

Informazioni per gli ospiti

Ajò (Ciao) cari amici!

... e benvenuti a *casa di lea*.

È bello che siate qui.

Spero che abbiate fatto un buon viaggio!

Sono felice di accogliervi come ospiti in Sardegna e vi auguro un soggiorno rilassante e piacevole.

Di seguito vorrei darvi alcune informazioni che vale la pena conoscere su questa casa vacanze e sui bellissimi luoghi qui intorno.

I vostri suggerimenti e commenti sulla mia casa vacanze e sulla cartella degli ospiti sono molto graditi e saranno accolti con piacere.

I moduli di valutazione degli ospiti sono allegati alla cartella degli ospiti.

Mi fa piacere che condividiate con me le vostre opinioni e i vostri suggerimenti.

Inoltre, mi fa piacere che inseriate un commento su Instagram, Facebook, Google o sul mio sito web.

Per rendere il vostro soggiorno il più piacevole possibile, vi chiedo di contattarmi in caso di problemi e desideri. Sarò felice di aiutarvi.

Ora vi auguro di divertirvi a sfogliare la nostra cartella ospiti e soprattutto di trascorrere una splendida vacanza.

tua Lea

Benvenuti!

L'appartamento *casa di lea* sarà la vostra seconda casa. Dovete sentirvi a vostro agio e godervi una vacanza da ricordare!

Ho dedicato molto impegno all'arredamento e spero che troverete tutto ciò di cui avete bisogno.

Le seguenti informazioni vi aiutano a trascorrere un soggiorno in totale relax.

Vorrei chiedervi anche una cortesia: trattate e lasciate questo appartamento come lo avete trovato o come vorreste trovarlo.

Spero nella vostra comprensione. Vi prego di aiutarmi a continuare a offrire a voi e agli altri ospiti un appartamento che vi faccia sentire a vostro agio.

Nella seconda parte vi darò una serie di consigli e indirizzi che potrebbero esservi utili per il vostro soggiorno.

Suggerimenti dalla A alla Z (appartamento)

IN GENERALE

Se vi manca qualcosa nell'arredamento o avete bisogno di aiuto, non esitate a contattarmi. Tutte le cose che si trovano nell'appartamento o sulla terrazza, o annessi, possono essere utilizzate dagli ospiti. Vi prego di avere cura di tutti gli arredi e dell'inventario e di trattare l'appartamento con attenzione. Vi prego di fare in modo che anche i vostri compagni di viaggio rispettino le condizioni di affitto.

ARRIVO E PARTENZA

L'appartamento è solitamente disponibile dalle ore 15.00. È possibile arrivare anche prima, previo accordo.

Il giorno della partenza siete pregati di liberare l'appartamento entro e non oltre le ore 12.00. Al momento della partenza, l'appartamento deve avere lo stesso aspetto del vostro arrivo.

Prima della partenza, vi preghiamo di osservare la seguente piccola lista di controllo:

- Mettere le ultime stoviglie nella lavastoviglie e farla partire,
- Svuotare il frigorifero e il congelatore,
- Chiudere finestre, porte e persiane,
- Mettere la catena al parcheggio,
- Mettere le chiavi nell'apposita cassaforte presso il cancelletto dalle scale.

ARIA CONDIZIONATA / RISCALDAMENTO

L'appartamento dispone di impianto di aria condizionata hot/cold. Il telecomando è sul mobile del soggiorno e funziona per tutti gli splits.

Ricordate di chiudere sempre porte e finestre quando lasciate l'appartamento per mantenerlo sempre fresco e per evitare sprechi. È consigliabile mantenere una temperatura intorno ai 24°C per non avere una differenza termica troppo elevata con l'esterno.

Per le stagioni intermedie e per l'inverno l'impianto di condizionamento può essere utilizzato in modalità "hot" per riscaldare gli ambienti e ridurre l'umidità proveniente dal mare.

ANIMALI DOMESTICI

Purtroppo non è possibile portare con sé il proprio animale domestico. Amo gli animali tuttavia capisco anche che il prossimo ospite possa avere problemi di allergia. Vi ringrazio per la vostra comprensione.

BARBECUE / FUOCO APERTO

Per motivi di sicurezza antincendio, sulla terrazza è vietato accendere barbecue o altri fuochi aperti.

CHIAVI

Si prega di non perdere mai di vista la chiave della porta d'ingresso o dell'appartamento. La perdita delle chiavi deve essere comunicata immediatamente. In caso di Perdita I costi per la sostituzione o il cambio delle serrature e per il costo del fabbro in loco saranno a carico vostro. L'accesso alla proprietà avviene tramite telecomando elettronico. In caso di smarrimento, sarete responsabili del costo di nuovi trasmettitori portatili e della loro installazione da parte della direzione della proprietà.

Ricordatevi di richiudere le chiavi nella cassetta presso il cancelletto quando partite.

Vi consiglio di tenere le chiavi nella cassetta di sicurezza quando fate delle escursioni. Non sa mai cosa può succedere.

CUCINA

Vi preghiamo di avere cura dell'attrezzatura da cucina e dei dispositivi tecnici.

Una cucina sporca non piace a nessuno. Si prega di riporre piatti, pentole e posate negli armadietti solo quando sono puliti e asciutti.

Le tabs per la lavastoviglie si trovano sotto il lavello. Si prega di non appoggiare pentole o altri oggetti caldi sui tavoli o sul piano di lavoro senza un sottopentola. Utilizzate sempre un tagliere come base per tagliare.

I vostri prossimi inquilini saranno felici quanto voi di vedere un forno pulito.

Le istruzioni per l'uso si trovano nella credenza del soggiorno.

CURA DEGLI ARREDI

Vi chiedo di avere cura di tutti i mobili e gli arredi e di trattare l'appartamento con attenzione. Assicuratevi che anche gli altri viaggiatori rispettino le condizioni di affitto. La porta d'ingresso deve essere sempre chiusa e bloccata con la chiave quando si lascia la casa. Anche tutte le finestre devono essere chiuse quando si lascia l'appartamento, per evitare possibili danni dovuti a tempeste o scassi. Si prega di utilizzare con parsimonia le risorse acqua ed elettricità.

DANNI

Nessuno danneggia intenzionalmente le cose, ma può capitare a tutti di rompere qualcosa. Sarei lieto se mi informaste del danno e se non lo scopriessi solo dopo la vostra partenza al momento delle pulizie finali.

L'inquilino è responsabile dei danni colposi all'arredamento, alle stanze in affitto o all'edificio, nonché agli impianti appartenenti alle stanze in affitto o all'edificio. L'inquilino è tenuto a risarcire i danni se e nella misura in cui sono stati causati colpevolmente da lui stesso o dai suoi compagni o visitatori.

DIRITTI DELLA CASA

In caso di riparazioni immediatamente necessarie, può essere indispensabile che io, in qualità di locatore, o un artigiano da me incaricato, entri nell'appartamento di vacanza senza preavviso.

Se possibile, cercherò di informarvi per tempo.

ELETTRICITÀ

In Italia l'utilizzo di più elettrodomestici contemporaneamente non è possibile. Se si utilizzano contemporaneamente lavastoviglie e lavatrice, ad esempio, l'interruttore automatico interromperà la corrente. Se ciò dovesse accadere, troverete la chiave del contatore elettrico nella credenza del soggiorno.

Il contatore elettrico si trova all'esterno dell'appartamento. In Via Aresula (vicino al lampione) ci sono le cassette dei contatori nel muro. La cassetta del contatore della *casa di lea* per il riarmo dell'interruttore principale è contrassegnata dalla lettera A3.

FINESTRE

Tutte le finestre (porte escluse) sono dotate di zanzariere.

FUMO

Nell'appartamento non è consentito fumare. Nemmeno con porte e finestre aperte. Si prega di lasciare l'appartamento quando si fuma. Sulla terrazza è presente un posacenere.

KIT DI PRIMO SOCCORSO

Troverete un kit di pronto soccorso nella credenza del soggiorno.

IMPOSTA DI SOGGIORNO

Il comune di San Teodoro applica una tassa di soggiorno giornaliera di 2,00 euro a persona. Troverete questo importo sulla fattura.

È mio compito registrarvi. Pertanto, vi prego di inviarmi una foto fronte e retro della vostra carta d'identità al più tardi all'arrivo, o meglio prima, anche di ciascuno dei vostri compagni di viaggio.

INTERNET / WIFI

Nell'appartamento è disponibile una connessione internet wireless (WLAN).

Il codice di accesso è:

Nome utente:	casadilea
Password:	CasadiLea#04

L'utilizzo di internet con il proprio dispositivo abilitato alla WLAN (notebook, tablet, smartphone, ecc.) tramite la connessione WLAN è gratuito.

L'utilizzo di internet avviene sotto la propria responsabilità.

In qualità di locatore, escludo qualsiasi responsabilità in relazione all'utilizzo di internet da parte vostra o dei vostri accompagnatori.

Per l'utilizzo dell'accesso a Internet tramite WLAN è necessario rispettare le regole di utilizzo della WLAN.

LAVATRICE

L'appartamento dispone di una lavatrice. La troverete nell'armadio sul terrazzo di fronte alla porta della cucina. La chiave si trova nella credenza del soggiorno. Il detersivo si trova sotto il lavello della cucina.

Uno stendibiancheria e un'asse da stiro si trovano nella cameretta dietro l'armadio. Il ferro da stiro è nella credenza del soggiorno.

Italiano	Tedesco	Inglese
Accensione / Spegnimento	Einschalten / Ausschalten	Switch on / Switch off
Avvio / Pausa	Start / Pause	Switch on / Switch off
Partenza Ritardata	Verzögertes Starten	Delayed start
Velocità	Drehzahl	Speed
Temp.	Temp.	Temp.
Cotone	Baumwolle	Cotton
+Pre Lavaggio	+Vorwäsche	+Prewash
Eco 40-60	Öko 40-60	Eco 40-60
20°C	20°C Kaltwäsche	20°C
Delicati	Feinwäsche	Delicates
Pulizia Cestello	Trommelreinigung	Basket cleaning
Centrifuga	Schleudern	Centrifuge
Centrifuga + Risciacquo	Schleudern + Spülen	Centrifuge + Rinse
Misti	Gemischt	Mixed
Rapido	Schnell	Quick
Lana	Wolle	Wool
Camicie	Hemden	Shirts
Sportivi	Sportlich	Sporty
Intensivo	Intensiv	Intense
Trapunte / Lenzuoli	Steppdecken / Laken	Quilts / Sheets
Baby Care	Baby Pflege	Baby Care

PARCHEGGIO

L'appartamento dispone di 2 posti auto (contrassegnati da P1 e P2 nella foto). È possibile parcheggiare l'auto direttamente nella proprietà nel posto auto assegnato. Il cancello si apre con il telecomando manuale della chiave. Il pulsante sinistro è per l'ingresso al P1, mentre con il pulsante destro si apre il cancello del P2. I cancelli elettrici non si aprono se le barriere luminose sono bloccate, si prega di tenerle libere.

In caso di perdita o danno alla proprietà del vostro veicolo parcheggiato o manovrato, non sono responsabile in quanto locatore. Non sono inoltre responsabile per il contenuto del vostro veicolo.



PULIZIA

La pulizia finale dell'appartamento è inclusa nell'affitto. Riceverete l'appartamento in condizioni di perfetta pulizia. Per la pulizia troverete l'attrezzatura necessaria (scopa, spazzola a mano, paletta) nell'armadio sulla terrazza.

Per le prenotazioni a lungo termine (2 settimane o più) possiamo offrire una pulizia supplementare dell'appartamento con cambio asciugamani a pagamento.

In caso di inconvenienti (sporco estremo, liquidi sul pavimento o sulle superfici di lavoro, ecc.), vi preghiamo di pulire immediatamente.

Vi preghiamo di tenere l'appartamento pulito e di lasciarlo pulito alla partenza. Nel caso in cui l'appartamento richieda una pulizia extra alla partenza, addebiterò le spese di pulizia.

SMALTIMENTO RIFIUTI

I rifiuti vengono separati in rifiuti residui e secco (grigio), vetro e metallo (verde), carta (bianco), plastica (sacco giallo) e rifiuti organici (marrone).

È essenziale rispettare questa separazione. In caso contrario, i rifiuti non verranno portati via. Il Comune di San Teodoro impone multe salate per la scorretta separazione dei rifiuti, che devo addebitare a voi.

Troverete i relativi bidoni della spazzatura davanti alla porta della cucina. Per la raccolta dei rifiuti, vi prego di osservare il calendario della raccolta dei rifiuti (attaccato all'interno della porta della cucina, sopra il forno).

Per i rifiuti organici troverete un piccolo bidone sotto il lavello, che può essere utilizzato solo con L'inquilino è responsabile per i danni colposi all'arredamento, alle stanze in affitto o

all'edificio, nonché agli impianti appartenenti alle stanze in affitto o all'edificio. L'inquilino è tenuto a risarcire i danni se e nella misura in cui sono stati causati colpevolmente da lui stesso o dai suoi compagni o visitatori.

Se si utilizzano sacchi per la spazzatura, i sacchi neri per la spazzatura non devono essere utilizzati in nessun caso.

Si prega di utilizzare solo i sacchetti per i rifiuti e i contenitori per i cosmetici nel bagno e di smaltirli chiusi nel bidone dei rifiuti residui.

Non gettare o versare rifiuti, avanzi di cibo, liquidi nocivi o simili nel lavello della cucina, nei bagni, nei lavandini o nelle docce!

Evitate tutto ciò che può causare l'intasamento delle tubature (niente articoli per l'igiene nella toilette).

Vi prego di aiutarmi a garantire uno smaltimento efficace e quindi economico e rispettoso dell'ambiente separando i rifiuti.

RESPONSABILITÀ

In qualità di padrona di casa, non sono responsabile dei vostri oggetti di valore o di quelli dei vostri compagni di viaggio.

Vi fornirò una cassaforte nell'armadio della camera da letto grande.

La cassaforte può essere chiusa con un codice a vostra scelta. Si prega di lasciare la cassaforte aperta quando si parte.

RIPOSO

Per il buon vicinato, vi chiedo di osservare i periodi di riposo come il mezzogiorno, la notte e il riposo domenicale. Per rispetto, la quiete dovrebbe essere mantenuta anche tra le 22.00 e le 7.00 del mattino.

TERRAZZA

La terrazza invita a rilassarsi. Sulla terrazza sono disponibili mobili da giardino.

Quando si lascia l'appartamento, si prega di riporre i cuscini all'interno dell'appartamento sopra il divano. In Sardegna il tempo può cambiare rapidamente.

TV / IMPIANTO STEREO

La TV è collegata a internet.

È possibile collegare l'impianto stereo al telefono cellulare tramite Bluetooth.

L'ID Bluetooth è: B06T3

VIDEOSORVEGLIANZA

L'appartamento è dotato di telecamere all'esterno della terrazza. Comprendo e rispetto la vostra privacy.

Le telecamere servono solo a sorvegliare gli accessi indesiderati all'appartamento e non sono rivolte alla terrazza.

Informazioni dalla A alla Z

ATTIVITÀ

Cosa si può fare nei dintorni di San Teodoro?

Poco distante dal centro città, a metà strada tra San Teodoro e Olbia, si trova Loiri Porto San Paolo, un comune composto da un quartiere sopra le colline e da un villaggio costiero. Da quest'ultimo partono i battelli per l'area marina protetta di Tavolara e Molara: isole stupende che si possono visitare con escursioni organizzate, offrendo la possibilità di arrampicarsi, fare immersioni, snorkeling o semplicemente godersi il paesaggio mozzafiato sotto l'ombrellone. Ci sono anche alcune opzioni per mangiare fuori.

L'isola di Tavolara ha una storia particolare e piuttosto interessante: "l'isola ha un re che non vuole abdicare". Si racconta che nel 1836, quando il re di Sardegna Carlo Alberto di Savoia si trovava di passaggio in questa regione, si presentò agli abitanti come "Re di Sardegna". Subito Giuseppe Bertoleoni, convinto che si trattasse di uno scherzo, rispose: "E io sono il Re di Tavolara!". I documenti relativi a questa conversazione sembrano essere andati perduti, ma ancora oggi è possibile incontrare i discendenti di Giuseppe Bertoleoni sull'isola. Vicino alla spiaggia si trova anche un piccolo cimitero che è possibile visitare.

Più a sud di San Teodoro, a soli 20 minuti di distanza, si trova Posada, un piccolo villaggio sulla costa orientale. Il centro storico è dominato dalle rovine di un antico castello, di cui rimane una torre. La fortezza si chiama "Castello della Fava" e la vista a 360° vale la pena.

Più a sud, si passa per Orosei e poi per Dorgali, dove il villaggio di Cala Gonone è particolarmente noto. Da Cala Gonone partono traghetti e gommoni per le numerose baie e le famose Grotte del bue marino.

Se siete in zona con bambini, vi consigliamo di visitare l'acquario.

L'isola, con le sue numerose possibilità, invita a nuotare, andare in barca, fare kite, stand up paddling (SUP), immergersi, fare snorkeling, fare surf e prendere il sole.

Ai sardi piace ricordare che la Sardegna non è solo spiaggia e mare. Che si tratti di escursioni a piedi, in mountain bike o su strada, tour in moto, arrampicate, canyoning, cultura e natura, gite in città come Cagliari o Alghero e molto altro, l'isola non lascia nulla a desiderare.

Scoprite la vostra Sardegna personale!

AEROPORTO

Il tragitto per l'aeroporto di Olbia è di circa 30 minuti. La distanza è di 29 km.

AUTONOLEGGIO

Sarda Rent (300 m a piedi)	Via Nazionale, 34 San Teodoro SS	Tel. +39 34 96360580 Web: www.sardarent.it
Autonoleggio Tani's Rent	Via Nazionale San Teodoro SS	Tel. +39 34 73712808 Web: www.tanisrent.com
PlanetCar Srl	Via la traversa, 33 San Teodoro SS	Tel. +39 33 49809556 Web: www.autonoleggioplanetcar.com

San Teodoro Autonoleggi Via Sardegna
San Teodoro SS

Tel. +39 34 90039786
Web: www.santeodoroautonoleggi.it

All'aeroporto di Olbia troverete tutte le altre compagnie di autonoleggio più note.

BANCHE E CASSE DI RISPARMIO

Potete pagare ovunque con il vostro bancomat o la vostra carta di credito. Se avete bisogno di contanti, potete utilizzare uno dei numerosi sportelli automatici (Bancomat o ATM). I bancomat si trovano anche nei supermercati.

CLUB / DISCOTECHE / BAR

Ambra Night	Via Cala D'Ambra, 1	San Teodoro SS
Ambra Day	Via Sardegna, 20	San Teodoro SS
Piazza Gallura	Via Toscana, 1	San Teodoro SS
Meet	Via Toscana, 1	San Teodoro SS
Buddha del Mar	Via Toscana, 1	San Teodoro SS
Luna Glam Club	via Kupfer Edgar max	San Teodoro SS
BeachBar La Cinta	La Cinta	San Teodoro SS
MARACUJA Club	Via Marco Polo, 1	Agrustos SS
BRIO Music Bar	Via Marco Polo, 1	Agrustos SS

CURE MEDICHE / CURE DENTISTICHE

Centro di primo soccorso per i vacanzieri

La "Guardia Medica Turistica" è presente in diverse località e di solito è aperta 24 ore su 24 da giugno a settembre. Al di fuori della stagione è necessario chiedere gli orari per telefono. Per le cure o le prescrizioni mediche è previsto un costo di circa 15,00 euro.

Elenco di tutti gli uffici: www.sardegناسalute.it

Medici di emergenza turistica nella regione di Olbia

Budoni:	via Mannironi Tel. +39 0789 552067
Cannigione:	via Normandia Tel. +39 0789 552020
Golfo Aranci:	via Libertà Tel. +39 0789 552075
Olbia:	Struttura Sanitaria San Giovanni di Dio, viale Aldo Moro Tel. +39 0789 552266
Palau:	via degli Achei Tel. +39 0789 552022
Porto San Paolo:	via Nazionale

Tel. +39 0789 552018

San Teodoro:

via Sardegna
Tel. +39 0789 552076

Ci sono diversi dentisti sardi, tra cui il chirurgo orale di lingua tedesca Michael Gnass a San Teodoro.

Elenco di alcuni dentisti: www.yelp.de

Budoni:

Mazza / Gianfranco

Via Nazionale, 119
Tel. +39 0784 844343

San Teodoro:

Dentista Michael Gnass
(deutschsprachig)

Via G.deledda, SN
Tel. +39 0784 866227

Studio Dentistico
Antonella Delogu

P.zza DE Bernardi, 8
Tel. +39 0784 253012

FARMACIE

La farmacia in Italia si chiama farmacia. Di solito si riconoscono per un'insegna luminosa verde a forma di croce.

- Farmacia Monaco Via Sardegna, SN. San Teodoro
Tel. +39 0784 865789
- Farma Ambra Via Cala D'Ambra 26, San Teodoro
Tel. +39 0784 869092
- Parafarmacia Drugstore Via Rockefeller 9, San Teodoro
Tel. +39 0784 866242
- Farmacia SS 125 Orientale Sarda 101, San Teodoro
Tel. +39 0784 865170
- Medda Dottor Alessandro Via della Pietà 49, San Teodoro
Tel. +39 333 614 9810

NUMERI DI EMERGENZA

Numeri di emergenza importanti per la vostra vacanza in Sardegna e in Italia:

I numeri di emergenza possono essere chiamati gratuitamente da qualsiasi telefono o cellulare.

Il numero di emergenza europeo è valido in tutti i Paesi dell'UE: 112.

Questo numero vi porterà a un centro di controllo. Da lì verrà allertata l'organizzazione competente. A seconda della giurisdizione, potrebbe trattarsi della polizia, del servizio di ambulanza o dei vigili del fuoco.

I seguenti numeri di emergenza sono validi in tutta Italia:

- 112 Polizia militare (Carabinieri)
- 113 Polizia
- 115 Vigili del fuoco. Questo numero è particolarmente importante in estate! Se Se notate un incendio, chiamate immediatamente questo numero.

118 Ambulanza
1515 Guardia Forestale (Guardia Forestale)
1530 Guardia Costiera

803116 Assistenza dell'Automobile Club ACI
803803 Servizio di soccorso e traino Europ Assistance, lingua tedesca

È un vantaggio avere a portata di mano qualche frase in italiano, perché purtroppo non tutti i soccorritori parlano altre lingue.

Numero di emergenza generale europeo: 112

Qui verrete innanzitutto indirizzati ai carabinieri più vicini. Questi ultimi, se necessario, vi inoltreranno al centro di soccorso appropriato.

Non riagganciate semplicemente, ma aspettate che l'operatore vi chieda di farlo quando sono disponibili tutte le informazioni necessarie.

SUGGERIMENTO: i numeri di emergenza sono raggiungibili anche con telefoni cellulari senza credito. Se vi trovate in una zona morta con l'operatore di rete attualmente attivo sul vostro cellulare, dovrete provare a collegarvi a un altro operatore di rete.

// trucco: spegnete il cellulare e alla riaccensione digitate il numero di emergenza 112 invece del codice PIN. Il cellulare cercherà automaticamente la rete dell'operatore più forte ed effettuerà la chiamata di emergenza.

Un altro consiglio per i turisti provenienti dalla Germania:

Ricordate il numero di emergenza centrale per le carte di credito o di debito e per i telefoni cellulari: +49 116 116

I fatti più importanti in breve:

- Se la carta di credito è stata smarrita o rubata, è necessario bloccarla.
- Fino a quando la carta non viene bloccata, siete responsabili per un massimo di 50 euro. Sono previste eccezioni in caso di grave negligenza nell'utilizzo della carta. In tal caso la responsabilità può essere totale.
- Le banche non possono addebitare il blocco della Girocard (ex carta EC) o della carta di credito.

Ecco come procedere:

- Per bloccare una carta smarrita o rubata, chiamate il numero di emergenza 116 116, la vostra banca o la società di carte di credito.
- Denunciate lo smarrimento della Girocard anche alla polizia e chiedete di bloccare la carta tramite il sistema Kuno della polizia stessa.
- Controllate regolarmente gli estratti conto bancari. Questo può essere l'unico modo per scoprire se qualcuno sta usando la vostra carta senza autorizzazione.

La chiamata di emergenza per il blocco è disponibile 24 ore su 24 al numero +49 116 116 e al numero +49 30 4050 4050.

OSPEDALE E PRONTO SOCCORSO

Per i casi urgenti o i disturbi più gravi, gli ospedali sono sparsi in tutta la Sardegna. Le assicurazioni sanitarie obbligatorie coprono il costo delle cure durante la vacanza, a condizione che si presenti la tessera assicurativa al medico convenzionato o all'ospedale convenzionato. Il paziente è tenuto a pagare l'eventuale ticket previsto dalla legge italiana.

Elenco di tutti gli ospedali convenzionati: www.sardegna salute.it

Olbia: Ospedale San Giovanni di Dio Tel. +39 0789 552200
via Aldo Moro 07026 Olbia Web: www.asl olbia.it

RISTORANTI

I ristoranti sono numerosi ovunque. In Italia, e ancor più in Sardegna, il cibo è sempre buonissimo. La cucina sarda è simile, ma non uguale a quella nel resto d'Italia.

Sono sempre grato per i suggerimenti su buoni ristoranti che non sono ancora presenti nell'elenco seguente. Aiutatemi ad ampliare l'elenco per i futuri ospiti, magari ci tornerete.

Questi ristoranti sono stati testati da me e sono, a mio parere, da provare:

Retrò Ristorante Pizzeria Olbia	Via Regina Elena 105 Olbia Tel. +39 327 184 5239	Italienisch, Pizza, Meeresfrüchte, Fast Food, Mediterran
La Sartoria del Gusto	Via Dello Zaffiro 17 Olbia Tel. +39 0789 68745	Centro Italia, Sardegna, Sud Italia
Doppio Malto	Via Bambini Di Beslan 36 Olbia Tel. +39 0789 641088	Italiano, americano, pub, steakhouse, bar, barbecue, europeo, pub birreria
12.1	Spiaggia Porto Taverna Porto Taverna Tel. +39 324 896 0340	Italiano, Barbecue, Sardo, Sud Italia
Ristorante Quattro Venti	Via Cala Girgolu 5 Monte Petrosu Tel. +39 0784 835241	Italiano, Pizza, Frutti di mare, Mediterraneo, Europeo, Sardo, Sud Italia
Ambàra Sardinian Lounge	Via Di Li Graniti Monte Petrosu Tel. +39 340 199 1233	Italiano, Sardo, Sud Italia
Il Mangiatutto	Via San Francesco 2 San Teodoro Tel. +39 0784 852023	Italiano, Pizza, Frutti di mare, Mediterraneo
Beachbar La Cinta	Località Spiaggia La Cinta, San Teodoro Tel. +39 331 390 0368	Italiano, Bar, Frutti di mare, cucina sarda e del sud Italia, Internazionale

Il Diamante	Via Cala D'ambra 22 San Teodoro Tel. +39 0784 195 3707	Italiano, Pizza, Sardo, Sud Italia
Simona Griglieria	Via naz. Fraz- Straulas San Teodoro, Straula Tel. +39 392 100 1828	Italiano, Barbecue, Sardo, Sud Italia, Mediterraneo
Ristorante da Silvio	Via Degli Asfodeli 18 San Teodoro Tel. +39 338 714 7875	Italiano, Pizza, Frutti di mare, Mediterraneo, cucina sarda e del sud Italia
La Margherita	Piazza Emilio Lussu 1 San Teodoro Tel. +39 0784 865435	Italiano, Pizza, Frutti di mare, Mediterraneo, cucina sarda e del sud Italia
Ristorante Mama's	Via Pasteur 19 Budoni Tel. +39 0784 842043	Italiano, Frutti di mare, Mediterraneo, cucina sarda e del sud Italia
Pizzeria la suprema	Via Nazionale 238 Budoni Tel. +39 329 185 4230	Italiano, Pizza
Minnannu Wine Bar	Via Nazionale 131 Budoni	Enoteca
La Tavernetta	Loc. Marina di Budoni 1 Budoni Tel. +39 0784 844324	Italiano, Pizza, Frutti di mare, Mediterraneo, cucina sarda e del sud Italia
Ristorante Shardana	Piazza Pineta Sant'Anna 1 Tanaunella, Budoni Tel. +39 334 102 6814	Italiano, Pizza, Frutti di mare, Mediterraneo, Europeo, cucina sarda e del sud Italia
Bar Caffè Nautilus	Via delle Camelie Banchina del Porto Budoni Tel. +39 0784 846310	Italiano, Frutti di mare, Mediterraneo, Europeo, cucina sarda e del sud Italia

TRAGHETTI

Si prega di prestare attenzione all'orario di arrivo al porto indicato dalla compagnia di navigazione.

La distanza dal "Olbia Terminal traghetti", il porto dei traghetti, è di 30 km. Si consiglia di prevedere un tempo di percorrenza di 30 minuti - tramite la Strada Statale 131.

Se si vuole percorrere la costa, attraverso la SS 125 Orientale Sarda, occorrono circa 15 minuti in più.

Per raggiungere il porto di Porto Torres ci vogliono circa 2 ore. La distanza è di 150 km.

LUOGHI DI INTERESSE

L'isola ha innumerevoli attrazioni da offrire. La Sardegna è molto di più delle belle spiagge SABBIOSE e del mare azzurro. Date un'occhiata alla mia top 10 delle attrazioni della Sardegna e scoprite i luoghi più belli e le attrazioni più belle. Grotte e siti storici con una storia emozionante vi aspettano, così come bellissimi centri storici, splendide isole, alte montagne e piscine nascoste!

La Grotta di Nettuno

Una delle tante belle escursioni che si possono fare in Sardegna è la visita alle grotte stalattitiche di Nettuno, la "Grotta di Nettuno", vicino ad Alghero. Questa grotta, decorata da innumerevoli stalattiti e stalagmiti, si trova a Capo Caccia, un'imponente scogliera calcarea nei pressi della città. È possibile raggiungere la grotta di Nettuno in barca dal porto di Alghero o a piedi attraverso la "Escala del Cabirol", una scala scavata nella roccia con ben 654 gradini.

Oltre alle grotte e al suo affascinante centro storico, Alghero ha molto altro da offrire. Baie solitarie, lunghe spiagge sabbiose e imponenti scogliere si alternano e conferiscono a questa fascia costiera un carattere del tutto particolare. Una gita in barca lungo la costa con lo storico veliero Andrea Jensen è d'obbligo!

Suggerimento: Visitare altre attrazioni ad Alghero e dintorni (Sassari)!

Nuraghi - L'emozionante passato della Sardegna

La Sardegna è la terra dei nuraghi, l'isola delle misteriose costruzioni a torre. Sull'isola si trovano più di 7000, forse 8000, resti dell'età del bronzo. I nuraghi sono imponenti difese a forma di cono costruite con grandi massi intricatamente impilati, senza l'uso di cemento. È possibile visitarne un esempio particolarmente bello nella città di Barumini, nel sud della Sardegna: Il Nuraghe Su Nuraxi. L'UNESCO ha iscritto Su Nuraxi nella Lista del Patrimonio Mondiale nel 1997, dichiarandolo il più importante monumento dell'antica civiltà sarda.

Suggerimento: Visitate il vicino Parco Naturale della Giara di Gesturi e, se avete bambini, il parco tematico Sardegna in Miniatura.

La Maddalena - L'isola paradiso della Sardegna

La Maddalena, nel nord-est della Sardegna, è costituita da un gruppo di oltre 60 isole. Le sette più grandi sono La Maddalena, Caprera, Santo Stefano, Spargi, Budelli, Razzoli e Santa Maria. Tra le isole di questa riserva naturale, solo l'isola principale "La Maddalena" è abitata. Conta circa 13.000 abitanti.

L'isola principale, con i suoi numerosi negozi e ristoranti, è una meta di gita di un giorno per molti turisti che la raggiungono con una breve traversata da Palau. Per godere appieno di quest'area affascinante, si consiglia di fare una gita in barca attraverso il fantastico arcipelago di isole. Godetevi i magnifici panorami, ammirate le bizzarre formazioni rocciose, scoprite la natura unica, il mare cristallino, le innumerevoli baie e spiagge.

Suggerimento: prenotate un'escursione in catamarano alle Isole della Maddalena o un tour di snorkeling a Caprera.

Cagliari - La capitale vivibile della Sardegna

Il capoluogo dell'isola, Cagliari, merita una menzione speciale. Passeggiate per le strette vie del centro storico, fate shopping in una delle innumerevoli piccole boutique, gustate il cibo saporito in una trattoria o fate come i Cagliaritari e godetevi uno spuntino in una delle

innumerevoli bancarelle sulla spiaggia cittadina del Poetto. La strada che porta alla spiaggia passa accanto a scintillanti laghi salati dove si possono osservare meravigliosi fenicotteri rosa. E tutto questo nel bel mezzo della città più grande della Sardegna!

Cagliari merita una visita! Il quartiere Castello è la bellissima città alta. Il centro medievale, situato su una collina, è stato a lungo il centro del potere dell'isola. Qui, nella città vecchia, troverete molti edifici pisani, musei e torri cittadine. Intorno alla città vecchia è stata costruita un'imponente cinta muraria.

Suggerimento: prenotate una visita guidata per esplorare la città! Che ne dite di un tour in Segway o di un bel giro in bicicletta attraverso la città e le saline?

Costa Smeralda - La Costa Smeralda della Sardegna

Il cuore della Costa Smeralda è Porto Cervo. Questo splendido luogo del lusso è situato su una costa frastagliata caratterizzata da innumerevoli baie e scogliere. Quando il principe Aga Khan scoprì questa zona negli anni '70, decise di trasformarla in una location esclusiva. Questa regione è frequentata dai VIP di tutto il mondo. Oltre a Porto Cervo, fanno parte della Costa Smeralda anche Poltu Quatu, Porto Rotondo, Cala di Volpe e Liscia di Vacca. Il Porto Vecchio risale agli anni '60 e si trova sul lato sud-est. È la piazza d'armi di innumerevoli yacht di lusso. Il nuovo porto è dotato di infrastrutture turistiche all'avanguardia per il traffico internazionale di yacht. Sia il porto che Capo Ferro, un promontorio alto 46 metri con un faro a nord di Porto Cervo, sono visibili dal mare. Le bellissime spiagge di sabbia bianca di Capriccioli e La Spiaggia del Principe meritano una visita.

Suggerimento: non dimenticate di visitare anche l'incontaminato entroterra di Porto Cervo!

La provincia di Nuoro è una regione molto varia, che a volte dà l'impressione che il tempo si sia fermato. Con un tratto di costa unico che si fonde con l'entroterra in una natura bellissima e incontaminata, qui potrete godervi la vera Sardegna.

Gennargentu | La Sardegna autentica

Dorgali, Oliena, Orgosolo e Ollolai sono solo alcuni degli emozionanti villaggi montani delle aspre montagne del Gennargentu. Questa spettacolare area naturale è il tetto dell'isola ed è ideale per splendide escursioni a piedi. In un'area boschiva vicino a Oliena si trova la più grande fonte d'acqua della Sardegna: Su Gologone, un'impressionante sorgente carsica che sgorga oltre 300 litri d'acqua al secondo. Sfocia nel lago Cedrino, dove è possibile fare kayak in mare. Alle sue spalle si trova la bellissima Valle di Lanaito. Questa grande area escursionistica è dominata dall'enorme massiccio calcareo del Monte Corrasì. Da aprile a ottobre, inoltre, si possono fare diverse belle escursioni, come la visita a Tiscali, alle grotte di Sa Ohe e al villaggio nuragico di Sa Sedda e sos Carros. Un'escursione da non perdere nell'interno della Sardegna è quella a Su Gorropu, un'impressionante gola che si può visitare anche con una guida. Sul margine orientale dei monti del Gennargentu si trova la vivace cittadina costiera di Cala Gonone. Da qui è possibile scoprire la straordinaria costa orientale del Golfo di Orosei in barca. Questa costa variegata è nota anche per le grotte del Bue Marino e per la splendida baia di Cala Luna, raggiungibile in barca dal porto.

Suggerimento: Per saperne di più su tutte le attrazioni interessanti della provincia di Nuoro, leggete qui.

Iglesiente - La sconosciuta Sardegna sud-occidentale

Una zona dell'isola emozionante e piuttosto sconosciuta è la parte sud-occidentale della Sardegna. Una suggestiva strada tortuosa vi conduce attraverso Fluminimaggiore, famosa per le grotte di Su Mannau e il tempio di Antas. Sulla costa si trovano gli ex villaggi minerari di Buggeru, Nebida e Masua. Un percorso panoramico lungo il mare permette di costeggiare miniere abbandonate, scogliere frastagliate e ripide pareti rocciose che si gettano a picco sul mare. Particolarmente bella è la vista dell'isola di Pan di Zucchero, alta 133 metri e caratterizzata da calcare bianco, che si trova al largo della costa. Direttamente adiacente a questa regione si trova il Medio Campidano. Non mancate di visitare le dune più alte d'Europa a Piscinas. Le dune si raggiungono seguendo le indicazioni da Arbus verso l'ex miniera di Ingurtosu. Un fantastico spettacolo naturale è la spiaggia di Scivu. Se vi fermate qui a sud-ovest, vale la pena di attraversare l'isola rocciosa di San Pietro. Il traghetto vi porta da Portovesme o da Calasetta (Sant'Antioco) in mezz'ora al piccolo porto della cittadina di pescatori di Carloforte, l'unico insediamento dell'isola. L'isola è passata in molte mani nel corso degli anni. Prima colonizzata dai fenici e dai romani, fino all'insediamento dei genovesi intorno al 1700. La fondazione della città di Carloforte porta il suo nome in onore del re Carlo Emanuele III di Savoia. Oggi è un luogo conviviale, con molte terrazze e ristoranti in riva al mare, dove il tonno, che viene ancora pescato tradizionalmente qui, viene utilizzato in innumerevoli piatti che si possono gustare solo qui. Per questo motivo, l'Isola di San Pietro è nota anche come Isola del Tonno.

Suggerimento: Non perdetevi di vista le altre attrazioni della regione di Carbonia - Iglesias.

Sinis - Penisola Paradiso della Sardegna

A nord-ovest di Oristano, nell'omonimo golfo, si trova la penisola del Sinis. La regione è ricca di laghi salati, popolati da innumerevoli uccelli acquatici che qui fanno la loro casa. Tra questi, migliaia di fenicotteri rosa. Ai margini della penisola del Sinis si trova la città costiera di San Giovanni di Sinis, un tempo famosa per le sue casette di pescatori costruite con canne e legno. Oggi, purtroppo, ne sono rimaste solo alcune. Alcune sorgono non lontano dal sito archeologico di Tharros.

La fascia costiera della penisola del Sinis è costituita da innumerevoli spiagge; dal vostro asciugamano potrete vedere all'orizzonte l'isola di Mal di Ventre. Una spiaggia molto particolare è la Spiaggia Is Arutas. Questa spiaggia, lunga diversi chilometri, ha una sabbia unica: piccoli grani di quarzo rotondi che brillano in colori che vanno dal rosa al verde chiaro al bianco.

Suggerimento: qui troverete tutte le attrazioni della regione di Oristano.

Tombe dei Giganti - Sardegna misteriosa

I reperti preistorici si trovano in tutta la Sardegna. Oltre alle torri nuragiche, ci sono siti di sepoltura di vari periodi della storia antica da ammirare. Le più grandi sono chiamate anche tombe giganti. In ognuna di queste tombe c'era spazio per diverse sepolture, da cui il nome "Tomba dei Giganti". Oltre a essere un cimitero, il luogo di culto fungeva anche da edificio templare dove venivano compiuti i sacrifici. Nel nord della Sardegna, a circa 4 km a sud di Arzachena, vicino alle Domus de Janas e al nuraghe Albucciu, si trova Coddu Vecchiu, una delle tombe dei giganti più complete e delle più impressionanti testimonianze contemporanee degli Ursardi. Nella stessa regione si trovano la Tomba dei Giganti di Li Lolghi e le ben più antiche tombe a cista in pietra della necropoli di Li Muri.

Dopo tanta cultura, anche il palato non va trascurato. Che ne dite di una visita volante a San Pantaleo? Spettacolari formazioni rocciose caratterizzano l'antico villaggio di pastori, dotato di un'accogliente "piazza". Ancora oggi, San Pantaleo è caratterizzato dai cosiddetti "stazzi": tradizionali cascine e case di campagna in blocchi di granito che in origine venivano utilizzate dai pastori come riparo, stalla o alloggio.

Piscine naturali - Luoghi di balneazione nascosti in Sardegna

Sardegna - Si può fare il bagno solo in mare? No di certo! In Sardegna l'estate è spesso secca per mesi. Il livello dell'acqua delle piscine, dei fiumi e delle cascate può quindi subire forti oscillazioni. Una bellissima piscina di acqua salata si trova a sud-ovest, sulla penisola di Sant'Antioco: Is Praneddas, chiamata anche Arco dei Baci. Questo luogo di balneazione speciale è direttamente sul mare. L'escursione, che prevede un po' di arrampicata, è breve ma ripida, quindi munitevi di scarpe robuste.

A nord, sulle colline di San Teodoro, si trova la piscina di Rio Pitrisconi. Per raggiungere questo luogo di balneazione, bisogna arrampicarsi lungo il letto del fiume con l'aiuto di una guida. Un'escursione molto bella per tutti gli amanti del canyoning sportivo!

Molto suggestiva è la piscina naturale Sa Stiddiosa, appena fuori dal piccolo villaggio di Seulo, nell'interno della Sardegna. Si raggiunge la piscina attraverso un avventuroso sentiero escursionistico nel bosco. Gli ultimi 20 minuti di questo percorso sono molto ripidi, ma con un buon paio di scarpe si può fare questo viaggio senza problemi. In fondo troverete una vera meraviglia della natura!

SPIAGGE

La parte orientale della Sardegna è molto varia e qui le spiagge sono al pari di quelle da sogno del nord della Sardegna. Nei dintorni di Orosei troverete innumerevoli e lunghe spiagge di sabbia bianca, molto adatte anche ai bambini. Bellissimi esempi sono le spiagge di Cala Liberotto e Cala Ginepro. La costa di Cala Gonone, appena a nord di Arbatax, è unica. Questa fascia costiera è caratterizzata da alte scogliere e innumerevoli piccole baie, spesso costituite da un misto di ghiaia e sabbia e da acque cristalline. Non dimenticate le scarpe da bagno. Vi consigliamo di noleggiare una barca in loco o di fare una mini-crociera verso le baie più belle del Golfo di Orosei, scoprirete spiagge fantastiche. Naturalmente, potrete anche nuotare e/o fare snorkeling lungo il percorso.

Da Cala Gonone si può navigare lungo la costa attraverso le grotte del Bue Marino verso la famosa baia di Cala Luna. Altre tappe obbligate sono Cala Sisine, Cala Mariolu e naturalmente Cala Golorizè. Per gli esploratori più avventurosi, ci sono molti sentieri per raggiungere queste baie. Spesso queste escursioni attraverso le montagne sono impegnative a causa dei grandi dislivelli, ma se siete un po' sportivi, questi percorsi valgono sicuramente la pena!

È impossibile descrivere tutte le spiagge. Per questo motivo ve ne offro qui una piccola selezione speciale.

Di fronte a San Teodoro c'è una bellissima e lunga spiaggia sabbiosa che ha reso l'ex piccolo villaggio di pescatori una meta per molti turisti.

Dal vicino centro del paese è possibile raggiungere la spiaggia più bella e più grande, La Cinta, caratterizzata da sabbia bianca e fine e da un fondale basso. Qui l'acqua è abbastanza calda da poter nuotare per ore. La spiaggia è particolarmente adatta ai bambini, ma offre

anche molte opportunità per i più giovani, così come sport acquatici o passeggiate al tramonto.

La spiaggia, lunga 3 km, è circondata da dune e dalla Macchia Mediterranea, il mare è di un blu intenso e cristallino, l'acqua diventa più profonda solo lentamente.

I servizi includono bar, ristoranti, zona kite, windsurf, noleggio di lettini e ombrelloni, noleggio di canoe, pedalò e gommoni.

La spiaggia di Porto Taverna si trova a pochi chilometri da San Teodoro e Porto San Paolo. La spiaggia incanta per la sua sabbia bianca, il mare cristallino e azzurro e la splendida vista sull'Isola di Tavolara.

I servizi offerti: ristorante con vista sul mare "La Tavernetta", beach bar "Tavernetta Beach", noleggio sdraio, scuola di windsurf, noleggio canoe, kayak, SUP e gommoni.

La spiaggia di Cala Girgolu o Sassi Piatti (per via delle formazioni granitiche modellate dal vento e dal tempo) si trova subito dopo la spiaggia di Porto Taverna. Cala Girgolu è famosa per la roccia a forma di tartaruga, distrutta anni fa dai vandali, e per le sue piccole insenature. La sabbia è fine e l'acqua cristallina.

I servizi offerti: noleggio di lettini e ombrelloni, noleggio di pedalò, canoe e gommoni.

La spiaggia di Cala Brandinchi si trova a pochi minuti di auto da San Teodoro. Viene spesso paragonata all'isola polinesiana di "Tahiti". Cala Brandinchi è una spiaggia paradisiaca con sabbia fine, un fondale basso e una pineta che offre ombra in estate. Sullo sfondo sorge l'isola di Tavolara.

Servizi: bar, noleggio lettini e ombrelloni, noleggio canoe, pedalò e gommoni.

La spiaggia di Lu Impostu si trova a pochi minuti di auto da San Teodoro e dalla "spiaggia gemella" di Cala Brandinchi. Sabbia fine, acqua cristallina, fondali bassi e macchia mediterranea caratterizzano questa spiaggia e quella gemella di Cala Brandinchi.

Servizi: bar, noleggio lettini e ombrelloni, noleggio canoe, pedalò e gommoni.

La spiaggia di Capo Coda Cavallo si trova nel parco marino di Tavolara. Da Capo Coda Cavallo si può ammirare l'intero parco marino. Capo Coda Cavallo, con il suo fondale basso, è riparato dal vento e la spiaggia è di sabbia fine.

Servizi: noleggio lettini e ombrelloni, noleggio canoe, pedalò e gommoni.

La spiaggia di Porto Istana si trova a pochi minuti di auto da San Teodoro. La sabbia bianca è fine, il mare cristallino e la profondità dell'acqua è adatta a tutti. Porto Istana si trova vicino a Capo Ceraso. Capo Ceraso è una meta balneare molto apprezzata dagli abitanti di Olbia grazie alle sue piccole baie riparate dal vento.

Servizi: bar, ristoranti, vela, windsurf, noleggio sdraio e ombrelloni, noleggio canoe, pedalò e gommoni.

SUPERMERCATI

A differenza della Germania, in Sardegna non è un problema fare la spesa la domenica. La maggior parte dei centri commerciali e dei supermercati sono aperti la domenica in Sardegna.

C'è un supermercato piccolo ma ben fornito, MD S.p.A., a 1 km di distanza. Il "MD S.p.A" si trova nel quartiere di Straulas. Quando si scende sulla strada principale, si gira a destra in direzione Budoni.

Di fronte al supermercato si trova una buona macelleria che vende prodotti agricoli regionali.

Altri supermercati si trovano a San Teodoro, Budoni o Olbia.

- Eurospin Budoni: Strada Statale 125, Ponte.
- Eurospin San Teodoro: Via Sardegna, San Teodoro

A Olbia-Tempio, cioè vicino all'aeroporto, c'è un market LIDL. È pratico, perché qui si possono acquistare carta igienica, acqua, pane, detersivo e altri prodotti di prima necessità a un prezzo ragionevole.

- LIDL in Olbia: Via degli Astronauti 2, Olbia.

Anche se il vino è in offerta nel discount, è disponibile anche in tutti gli altri supermercati. Ed è di qualità migliore. I discount economici come LD Market, Eurospin o LIDL non hanno vini locali. I vini buoni sono disponibili nei normali supermercati o nelle enoteche prezzi leggermente più alti, ma di qualità decisamente migliore.