

ZONA BLU

Una giornata fantastica nel cuore della Blue Zone in Sardegna. Un'esperienza autentica a contatto con coloro che vivono e abitano questa area unica.

Una giornata indimenticabile, a stretto contatto con la gente del posto.

Lontano dai classici itinerari turistici, per scoprire l'antica saggezza e i ritmi di vita che accompagnano questo popolo da millenni.

Tra le strade di piccoli villaggi, alla scoperta di aromi e sapori della cucina semplice e genuina. A bordo di un confortevole 4x4, attraversando campagne rigogliose e i resti di antiche civiltà ormai scomparse.



ZONA BLU

Incontra il team che ti accompagnerà in questa avventura presso il tuo hotel o villa per un briefing di benvenuto. Da lì, parti per raggiungere il punto d'incontro con la guida a **Oliena**, in località **Su Gologone**, e inizia il tour a bordo di un comodo SUV. Dopo soli 2 minuti, si lascia la strada principale per immergersi nella rigogliosa campagna, tra vigneti e uliveti che si alternano a piccoli orti e numerosi mandorli.

Attraverso questi panorami, ci immergeremo nella Blue Zone, per comprendere i ritmi e le attività quotidiane della gente del posto, visitando piccole fattorie dove coltivano verdure e frutta. La parola d'ordine qui è *chilometro zero* e *stagionalità*: nessuno forza la natura, la si accompagna lentamente seguendo i ritmi delle stagioni.

Raggiunta Oliena, faremo una sosta con la signora Giuseppina, una donna di oltre novant'anni con parenti ultracentenari.

La signora sarà lieta di condividere abitudini e stili di vita radicati in questo angolo unico della Sardegna.

ZONA BLU

Conclusa la visita, il programma continua con una tappa presso un laboratorio di ricamo, dove vengono realizzati antichi costumi ricamati con fili d'oro, seguita da una visita a un laboratorio artigianale dove si producono a mano le scarpe in pelle dei pastori.

Per la pausa pranzo, ci fermeremo in una fattoria accogliente, immersa nella verde campagna, dove vengono allevate mucche e capre e dove si producono alcuni dei migliori formaggi della regione.

Nel pomeriggio, visiteremo **le sorgenti di Su Gologone**, le più importanti della Sardegna, esplorate fino a una profondità di oltre 135 metri.

Il tour si conclude con un rientro guidato nel pomeriggio.



ZONA BLU

Ciò che rende il caso della Sardegna ancora più interessante rispetto ad altre Blue Zone è che qui il rapporto tra uomini e donne centenari è quasi pari, mentre in altre parti del mondo la proporzione è di circa 5 donne ultracentenarie per ogni uomo. Questa è una vera rarità e rende il caso della Blue Zone in Sardegna ancora più speciale.

Anche se tutta la Sardegna è considerata una Blue Zone, l'area effettiva in cui vivono gli *ultracentenari* è molto limitata:

La massima concentrazione di queste incredibili comunità si trova in **Ogliastra** (Villagrande Strisaili, Arzana, Talana, Baunei, Urzulei e Triei) e in **Barbagia** (in particolare nei paesi di Tiana, Ovodda, Ollolai, Gavoi, Fonni, Mamoiada, Orgosolo e Oliena), oltre che a Seulo nel sud dell'isola.

INCLUSI NEL PACCHETTO:

- Noleggio auto premium
- Esperienza con guida privata
- Tour in Jeep 4x4 con guida privata
- Contributo per la visita con la Signora Congiu
- Pranzo tipico in fattoria

