



sanihelp.it  
SALUTE & BENESSERE

2 mila

Mi piace

SDEM Informatica  
RIVENDITORI DELLE MIGLIORI MARCHE

Google Ricerca personalizzata

CERCA NEL SITO

Publicità

BARZELLETTE | VIDEO | ENCICLOPEDIA | NEWS | DIETA ONLINE

HOMEPAGE | SALUTE | BENESSERE | BELLEZZA | DIETA | SESSO E DINTORNI | FITNESS | TEST & PSICHE | MAMMA BAMBINO | SALUTE ANIMALI | OROSCOPO  
MALATTIE | ATLANTE | ENCICLOPEDIA | TUMORI | COLESTEROLO | VIP E SALUTE | ESAMI | MINICHECK | FARMACI | INDIRIZZI UTILI | LIBRI | FORUM | ELENCO ARTICOLI

In viaggio

## 10 (di 101) cose da fare gratis

Facebook Twitter Email Print 0 Mi piace 6 +1 0

Un piccolo assaggio delle 101 cose che si possono fare gratuitamente nel nostro Paese da Nord a Sud, tra feste popolari, sagre e bellezze naturali. La raccolta completa in un libro di Isa Grassano.



© Photos.com

**Sanihelp.it** - Gratis: avete letto bene. In un periodo in cui mettere mano al portafogli costa fatica, Isa Grassano, giornalista che si occupa di turismo ed enogastronomia, ha raccolto **101 cose divertenti insolite e curiose da fare gratis in Italia almeno una volta nella vita** (*Newton Compton*) e ne è nata una sfiziosa guida, già disponibile in libreria.

Un viaggio tra le curiosità del nostro Bel Paese, 101 proposte per chi preferisce fare il pieno di cultura tra le sale dei musei, per chi si perde di fronte a paesaggi naturali, per chi va alla ricerca di sagre e feste popolari, per chi insomma ama gustarsi l'Italia dalle Alpi all'Etna. Cosa c'è di meglio allora che approfittare delle vacanze estive per assaporare un po' di questa nostra Italia in maniera del tutto gratuita? Nella città di residenza, nei luoghi di vacanza al mare o in montagna, basta solo cercare e l'unica cosa che si sarà spesa sarà stato il tempo di provare! Ecco allora dieci delle 101 curiosissime proposte.

**1. Fare un tuffo nel futurismo al Museo del Novecento di Milano, ma di venerdì.** Ogni venerdì dalle 16.00 alle 19.00 al Museo del Novecento di Milano, in piazza dell'Arengario vicino al Duomo, si entra gratis. Le sale ospitano 400 opere, tra le quali: Quarto Stato di Pellizza da Volpedo, la *Femme nue* di Picasso e ancora i futuristi Boccioni e Balla e la sala personale di De Chirico. Dall'ultimo piano lo sguardo abbraccia l'intera piazza e viene catturato dal fulgore della Madonnina, simbolo della città.

CONTINUA

Vota:



Voto medio: 5 stelle

Pagina 1 di 4

Vai a pagina:

1 2 3 4

pagina 2

**2. Gironzolare tra i passatempi di una volta al Tocati, Festival dei Giochi di strada di Verona.** Dal dialettale *Tocca a te*, il *Tocati* è un festival internazionale che riunisce i passatempi più popolari d'Italia, fortemente legati al territorio. Un'occasione per respirare l'aria del divertimento di una volta, ammirare la maestria dei giocatori esperti e scoprire magari qualche talento nascosto: tutti i giochi si possono provare in prima persona! Nona edizione dal 23 al 25 settembre.

**3. Ammirare le sculture di sabbia a Cervia (Ravenna).** Una vera e propria arte che vede il suo punto massimo d'espressione ad agosto, durante i campionati mondiali in cui si sfidano dieci coppie di artisti-cesellatori. Seguendo ogni anno un filo conduttore, i partecipanti realizzano opere che possono raggiungere fino a otto metri di altezza e che restano in spiaggia, dove sono nate, per settimane.

**4. Immergersi nelle acque calde delle terme libere in Toscana.** Le terme sono uno dei luoghi di relax per eccellenza, a maggior ragione se sono libere! In Toscana sono molte le pozze e le cascate di acqua termale in cui è possibile ritrovare il benessere senza pagare l'ingresso. Le più famose sono le cascate del mulino di Saturnia, ma ci sono anche le terme di Petriolo e il Bagno Grande di San Casciano.

Più di **Cerca Subito**  
annunci di vendita e affitto.

NEWS  
spegnere l'epidemia?  
- I bambini ingrassano per quello che mangiano fuori casa  
TUTTE LE NEWS LE PIÙ VISTE

NUOVO COLGATE TOTAL.  
PROTEZIONE NON STOP\*  
PER UNA BOCCA SANA.  
\*Se usato 2 volte al giorno

Speciale Dieta a zona 40 30 30

Tumore al SENO: io vado avanti

GLI ARGOMENTI DELLA SETTIMANA

SALUTE

Mamma dopo il tumore al seno

Check-up completo per Vasco

Malattia: Neurinoma dell'acustico

BENESSERE

5 rimedi per il cervello accaldato

Piante medicinali: Efedra

Terme: Grand Hotel Terme - Centro termale

spegnere l'epidemia?  
- I bambini ingrassano per quello che mangiano fuori casa

TUTTE LE NEWS

LE PIÙ VISTE

Colgate  
VINCI  
CURE DENTALI PER  
€ 2.000  
CLICCA QUI

pagina 3

**5. Assistere allo spettacolo delle donne di Scanno in costume tradizionale (L'Aquila).** Scanno, piccolo borgo in provincia dell'Aquila, è un vero gioiello. In paese è possibile ammirare le donne che indossano quotidianamente il costume tradizionale di lana pesante, tessuto in casa. Una bellezza senza tempo.

**6. Aggirarsi tra calanchi e cattedrali di Arenaria come fosse il Far West (Matera).** Distese di roccia, che affascinano turisti e che hanno conquistato anche scrittori, pittori e registi. Lo sguardo si perde nelle profondità di questi *canyon* nostrani, dove il silenzio e i giochi di luce la fanno da padrone. Macchina fotografica e binocolo sono d'obbligo.

**7. Entrare nel mondo della liquirizia al Museo della liquirizia a Rossano Calabro (Cosenza).** La Calabria è la patria della liquirizia e proprio questa regione ospita il museo dedicato alla gustosa radice. Dagli antichi mezzi di trasporto per la sua diffusione alla spiegazione dell'attività di lavorazione.

**CONTINUA**

pagina 4

**8. Ballare al ritmo della taranta a Melpignano (Lecce).** La notte della taranta è famosissima e ogni anno, l'ultimo sabato di agosto, raccoglie sotto le stelle e a ritmo della musica salentina, migliaia di appassionati e curiosi. Una notte intera in cui il tempo ha scansioni magiche e danza a passo di taranta; una notte in cui musica, folklore e ritmo si incontrano fino all'alba.

**9. Respirare la storia dell'Unità d'Italia al Museo Garibaldino di Marsala (Trapani).** Proprio a Marsala sbarcò Garibaldi con i suoi Mille e la città rende onore all'Eroe dei due Mondi con un museo che ospita una ricca collezione a tanti cimeli: uniformi e divise dei Mille, armi, quadri, documenti dell'epoca e la poltrona in damasco su cui si dice Garibaldi riposò dopo lo sbarco.

**10. Scendere nei meandri di Cagliari sotterranea.** Nella città sarda grazie all'iniziativa degli appassionati esploratori del Gruppo cavità cagliaritano, è possibile visitare le vie, le caverne e le grotte sotterranee. Un'avventura mozzafiato nel cuore (quello più profondo) della città.

Vota:



Voto medio: 5 stelle

Pagina 4 di 4

Vai a pagina:



spegnere l'epidemia?

- I bambini ingrassano per quello che mangiano fuori casa

TUTTE LE NEWS

LE PIÙ VISTE

**NUOVO COLGATE TOTAL.**  
**PROTEZIONE NON STOP\*  
PER UNA BOCCA SANA.**

\*Se usato 2 volte al giorno

spegnere l'epidemia?

- I bambini ingrassano per quello che mangiano fuori casa

TUTTE LE NEWS

LE PIÙ VISTE

**NUOVO COLGATE TOTAL.**

Speciale Dieta a zona **40 30 30**