

LAZIO – CASTELLI ROMANI E ROMA - GIUGNO 2021

Partecipanti: Patrizio e Tamara

Il nostro itinerario:

GAETA - FORMIA

SPERLONGA

TERRACINA

ABBAZIA DI FOSSANOVA

SERMONETA

ABBAZIA DI VALVISCIOLO

BASSIANO

PARCO DEI CASTELLI ROMANI

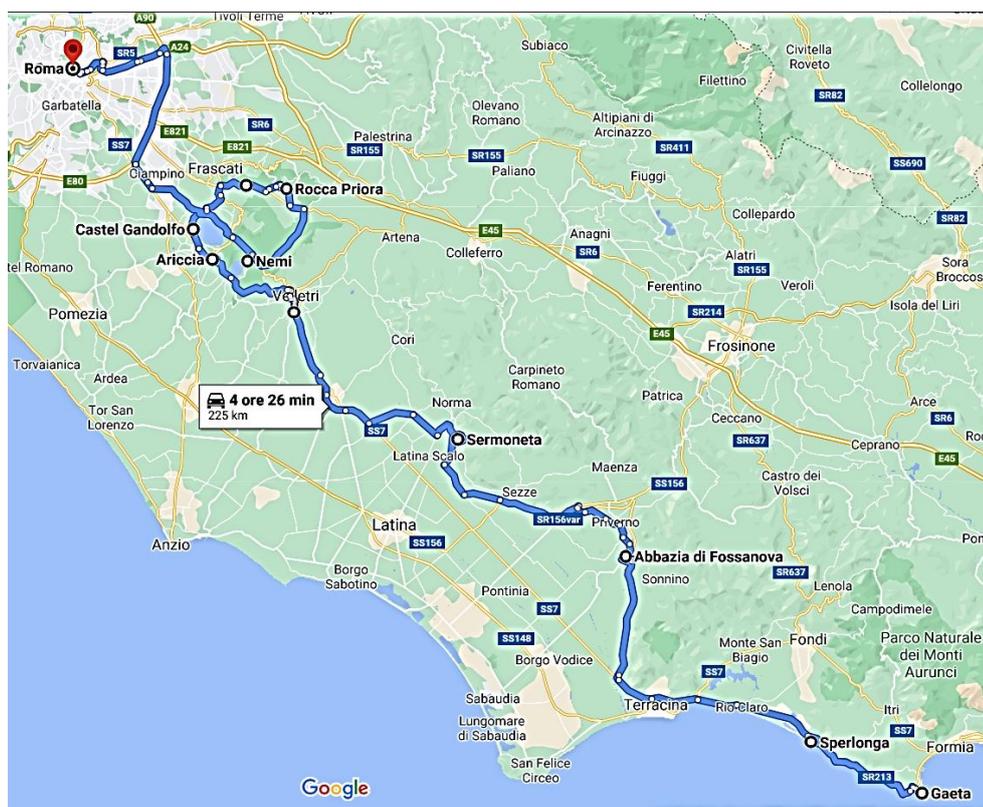
(VELLETRI, ARICCIA,

CASTELGANDOLFO, MARINO,

FRASCATI, ROCCAPRIORA,

NEMI...)

ROMA



VENERDI' 11 GIUGNO

Partenza da S. Stino di Livenza (VE) ore 13.20, arrivo a Gaeta alle 22.45, passando per la strada Romea.

Area di sosta Quirino – Via Flacca, km 21,700 – 04024 Gaeta LT

Piccola, accogliente, i gestori Bruno e Luciana, sono molto gentili e disponibili. Dotata di docce calde a gettoni (0,50 cent) bagni, lavatrice e lavelli per posate, no wi-fi. Comodissima per il mare (che si trova di fronte, con spiaggia libera e strutture a pagamento) è dotata di circa 24 piazzole.



SABATO 12 GIUGNO

Ci svegliamo dopo aver passato una notte tranquilla (a parte il gracciare delle rane nel rigagnolo adiacente alle nostre piazzole).

È una splendida giornata di sole e, dopo aver fatto colazione, con il nostro scooter ci dirigiamo verso il centro di **FORMIA**.

Il mare è calmo di un colore azzurro incredibile, si vede benissimo tutta la costa. Ci fermiamo per vedere la chiesa in centro dedicata a S. Battista e poi facciamo tappa nel mercato settimanale poco più avanti. Ci sono un sacco di bancarelle che vendono vestiti (soprattutto da donna) a buon mercato, estivi e colorati





e ne approfitto per acquistarne alcuni da indossare già in questo viaggio. Passiamo anche davanti alla **tomba di Cicerone** (foto pagina 1).

Ci dirigiamo verso il centro di **GAETA**, passando accanto alla **chiesa di S. Giuseppe**, senza potervi entrare in quanto è chiusa. Ci dicono che nei tempi passati è stata spesso allagata a causa delle forti mareggiate, e quindi il pavimento è stato riadattato.



Saliamo fino alla **chiesa di S. Francesco**, una delle più belle della città (foto). Peccato che sia chiusa e soprattutto tutto intorno sia poco curata, con

l'erba alta e i cespugli incolti ovunque. Da qui il panorama è comunque mozzafiato e permette di vedere tutto il **Golfo di Gaeta**. La sua costruzione è avvenuta in onore di S. Francesco, che soggiornò proprio a Gaeta intorno al 1222. Di fronte alla chiesa si trova la Statua della Religione, raffigurata come una donna che tiene in mano una grande croce.

Raggiungiamo solo all'esterno il **Castello Angioino- Aragonese**, uno dei simboli della città, situato in alto di della città, oggi sede della Caserma della Guardia di Finanza.

È ormai ora di pranzo e ci fermiamo nella "**Pizzeria al Porto**", in Via Bausa 40, affacciata sul porto nel centro di Gaeta.

È uno dei posti più caratteristici dove è possibile mangiare la specialità di Gaeta, la **TIELLA**. Ci sediamo in uno dei tavolini fuori, all'ombra, e ordiniamo alcuni pezzi di Tiella: (al polipo, alle alici, con scarola e zucchine...ne hanno di tutti i tipi e sono tutte buonissime da provare!)

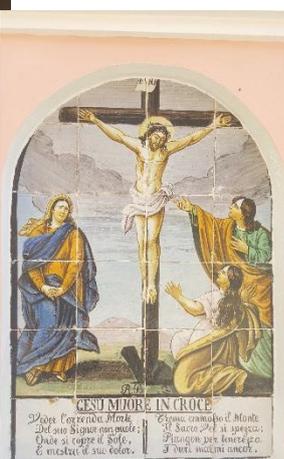


Dopo pranzo ci dirigiamo verso il Monte Orlando, dove sulle fenditure si trova una delle più belle attrazioni di Gaeta: la **Grotta del Turco**.

Aprire alle ore 15, ma in realtà l'ingresso è libero ed è possibile scendere gli scalini solo nella prima parte alta, senza scendere fino in basso.

Da qui è possibile ammirare gli splendidi riflessi verdi e turchesi della Grotta!

Accanto all'entrata della Grotta si trova il **Santuario della SS Trinità, o della Montagna Spaccata**, così denominata in quanto si narra che le fenditure del monte si formarono durante il terremoto che colpì tutta la terra nel momento della morte di Gesù.



È un percorso suggestivo, si passa attraverso una Via Crucis le cui stazioni sono costituite da quadri con piastrelle in maiolica (di Raimondo Bruno 1849) con i versi del poeta Metastasio (foto a sinistra).



Attraverso la scalinata è possibile raggiungere la **Cappella del Crocifisso** del XIV secolo, costruita proprio sopra un enorme masso incastrato nella fenditura.



Appena fuori della Cappella c'è il **giaciglio di S. Filippo Neri**, dove cioè il Santo era solito riposare.



“**mano del Turco**”, una mano impressa nella roccia, che, secondo la leggenda, venne impressa da un turco che volle verificare se il luogo fosse davvero miracoloso: appena toccò la roccia, essa si fuse come lava lasciando appunto l'impronta della mano (foto a destra).

Una particolarità del percorso è la cosiddetta



Con lo scooter siamo saliti fino al Mausoleo di Planco del 22 a.C. ...niente di speciale ma dall'alto la vista è spettacolare.

Soprattutto ci è piaciuta la **statua di Maria Ausiliatrice**, enorme, che guarda verso il Golfo, meta di numerosi pellegrini.



Infine, prima di scendere definitivamente, ci siamo fermati a gustare un caffè nel bar accanto al Santuario della SS. Trinità, per poter sederci nella terrazza che si affaccia direttamente sul Golfo e dalla quale è possibile ammirare un panorama davvero unico.

Stanchi siamo rientrati in camper per prendere l'occorrente e ci siamo diretti a piedi nella spiaggia davanti all'Area di sosta. Una giornata bellissima, e l'acqua di Gaeta è davvero limpida. Abbiamo trascorso così alcune ore davvero rilassanti e piacevoli.

Dopo cena decidiamo di farci un giro a Gaeta: il centro è pieno di gente, la città illuminata è davvero molto bella. Ci facciamo una passeggiata sul lungomare.

DOMENICA 13 GIUGNO

Partenza verso **SPERLONGA**. Appena passato il tunnel Tiberio, a sinistra, ci fermiamo all'ingresso del sentiero che sovrasta la **VILLA DI TIBERIO**.

Dall'alto è possibile ammirarla e osservare il sito archeologico nella sua interezza, visto che non è possibile visitarlo.

Da questo punto panoramico si vedono tutte le spiagge, quelle di Sperlonga e quelle di Terracina.





Percorriamo la strada costiera fino a **SPERLONGA** e visitiamo il centro storico, accogliente e ordinato, con le sue case bianche, i vicoli stretti e le calli adiacenti con degli scorci sul mare davvero bellissimi.



Ci fermiamo per un caffè in uno dei bar del centro, mentre ammiriamo le splendide bouganville, quasi ovunque arrampicate sui muri delle case.

Decidiamo di partire verso **TERRACINA**, percorrendo la strada costiera, dove è possibile ammirare le splendide spiagge attrezzate ed alcuni negozi del centro che si affacciano sulla strada principale.

Raggiungiamo Terracina fino al centro storico, situato sul livello più alto della città, dove si riscontrano testimonianze antiche che risalgono al tempo della dominazione romana fino al periodo medievale.

Nella Piazza del Municipio spicca sicuramente l'antica **Cattedrale di S. Cesareo**, conosciuta come il Duomo di Terracina, elevata su una gradinata di circa 30 gradini. All'interno stanno celebrando 3 battesimi, c'è un'aria di festa, con tanti bambini e famiglie.

Facciamo una passeggiata intorno alla parte storica della città, peccato che non sia molto curata. I vicoli sono spogli, camminiamo sopra le mura medievali, sporche e trasandate.



È ora di pranzo e ci dirigiamo al **Centro Ittico da Ernesto** (Piazzale Aldo Moro), situato di fronte alla spiaggia. Propone piatti a base di pesce a prezzi contenuti, confortevole e conviviale, con spazi esterni e una terrazza al primo piano. C'è una lunga fila in quanto funziona con il self-service, ma ne vale la pena in quanto i piatti sono abbondanti, la frittura ottima, e con buona scelta.

Abbiamo percorso tutto il lungomare di Terracina, con spiagge libere alternata a quelle attrezzate, mentre ovunque c'erano macchine parcheggiate.



Torniamo verso il centro di Sperlonga dove ci gustiamo un ottimo gelato.



Decidiamo di percorrere una strada davvero panoramica, la “**Strada Maiana Sperlonga-Itri**”.

Dallo svincolo di Sperlonga direzione Itri, la strada si inerpica nell’entroterra roccioso e ricco di vegetazione. Le vedute panoramiche sono incredibili, ed è possibile immergersi in tutta la natura circostante per un percorso di circa 30 minuti che si conclude vicino alla nostra Area si sosta.

Sono solo le 16.30 e per noi c’è ancora il tempo per un rilassante bagno in spiaggia. Passiamo qualche ora di relax stesi al sole prima di prepararci per la cena.

Dopo cena torniamo a Sperlonga, un giro di sera, nell’ora del tramonto e tutto ha un colore diverso, un’atmosfera speciale. Sperlonga con le sue luci accese, davvero è incantevole, facciamo un giro fino alla Torre, partendo dal punto più alto della città fino a scendere attraversando i vicoli stretti con i tanti scalini. Ci gustiamo un buon gelato ammirando il mare.



LUNEDI’ 14 GIUGNO

Partiamo verso **l’Abbazia di Fossanova**, che si trova a Priverno, a circa 50 minuti da Gaeta.

Aperta al pubblico, è un complesso perfettamente conservato, tra i più antichi esempi di arte gotica-cistercense in Italia.

L’interno è piuttosto spoglio, ma si respira un’aria di silenzio e preghiera.

Bellissimo il chiostro, con sovrastanti i dormitori dei monaci, suggestivi il vasto refettorio e la sala capitolare.



Tutto il complesso è molto ordinato, inserito nell’ambiente circostante, con l’infermeria e altri locali.

Al secondo piano, nell’edificio adiacente, è possibile visitare anche la cella dove nel 1274 morì san Tommaso d’Aquino, ora trasformata in Cappella.





Ci dirigiamo verso **Sermoneta** (circa mezz'ora dall'Abbazia) uno dei borghi più belli d'Italia, dove il tempo sembra davvero essersi fermato. Si trova nella Pianura Pontina, vicino ai Monti Lepini, da cui è possibile ammirare tutto il paesaggio circostante.

Splendido è proprio il borgo, con le sue vie molto curate, pulite, ogni angolo meriterebbe una foto.

I negozi sono molto carini e curati, bello il **Castello Caetani**,

pur troppo visitabile solo il sabato e la domenica (con prenotazione) e risalente al XII secolo.

Interessante è anche la **Loggia dei Mercanti** (un tempo ospitava il Consiglio cittadino) é famosa perché al suo interno sono state girare alcune scene del film *"Non ci resta che piangere"* con Troisi.



Dopo il pranzo proseguiamo verso **l'Abbazia di Valvisciolo** a 10 minuti da Sermoneta.

Un piccolo gioiello poco conosciuto, un luogo di preghiera situato nell'omonima Valle, gestito dai monaci cistercensi.

La chiesa con tre navate, ha al suo interno la

Cappella di S. Lorenzo, con degli affreschi singolari.

Interessante il museo dell'Abbazia, dove troviamo il signor Guglielmo che, non solo ha donato gran parte dei suoi quadri alla collezione presente, ma che con passione e competenza, ci illustra alcune delle opere più significative presenti.



Decidiamo di procedere verso **Bassiano**, borgo medievale in provincia di Latina, immerso nei boschi, raggiungibile attraverso una strada panoramica. Le sue mura sono ben conservate a struttura a spirale; alcuni vicoli sono molto carini, ma è un peccato che sia tutto poco curato, non ci siano negozi o bar nel centro storico. Ci ha un po' delusi e a nostro avviso basterebbe poco per valorizzarlo, aggiungendo per esempio qualche pianta o fiore in più lungo le vie, e curando di più le strade.



Raggiungiamo in meno di un'oretta **Ariccia dove sostiamo nel parcheggio Bernini**, che si trova proprio sotto il ponte della città. Avevamo letto che era chiuso, in realtà è accessibile solo in parte e gratuito. Riusciamo a parcheggiare il camper con qualche difficoltà, tra le macchine già parcheggiate, a causa dei rami degli alberi.

Il parcheggio è molto comodo per visitare Ariccia (con ascensore che porta al centro) ma anche gli altri Borghi dei Castelli Romani. È illuminato e tutto sommato silenzioso.



Ceniamo in una delle fraschette del centro di Ariccia, il **Brigante Gasperone**, in una bella atmosfera, conviviale.

Il servizio è buono, ci portano diversi antipasti e due primi.

Tutto abbondante e buono, tanto che non riusciamo a mangiare tutto e ci facciamo mettere da parte i due dolci da mangiare per colazione il giorno successivo.

Facciamo l'ultimo giro in scooter per la città e torniamo in camper per la notte.



MARTEDI' 15 GIUGNO



La notte trascorsa nell'Area di sosta di Ariccia è stata forse la più tranquilla finora, silenziosa oltre le nostre aspettative. Ci mangiamo per colazione i dolci presi ieri sera nella Fraschetta... sono davvero incredibili con il caffè caldo del mattino (la sbriciolata con nutella che buona!).

Comincia da oggi la nostra piccola avventura verso i borghi dei **CASTELLI ROMANI**.

Con il nostro scooter partiamo verso **ALBANO LAZIALE**, si trova a 5 minuti dalla nostra Area. Sulla sinistra, proprio sotto la strada trafficata di Via Appia Nuova, si può vedere la chiesa di **S. Maria della Stella**, dove all'esterno nella bianca facciata è visibile una Madonna ritenuta miracolosa. Si racconta infatti che una sera un carrettiere ubriaco e

miscredente le abbia lanciato contro una pietra, e che si sia prodigiosamente incastrata sul muro (ben visibile) deviando la traiettoria rispetto all'immagine mariana.

Accanto alla Chiesa c'è la celebre **TOMBA DEGLI ORAZI E CURAZI**, situate dirimpetto l'una dall'altra (foto a destra).



La città in scooter si visita velocemente e, tra le chiese da segnalare, merita senza dubbio, il **Santuario di Santa Maria della Rotonda**, dove si trova la sacra immagine di Maria, portata da alcune monache greche nel 768 per sfuggire alle persecuzioni.

È uno dei luoghi di maggiore devozione della città di Albano.



Ci dirigiamo verso **CASTELGANDOLFO**, città conosciuta soprattutto per essere la residenza estiva dei pontefici. Purtroppo il Palazzo Pontificio non è visitabile e nessuno sa dirci quando è possibile eventualmente prenotare la visita. Non ci sono avvisi e proviamo anche on-line ma non c'è verso!

Lo stesso per Villa Barberini. Siamo piuttosto dispiaciuti ma ce ne facciamo una ragione e proseguiamo la nostra passeggiata per la via principale pedonale dove si trovano i tavolini dei locali adiacenti.

Da questa città si gode di una vista panoramica bellissima, in quanto si vede tutto il LAGO ALBANO. È una splendida giornata di sole.



Continuiamo il nostro itinerario verso **Marino**, in poco più di un quarto d'ora siamo nella piazza Matteotti, dove è collocata la **Fontana dei Mori**, del 1632, per celebrare la vittoria nella Battaglia di Lepanto. Molto imponente è anche la **Basilica di S. Barnaba Apostolo**, patrono della città, che si affaccia sulla stessa piazza. Ci mangiamo delle ottime focacce acquistate al Forno Frezza (proprio adiacente) mentre siamo seduti in Piazza. Il tempo per un breve giro, qualche foto e... partenza verso Nemi.



La strada è molto panoramica, in mezzo ai boschi, e ogni tanto si vedono dei ristoranti incredibili.

NEMI a 520 mt di altezza, è indubbiamente uno dei borghi più belli, situata su uno sperone proteso verso il lago omonimo da cui si gode di una vista unica. La città è nota in quanto si narra che la dea Diana si specchiasse nel suo lago. Ma Nemi, è nota soprattutto per le sue deliziose fragoline:

lungo il viale pedonale ci sono negozi e botteghe che vendono i cestini, i succhi, i liquori... tutti al gusto di fragola. Arriviamo fino alla piazzetta del Borgo e proseguiamo la nostra passeggiata tra i vicoli più alti, per completare la nostra visita. ➡

Una bella mattinata, trascorsa in mezzo ai Borghi dei Castelli Romani.



Rientrando verso il camper ci fermiamo alla **Fraschetta DAR VIGNAROLO** e ordiniamo degli spaghetti alla carbonara per asporto insieme a dei dolci: tutto eccezionale a prezzi estremamente economici! **CONSIGLIATISSIMO!** Ne approfittiamo per mangiare di gusto e con calma e poi... un piccolo riposino pomeridiano che ci sta tutto! 😊



Nel tardo pomeriggio continuiamo il nostro percorso verso **Velletri** (passando per **Genzano di Roma**, con la sua bella chiesa della SS. Trinità).

Arriviamo a Velletri, passando davanti a **PORTA NAPOLETANA**, imponente costruzione con due massicci torrioni laterali di forma circolare. Su uno dei due è ancora

ben visibile la scritta "*si paga gabella*" ad indicare la funzione di barriera doganale svolta in epoca rinascimentale.

La chiesa che però volevamo andare a visitare è sempre stata quella di **S. Clemente**. Non solo è la cattedrale, ma rappresenta il luogo principale di culto della città.

All'interno si trova l'**icona della Madonna delle Grazie**, inserita in una Cappella laterale sulla navata sinistra, a lei dedicata. Delle origini della sacra immagine si hanno poche tracce, tuttavia è molto venerata, in particolare da quando nel 1807, si disse che avesse scampato dal pericolo del terremoto gli abitanti della zona. Velletri è piuttosto caotica e affollata.



Proseguiamo verso **ROCCA DI PAPA**, fino alla **chiesa di Santa Maria Assunta**.

Hanno appena finito di celebrare la S. Messa.

Con lo scooter raggiungiamo la Fortezza Pontificia, detta anche degli Annibaldi, che si trova nella parte più alta del borgo (753 mt).

Dal 2011 è divenuta sito archeologico, ma in questo periodo è chiusa.

Tuttavia dall'alto si gode di un panorama dei Colli Albani davvero incredibile.

Rientriamo ad Ariccia e ceniamo alla **fraschetta di Sora Ines**, situata sempre nella Via Borgo S. Rocco. Anche questa sera non rimaniamo delusi, il servizio veloce e il menù abbondante e buono.



Ordiniamo solo degli antipasti (buoni!), mentre i dolci andiamo a prenderli ancora alla **fraschetta DAR VIGNAROLO**: ci ordiamo per asporto la torta sbriciolata alla nutella, sicuramente da mangiare il giorno dopo a colazione. I titolari sono tutti giovani, estremamente gentili e disponibili. Locale che ci sentiamo di consigliare assolutamente!

MERCOLEDI' 16 GIUGNO

Continua il nostro tour verso il Parco dei Castelli Romani. Questa volta la nostra prima tappa è **GROTTAFERRATA**.



Una delle perle del paese è senza dubbio l'**Abbazia di San Nilo**, fondata nel 1004 da S. Nilo da Rossano, ossia circa 50 anni prima dello Scisma che portò alla separazione delle Chiese di Roma e Costantinopoli.

Racchiusa da una rocca muraria, munita di torri, la chiesa è davvero bellissima, affiancata da un campanile in stile romanico.

La facciata della chiesa presenta un enorme rosone, mentre all'interno spicca uno stile con rivestimenti barocchi (inizialmente lo stile era romanico).

Al centro della chiesa si trova l'antichissima **icona di Maria SS. Madre di Dio**, con il bambino.

Si tratta di un'Abbazia Greca, uno degli ultimi Monasteri Bizantini diffusi nell'Italia meridionale, e le scritte nei decori ne sono una testimonianza.

Anche l'arco trionfale che divide la navata centrale dal presbiterio è decorato da mosaici medievali (la Pentecoste con gli Apostoli).

Davvero stupenda anche la cappella che si trova nella navata a destra (foto accanto).



Dopo aver visitato l'Abbazia (ingresso gratuito) hanno cominciato ad arrivare alcune macchine con persone molto eleganti: stavano per celebrare un matrimonio proprio nella Chiesa.

Abbiamo subito pensato *“giusto in tempo la nostra bella visita, in tutta tranquillità e nel silenzio del luogo”*.



mentre tra le ville che si possono ammirare (quasi tutte all'esterno) ci sono: VILLA FALCONIERI, VILLA MONDRAGONE.

Ci portiamo verso il centro della città a visitare il **Duomo di S. Pietro**, del XVI secolo.

Uscendo ci fermiamo a bere un caffè nella **PASTICCERIA EDEN**,



un vero gioiello non solo per le sue dolcezze, ma anche per come sono presentate nelle vetrine, sembrano piccole opere d'arte.



Proseguiamo il nostro percorso verso **FRASCATI**.

Il nome deriva da “case fresche” in quanto gli abitanti furono costretti a rifugiarsi in questo luogo, dopo la distruzione di Tusculum.

Appena arriviamo notiamo **VILLA ALDOBRANDINI**, una delle più note che domina la collina della città.

Accanto si estende il parco comunale,



Il nostro giro continua in scooter per le vie di Frascati fino a raggiungere la **chiesa dei Cappuccini**, molto semplice, ma per raggiungerla è necessario percorrere una ripida salita.



Nel pomeriggio terminiamo la nostra visita nei Borghi dei Castelli Romani, tutti a pochi km l'uno dall'altro.

Cominciamo da **MONTE PORZIO CATONE**,

con la sua bella Chiesa dedicata a S. Gregorio Magno (a destra).



Successivamente ci spostiamo prima a **MONTECOMPATRI** e poi a **ROCCA PRIORA**.

Si tratta di Borghi arroccati sopra le colline da cui è possibile vedere tutto il panorama intorno, bellissimo, tra boschi e piccole alture.

Prima di rientrare in camper, ci fermiamo ancora una volta a **Nemi**, dato che si trova nel percorso per tornare ad Ariccia, ed è sicuramente tra i Borghi che abbiamo preferito visitare in questi giorni.

Ultima sera ad Ariccia, decidiamo di provare l'ultima fraschetta e andiamo da **AL PARCO DA LULU'**.

Scelta azzeccata in quanto tra tutte quelle provate i giorni scorsi, a nostro avviso, è quella che presenta davvero ottima qualità, cura nella preparazione dei piatti e il personale è disponibile e gentile.

Offrono antipasti freddi e caldi, dei primi incredibili... e i dolci? Tutto davvero ottimo.



CONSIDERAZIONI: Dopo due giorni passati all'interno del Parco dei Castelli Romani, consideriamo CASTELGANDOLFO, NEMI, GROTTAFERRATA e FRASCATI, le città più interessanti.

Ariccia è stata per noi fonte di deliziose abbuffate, grazie alle sue uniche fraschette; gli altri Borghi sono incorniciati all'interno di colline, boschi e laghi che li rendono preziosi dal punto di vista panoramico, anche se non tutti, a nostro avviso, sono ben valorizzati e curati.

GIOVEDÌ 17 GIUGNO

Partenza per ROMA – AREA DI SOSTA LGP – Via Casilina 700.

Si tratta di un'ampia area ben attrezzata, pianeggiante con fondo erboso. Dotata di tutti i servizi compreso il wi fi. Ci siamo trovati molto bene.



ABBIAMO VISITATO ROMA

DA GIOVEDÌ 17 A LUNEDÌ 21 GIUGNO.

Per quanto riguarda la visita di Roma, preferiamo non soffermarci sui dettagli dei monumenti in quanto si trovano in tutte le guide, mappe e sui siti internet.

Roma rimane la città eterna, meravigliosa, con i suoi monumenti unici al mondo, le sue chiese maestose, il clima caotico ma simpatico delle persone che incontri. Roma è unica! 😊



Possiamo però fare alcune considerazioni che speriamo possano tornare utili:

Visitarla con lo scooter è l'ideale in quanto il traffico e i semafori sono notevoli, i sensi unici spesso ti fanno deviare in strade che non conosci.

Per non parlare del problema dei parcheggi, quasi introvabili.



Abbiamo visitato i **Giardini Vaticani** (a nostro avviso 2 ore interessanti per le spiegazioni della guida, ma forse un po' meno per quanto riguarda l'ambiente). Meglio direttamente la visita ai **MUSEI VATICANI**, noi abbiamo prenotato la visita on-line (73 € per 2 biglietti

compresi di visita ai Giardini con guida e Musei Vaticani). Sono un patrimonio unico, da vedere almeno una volta nella vita. Splendide le opere ma anche le stanze e i corridoi che le ospitano. 😊





Domenica mattina è possibile

andare a **Porta Portese** dove ci sono i mercatini, vendono davvero di tutto, consigliamo un giro a chi ne ha la possibilità. E si possono fare anche dei buoni affari con cose davvero introvabili, usate e nuove!

Sempre nella zona Trastevere da vedere è senza dubbio la **Basilica di S. Maria in Trastevere**, nel cuore dell'omonimo rione.

(Nel 38 a.C. sgorgò una bolla d'olio, interpretata come un segno premonitore della venuta del Messia. Sul presbiterio è ancora visibile, l'iscrizione "*fons olei*", ove sarebbe avvenuto questo evento.)



Altra particolarità da non perdere il **FONTANONE DEL GIANICOLO**, fino ad arrivare a **Piazza Garibaldi**, da cui si può godere di una vista spettacolare di Roma.

Molto bello per noi la passeggiata nell'**Isola Tiberina**, collegata alle due rive del Tevere dal Ponte Cestio e dal Ponte

Fabricio, che risale al 62 a.C. ed è l'attraversamento in pietra più antico della città, lunga circa 300 metri e larga 90 metri. L'Isola è legata alla Storia e alle leggende millenarie, che evocano anche incognite e misteri.



Per quanto riguarda il **PANTHEON**, situato nel cuore di Roma, ricordarsi che per poter entrare è necessaria la prenotazione on-line nel fine settimana. Anche se non c'è coda, non è possibile entrare senza tale prenotazione.

Secondo noi sono ottime le trattorie che si trovano nella via laterale al Pantheon (Via dei Pastini), offrono menù tipici locali a prezzi convenienti. Sono molto caratteristiche e si mangia molto bene.

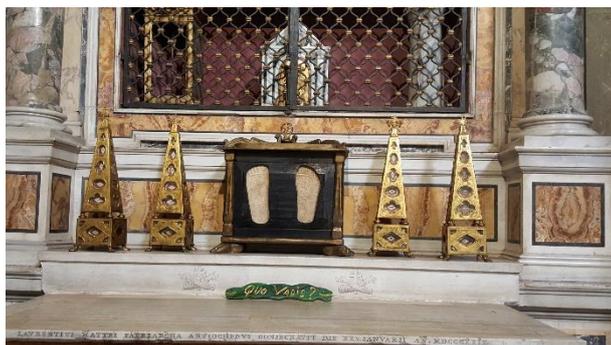


Se intendete assistere all'**Angelus del Papa**, organizzatevi per tempo. A quell'ora c'è un grande flusso di gente e fanno tutti i controlli anche per chi non deve accedere alla Basilica, ma solo alla Piazza. Anche noi siamo arrivati giusto in tempo! 😊

Da non perdere assolutamente la **VIA APPIA ANTICA**, la più antica e famosa strada romana, che si percorre solo a piedi o in bicicletta. Fiancheggiata da pini e cipressi con numerosi resti romani, permette una passeggiata immersi nel verde e nel silenzio circostante... ci è rimasta davvero nel cuore.



Sulla stessa via si trovano le **Catacombe di San Callisto**, (il nucleo cimiteriale più antico), e quelle di **San Sebastiano**, insieme all'omonima Basilica (foto a sinistra).



Abbiamo visitato le 4 Basiliche di Roma: **San Pietro in Vaticano**, **San Giovanni in Laterano**, **di San Paolo fuori le mura**, **Basilica di Santa Maria Maggiore**.

Sono davvero splendide, all'ingresso (gratuito) ci hanno sempre fatto i controlli. Per quanto riguarda quella di S. Giovanni in Laterano, segnaliamo la possibilità di percorrere la **Scala Santa** (si trova in un Palazzo appena accanto), e la visita al **Battistero di S. Giovanni**, situato appena dietro all'omonima Basilica.

S. Pietro chiude alle ore 18.00, mentre le cripte e le tombe sotterranee alle 17.00

Roma è comunque ricchissima di chiese meravigliose, ci sentiamo di segnalare quella di **S. Caterina** (foto a destra)



e quella di chiesa di **San Luigi dei Francesi** (che affaccia sulla

piazza omonima, non distante da piazza Navona), dove si possono ammirare i capolavori del Caravaggio come la **Vocazione di San Matteo** e il **Martirio di San Matteo**.

Da segnalare anche la chiesa di **Sant'Agnese in Agone** (sul lato occidentale di Piazza Navona) sorta sullo stadio di Domiziano. L'edificio fu edificato sul luogo in cui, secondo la tradizione, la giovane cristiana Agnese subì il martirio, durante le persecuzioni di Diocleziano. Al suo interno si trova il cranio della Vergine Agnese.



In conclusione possiamo affermare di aver visto un Lazio che non conoscevamo, ricco di storia, di paesaggi, Borghi, Abbazie e naturalmente di una cucina davvero unica. Infine che dire di Roma... non finisce mai di sorprenderti, ogni giorno scopri una nuova meraviglia, perché le sue ricchezze sembrano inesauribili.

Sicuramente in futuro ci torneremo perché Roma, rimane alla fine, l'unica città eterna! 😊