



**NUOVO
SETTIMANALE**

26 MAGGIO
2014 - N°7 - 1,50€

LA TUA ABITUDINE AL BENESSERE

Starbene.it

SOLO
1€

CAPELLI

LE CURE ANTI CADUTA
PER TE E PER LUI

NUOVE DERMATITI

DA CELLULARI
E SMOG. ECCO
COME RISOLVERLE

Assicurazioni sulla salute

per vacanze
no problem

TEST BASI PRONTE

PROVATO
PER VOI

PASTA SFOGLIA,
FROLLA E FOCACCIA.
AL SUPER SCEGLI QUELLE
CON MENO GRASSI

YOGILATES

RASSODI I MUSCOLI
CON CALMA

mi sento
più felice...

...DA QUANDO NON PENSO
PIÙ ALL'ETÀ E ALLE DIETE

MONDADORI



+ Intolleranze alimentari: possono essere scatenate dai conflitti emotivi

SETTIMANALE - MAGGIO - ANNO XXXVII - N. 7 - POSTE ITALIANE SPED. IN A.P. - D.L. 353/2003 (CONV. IN L. 27/02/2004 N. 46) ART. 1, N. 1 - VERONA - AUSTRIA € 4,30 - GERMANIA € 5,10 - BELGIO € 4,20 - SPAGNA € 4,30 - FRANCIA € 4,30 - LUSSEMBURGO € 4,30 - PORTOGALLO (CONT.) € 4,00 - SVIZZERA (CANTON TICINO) CHF 4,80 - SVIZZERA (CH) S 10 - U.K. GBP 3,40 - USD 8,50 - CANADA 8,50



ANDIAMO A DORMIRE IN UN posto strano?

Per una vacanza tutta natura e davvero insolita, puoi scegliere tra un mulino, un faro, una casa-grotta. E persino un intero villaggio costruito sugli alberi

→ OLANDA

In un mulino

Dove una volta si lavorava sodo per trasformare il grano in farina e i semi di lino in olio, per pulire l'orzo e macinare le spezie, adesso si possono trascorrere giorni di relax al vento fresco dei campi di tulipani. Succede in Olanda, negli unici due mulini in cui si può soggiornare, perché sono stati trasformati in appartamenti, che ospitano fino a quattro persone. Una volta sul posto, si può contattare una guida con cui visitare qualche mulino antico ancora funzionante (sono circa un migliaio, ma un tempo erano novemila!) e scoprirne tutti i segreti. Come il "linguaggio delle pale", per esempio, con cui i mugnai comunicavano tra loro: la diversa disposizione quando erano ferme, infatti, non era casuale, ma sottintendeva un messaggio preciso, per esempio, un evento felice (una nascita, un matrimonio), una richiesta di aiuto, il riposo del mugnaio.

LA SCELTA DI STARBENE

Bed&Breakfast "Nostro Mulino", Eindhoven (nel tondo un particolare).

Pernottamento e prima colazione da 265 € al giorno (in totale).

Il mulino è ancora in funzione.

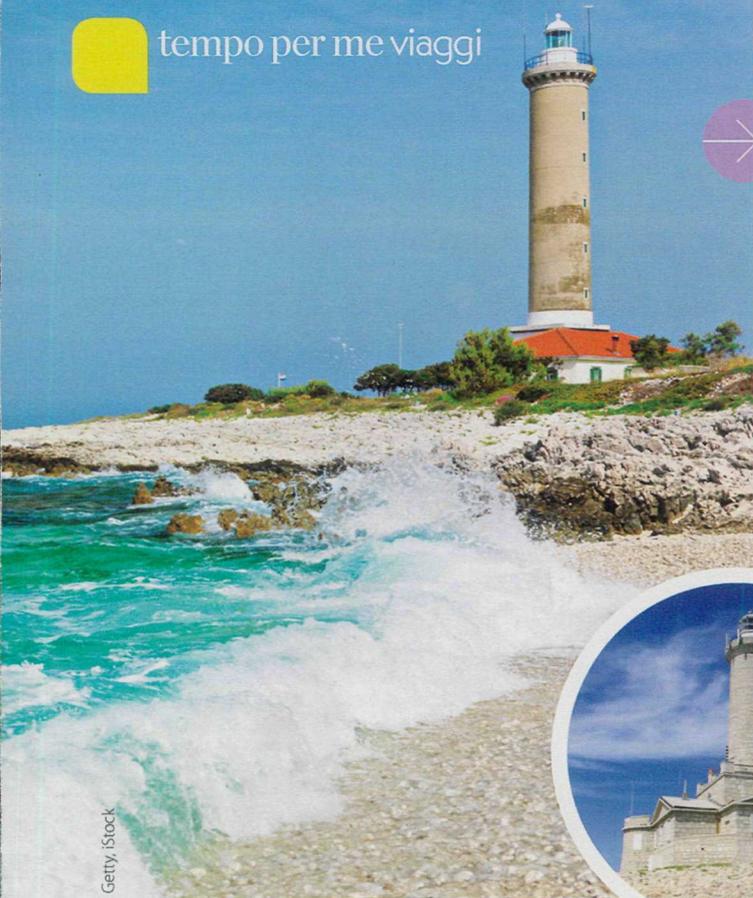
Info: dromenineenmolen.nl

Bed&Breakfast "Molen Hunsingo", Onderdendam. Pernottamento

e prima colazione da 100 € a persona.

Info: molenhunsingo.nl





Getty, iStock



CROAZIA

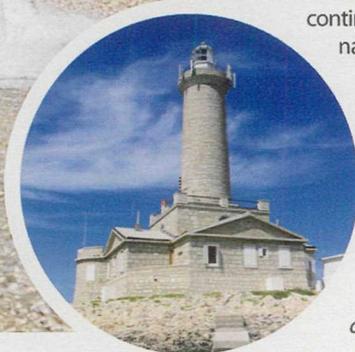
Dentro un faro

Silenzio, tranquillità, solitudine. Questo offre una vacanza in uno degli undici affascinanti fari disseminati sui promontori e sulle isole della Croazia, spesso deserte e grandi appena più di uno scoglio. Luoghi lontani dai centri abitati, da cui godere di albe e tramonti, dedicandosi alle immersioni e allo snorkeling, al windsurf e al bird-watching, in un esclusivo contatto con la natura e la pace. Per questo occorre portare con sé una ricca scorta di generi alimentari e di uso quotidiano, e tenere conto che l'acqua potabile è conservata nelle cisterne e quindi va usata con misura, mentre la corrente elettrica non manca. Un custode, comunque, vi alloggia quasi sempre. Anche se la leggendaria figura del "guardiano del faro" è ormai stata sostituita dal funzionamento automatico, che continua a farne un indispensabile riferimento per chi naviga, segnalando ostacoli e pericoli con lampi di luce.

LA SCELTA DI STARBENE

Faro Grebeni, Dubrovnik. *Un appartamento per massimo sette persone, pernottamento e prima colazione a partire da 400€ al giorno (in totale, non a persona!). Info: lighthouses-croatia.com*

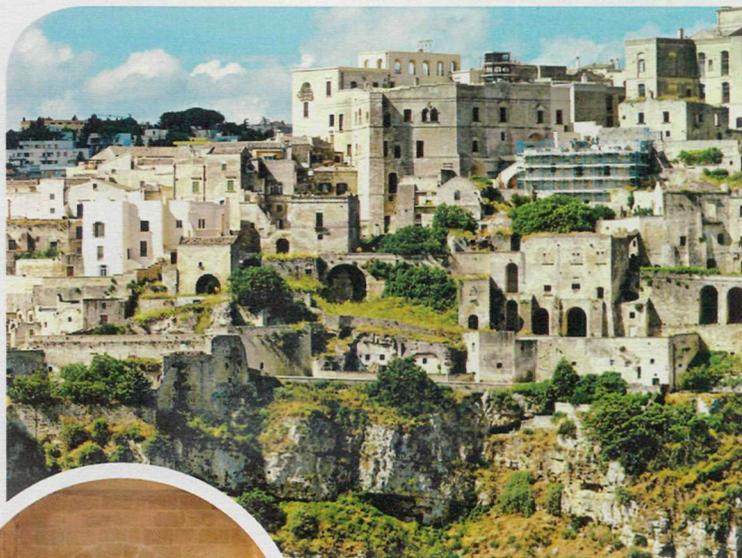
Faro Porer, Pola (nel tondo). *Due appartamenti, ciascuno per quattro persone, pernottamento e prima colazione a partire da 89€ al giorno per appartamento. Info: lighthouses-croatia.com*



MATERA

In un antico "sasso"

Un tuffo nella vita contadina del passato, in quelle suggestive case scavate nel tufo e dette "sassi" dove fino al 1952 vivevano ancora migliaia di famiglie insieme ai propri muli e pecore. Molte, infatti, sono diventate locali tipici e alberghi diffusi, altre sono rimaste vuote e abbandonate, e vi si può entrare liberamente per toccare quasi con mano una storia neanche troppo lontana. Per trovarle, basta fare un giro tra i due antichissimi rioni cittadini, il Sasso Caveoso e il Sasso Barisano, salendo su fino alla Civita, la parte più alta della città posta su uno sperone roccioso che separa i due rioni e dove sorge la cattedrale. E poi aggirarsi tra i cosiddetti vicinati (tuttora abitati), nuclei di dimore attorno a un'unica piazzetta dotata di pozzo e forno in cui si svolgeva una vita quasi comunitaria. Il tutto affacciato sullo spettacolare Parco storico-naturale delle Chiese rupestri, scavate nella roccia dell'altopiano murgico. Fino a ritrovarsi improvvisamente nelle belle piazze del centro cittadino e nelle vie dello shopping. Matera sorprende con i suoi tanti aspetti. Ma la sua anima resta in quei sassi, dove alloggiare è un'esperienza impagabile.



LA SCELTA DI STARBENE

Bed&Breakfast "Corte San Pietro" a Matera. *Pernottamento e prima colazione da 65€ a persona. Info: cortesanspietro.it. Hotel "Sextantio Le Grotte della Civita"* (nel tondo un particolare), via Civita 28, Matera. *Pernottamento e prima colazione da 100€ a persona. Info: sextantio.it*



DOLOMITI FRIULANE

In una casa sull'albero

Vivere su un albero? Non è la fantasia di un bambino. Oggi può essere realtà. È l'insolita vacanza a tutta natura da vivere a Claut (PN), in Valcellina, dove, immerso nel Parco Naturale delle Dolomiti friulane, si trova il Tree Village, vero e proprio villaggio sugli alberi, fatto di casette di legno tra le fronde a un'altezza che varia da 2 a 4 metri. Costruite su abeti e pini di grosso fusto, circondate da larici e faggi, regalano giorni e notti realmente green, dormendo in sacco a pelo (fornito dalla struttura) e facendo colazione all'aperto con un ricco buffet. All'interno del parco trovi un orto biologico, un percorso botanico con piante tipiche alpine e un museo del boscaiolo all'aperto, con postazioni che riproducono le strutture del passato. Ma anche



un training Center di Nordic Walking per chi ama camminare con le racchette, la possibilità di sperimentare l'alpine wellness con bagni di fieno e terapia Kneipp nel fiume, e corsi a tema come quello di costruzione della casa sull'albero (dal 27 al 29 giugno).

LA SCELTA DI STARBENE

Tree Village, Claut (PN), aperto da maggio a ottobre; ogni casetta può ospitare due adulti e due bambini; pernottamento e colazione 40 € per gli adulti, 20 per i bambini. Info: montagna.es/tree-village

Corbis

Per scoprire altri luoghi autentici, in armonia con la natura, vai su viaggiverdi.it