigenia

I resti del Santuario dedicato alla dea Fortuna Primigenia sono visibili lungo la collinetta subito sotto il Palazzo Colonna Barberini e rappresentano un sito archeologico suggestivo ed affascinante. Fu costruito intorno al II secolo a.C. in onore della figura mitologica che rappresentava la madre di Giove e di Giunone.

Cattedrale

Il Duomo di Palestrina è una Basilica Minore dedicata al culto di Sant'Agapito Martire. Si tratta di un edificio in stile romanico, nella cui facciata esteriore è conservata una antica meridiana di epoca romana. L'interno è a tre navate con cappelle laterali e diverse opere che rappresentano la vita del santo.

Informazioni utili per visitare Palestrina

Come già detto, Palestrina non è molto distante da Roma e si può raggiungere in macchina percorrendo la via Prenestina o – una alternativa più rapida – l'autostrada A1 fino all'uscita Val Montone.

Esistono anche diversi autobus locali che congiungono Roma e Palestrina (servizio Co.Tra.L.) o, in alternativa, è possibile arrivare a Zagarolo in treno e da qui prendere uno dei bus della Co.Tra.L.

Ceri



Alcune volte le cose più piccole, quasi invisibili, si svelano meravigliosamente a chi riesce ad osservare con attenzione i dettagli che ne compongono l'insieme. Così è il Lazio. Lo stupore della scoperta di una terra le cui bellezze sono offuscate dalla magnificenza di Roma. E passano praticamente inosservati i mille tesori che cela. Io sto cercando di scoprirli, fuggendo dalla città (che amo e desidero continuare a conoscere) appena posso, svelando a me e a voi le immense meraviglie della mia regione di adozione. Oggi è il turno di Ceri, un borgo medievale che definire piccolissimo non rende bene l'idea di quanto effettivamente lo sia.

Poco meno di cento abitanti in un percorso che, dalla parte più bassa del paese, sotto alle sue mura, fino alla sua sommità, arriva ad una lunghezza inferiore ai 500 metri!

Panorami

La prima cosa che colpisce di Ceri, arrivando al paese, è la vista d'insieme, il panorama dal basso verso l'alto, delle mura orlate, della roccia che termina nelle case, che appaiono quasi incastonate nel tufo, delle piante che spuntano tra i mattoni e della porta di ingresso al borgo.

Raggiunta la sua piazza principale è impossibile non affacciarsi ai balconcini che troverete sui suoi lati e da cui osservare, stavolta dall'alto verso il basso, la tipica campagna laziale che circonda il borgo: campi coltivati intervallate da zone alberate completamente verdi.

Piazza Immacolata

La piazza principale di Ceri, con al centro una statua della Madonna, l'affaccio della Chiesa e dell'unico bar del borgo. E' la tipica piazza di paese, quella che accoglie tutti gli eventi più importanti: le sagre, le feste religiose, le processioni, gli spettacoli... i vecchietti seduti sulle panchine a chiacchierare, i bambini che giocano, donne e uomini seduti al bar a bere un caffè e raccontarsi la propria vita...

Chiesa della Madonna di Ceri

Piccola, come il paese che la ospita, ma altrettanto preziosa. La chiesetta, intitolata alla Madonna di Ceri, ha un'abside spettacolare e affreschi di epoca romana che decorano quasi completamente la navata, riportati alla luce da poco più di 30 anni.

Vicoli e case colorate

Impossibile non restare affascinati da vicoli che sembrano scavati tra le rocce, su cui appoggiano case color pietra che, accompagnandoti lungo la salita che porta fino al cuore di Ceri, lasciano spazio a edifici bassi dalle mille tonalità di rosa e arancione, con fiori sui balconi e sui gradini che precedono gli usci di ingresso delle abitazioni.

Palazzo Torlonia

Il Castello di Ceri, Palazzo Torlonia, fu costruito alla fine del XV secolo sulla sommità di una rupe tufacea accanto ad una preesistente chiesa medioevale ed alle abitazioni del piccolo borgo. La forma attuale, con mura merlate, risale all'800.

Oggi è una sala eventi, con uno splendido giardino con rose antiche, una Limonaia e sale affrescate.

Curiosità su Ceri

Nel borgo di Ceri sono stati girati diversi film e serie tv, tra cui Basta che non si sappia in giro, con Nino Manfredi, Lino Banfi e Vittorio Mezzogiorno, e Metti la nonna in freezer, con Fabio De Luigi e Miriam Leone.

Informazioni utili per visitare Ceri

Ceri si trova a circa 50 km di distanza da Roma, andando verso Nord, in direzione Civitavecchia.

Per raggiungere Ceri da Roma è sufficiente percorrere l'Aurelia verso fuori città, fino all'altezza di Palidoro. Da qui seguire le indicazioni per Ceri.

In alternativa è possibile prendere l'autostrada Roma-Civitavecchia fino all'uscita Torrimpietra.

Ceri dista circa 40 km da Civitavecchia e si raggiunge percorrendo l'Aurelia o l'autostrada in direzione Roma, fino all'uscita per Ladispoli.

Sotto le mura di Ceri, prima di intraprendere la salita che, passando sotto l'Arco, porta dentro il borgo, si trova un comodo e largo parcheggio.

In realtà è possibile parcheggiare anche all'interno delle mura: i posti sono pochi, circa una decina, ma se non ci sono eventi particolari è molto probabile che possiate evitarvi parte della salita a piedi.

San Felice Circeo



Siete alla ricerca di un bel posto di mare, poco lontano da Roma, con acqua pulita ed un piccolo paesino dove trascorrere qualche giorno di vacanza in totale relax? San Felice Circeo potrebbe essere la risposta ai vostri dubbi, soprattutto se avete bambini o adolescenti, oppure se siete coppie non in cerca di divertimento notturno (qua non ne troverete!).

San Felice Circeo è un comune il cui centro storico sorge a pochi chilometri dal mare ma leggermente rialzato rispetto alla costa, e da cui si gode quindi di una splendida vista su tutto il golfo e sul Promontorio del Circeo.

Le spiagge

La spiaggia di San Felice Circeo è una lunga striscia sabbiosa, con zone dedicate alla balneazione libera e zone delimitate dagli stabilimenti balneari. Si accede alla spiaggia da un lungomare dove sono presenti anche qualche bar/gelateria e qualche locale dove potersi fermare per pranzo o per un aperitivo. La sabbia è tenuta pulita e l'acqua è piuttosto limpida, perfetta per una giornata a mare con i bambini.

Le spiagge sono facilmente raggiungibili dal centro storico grazie ad un comodo servizio di navette che fanno la spola tutto il giorno lungo tutto il paese, fermandosi su richiesta degli utenti. Vi basterà quindi scegliere il punto esatto dove volete trascorre la giornata (e restate fino al tramonto che è un momento imperdibile!) e chiedere all'autista di condurvi fino a lì e, al ritorno, fermare la navetta quando la vedrete transitare davanti a voi. Un servizio perfetto per chi vuol dimenticare l'auto per qualche giorno.

Per chi invece ama le zone rocciose, dal paese, utilizzando l'auto, è possibile raggiungere il Promontorio del Circeo e mediante dei brevi trekking, arrivare a calette ed insenature suggestive, dove poter fare il bagno e raggiungere anche alcune grotte: sicuramente sarà meno comodo che andare in spiaggia ma troverete meno gente ed il mare, sotto gli scogli, ha una limpidezza ed un colore che difficilmente troverete lungo coste sabbiose.

Il centro storico

Il centro storico di San Felice Circeo è piuttosto piccolo: il borgo si snoda lungo una strada principale che collega due piazze, comprese in una cinta muraria medioevale. Nella piazza più in alto (rispetto al livello del mare) è facile notare una Torre, anch'essa medioevale, costruita dai Templari, con un orologio a sei numeri e le ore battute da un martello.

Dal centro storico si raggiunge il Parco di Vigna La Corte, un giardino curato e con un belvedere che offre una incantevole vista sul mare e sul golfo.

Interessante anche il piccolo museo allestito dalla Proloco, nello spiazzo subito dopo l'arco presente nella piazzetta centrale.

A poca distanza dal centro si possono raggiungere le Mura Ciclopiche, resti risalenti al quinto secolo a.C., mentre scendendo verso il mare sono sicuramente da visitare il Porto ed il Faro.

Informazioni utili per visitare San Felice Circeo

Da Roma a San Felice Circeo esistono principalmente due possibili strade, che vi consiglio di scegliere a seconda del traffico e quindi di giorno, ora e stagione del viaggio.

La città dista poco più di 100 km se deciderete di raggiungerla percorrendo tutta la via Pontina, soluzione che, seppure chilometricamente più breve, potrebbe essere non vantaggiosa d'estate, quando la strada potrebbe essere intasata dai numerosi romani che cercano di raggiungere il mare, non solo del Circeo, ma anche luoghi più vicini come Torvaianica, Ardea e Anzio, nonché destinazioni più a sud, come Gaeta, Sperlonga o Terracina.

In questi casi è probabilmente più conveniente aumentare i chilometri percorsi fino a circa 150 e prendere l'autostrada A1 fino all'uscita di Frosinone e poi tagliare il Lazio fino alla costa.

Genazzano



Genazzano è un piccolo borgo a circa un'ora di macchina da Roma. Io l'ho scoperto un po' per caso, guardando, come spesso mi accade, google maps, alla ricerca di qualche nuovo luogo da visitare. Noto così, a poca distanza da Roma, il Ninfeo del Bramante; cerco le foto su internet e ne rimango molto colpita ed attratta. Una meta ideale per una domenica di sole!

Ci dirigiamo verso Genazzano con il pensiero errato che oltre al Ninfeo ci sarà davvero poco da vedere, giusto una passeggiata per il piccolo centro storico...scopriamo invece che si tratta di un borgo incantevole con tante piccole perle da offrire.

Ninfeo del Bramante

Le foto viste su internet e quelle che sono riuscita far io non gli rendono giustizia, così come è un vero peccato che sia poco conosciuto dai turisti e dai romani stessi. Il Ninfeo del Bramante è una costruzione bellissima. Fu edificato all'inizio del 1500 da allievi e seguaci del Bramante; si presenta con un loggiato a tre campate, due stanze quadrate ai lati, ed una stanza ottagonale con una vasca circolare. Gli archi sono creati grazie a grandi pilastri e a semicolonne. L'aspetto generale è quello di una struttura imponente e che in passato doveva essere davvero splendida, sebbene sembri non sia mai stata conclusa. Molto probabilmente era utilizzata come punto di sosta per i Colonna, durante le loro battute di caccia.

Parco dei Principi

Si tratta di una bellissima passeggiata tra il verde, accanto ai resti di un antico acquedotto, che da poco fuori il paese vi condurrà, tramite un ponte panoramico, all'interno di Palazzo Colonna e da lì, al centro del borgo storico (o al contrario, dal centro vi porterà ad una passeggiata splendida).

Consigliato soprattutto per chi ha voglia di respirare un po' a pieni polmoni dopo una settimana trascorsa tra lo smog di Roma.

Palazzo Colonna

Esistono due ingressi, uno dal lato del Parco e l'altro dal lato del centro storico. Noi ci siamo arrivati dopo la passeggiata nel parco e siamo rimasti davvero incantati dal gioco di porte, volte e cortili che ci ha accolto. Al centro del cortile centrale è situato un antico pozzo.

Oggi il palazzo è sede del Centro Internazionale di Arte Contemporanea.

Santuario della Madonna del Buon Consiglio

Vale la pena entrare in questa bella Chiesa, soprattutto per la presenza di una bellissima cappella, racchiusa da una grata interamente lavorata in ferro battuto, e con un tempietto all'interno che conserva l'immagine della Madonna.

Vie del centro storico

Sembrerà banale dirlo, ma probabilmente la cosa più bella di Genazzano, è Genazzano stessa, con il suo intrico di vicoli, vicoletti, palazzi, chiese e scalinate. Il borgo sorge su una collinetta di tufo su di una leggera pendenza che vi accompagnerà per tutta la passeggiata.

Porta e mura

Come tutte le città storiche, l'ingresso al borgo antico è scandito da un arco, Porta Romana, delimitato da torri ed una cinta muraria merlata.

Piccolo consiglio: potete parcheggiare l'auto gratuitamente in Piazza della Repubblica e da lì percorrere tutto il centro storico a piedi. E' tutto in salita quindi anche se il paese non è grandissimo, prevedete di trascorrervi almeno una mezza giornata, in modo da non affaticarvi e da visitare ogni cosa con la dovuta calma.