



La Newsletter Juin 2015

Mon coup de cœur - La Sardaigne

Connaître l'Italie ne signifie pas connaître la Sardaigne. Rattachée tardivement à la péninsule, l'île a conservé de forts particularismes, à commencer par sa langue, le sarde, parlé par 1,3 million de personnes. L'empreinte des civilisations qui s'y sont succédé, jointe à une nature exceptionnelle, en font une destination idéale pour qui souhaite concilier activités de plein air et tourisme culturel.



Au centre de la Méditerranée occidentale, la Sardaigne est, derrière la Sicile, la seconde île de la Méditerranée, l'équivalent de trois fois la Corse dont elle est séparée par les 13 km du golfe de Bonifacio.

Ses montagnes, du nord au sud le mont Limbara (1.362 m), le Goceano (1.259 m) et le mont Gennargentu (1.834 m, le point culminant), prolongent celles de l'île de Beauté.

Mouillée par la Mer Tyrrhénienne

à l'est et par la Mer de Sardaigne à l'ouest, la Sardaigne offre 1.800 km de côtes sauvages, authentiques sculptures minérales percées de criques et de grottes, dont la grotte de Neptune, près d'Alghero, aux célèbres colonnes et miroirs d'eau. Le contraste entre ses eaux couleur turquoise et les roches granitiques est l'une des grandes beautés de l'île.



Malgré la présence de dunes, les grandes plages de sable fin ne sont pas la règle, sauf dans le sud, sur la Costa Rei. Curieusement, les Sardes n'en profitent pas beaucoup, préférant les charmes de la conversation les pieds dans l'eau à ceux de la baignade. L'intérieur des terres est le royaume des chênes-lièges, des châtaigniers, des noyers,

des hêtres, des oliviers, des amandiers ou des orangers, une quintessence de la nature méditerranéenne au relief entrecoupé de gorges et des petites vallées qui entourent les villages. Rivières, fleuves et lacs artificiels permettent de lutter contre l'aridité du climat.

Avec plus de 350 espèces d'oiseaux répertoriées, la Sardaigne est un paradis pour les ornithologues, certaines espèces, dont la mésange charbonnière ou le geai des chênes, étant spécifiques à l'île.



Si vous parlez l'italien, vous pourrez le pratiquer, mais 78% de la population, de 1,6 million d'habitants, utilise aussi le sarde, une langue romane restée proche du latin pour des raisons historiques et dont il existe de nombreuses variantes.

Curiosité linguistique, le catalan est aussi parlé à Alghero par près de 30.000

personnes, une survivance de l'occupation espagnole.

Pour les amateurs d'activités en plein air, la Sardaigne offre l'embaras du choix : randonnée, cyclotourisme et équitation sont particulièrement développés, tout comme la voile, la planche à voile et la plongée sous-marine sur le littoral.

Le style de vie sarde est un remède contre le stress. Quoique réputés fier et farouche, ce peuple de bergers a lu Epicure et n'a pas son pareil pour s'adonner aux plaisirs de la table, du repos (la sieste est sacrée) ou de la conversation.

Ainsi, la passegiatta, cette promenade pleine de rencontres et de papotages sur le corso ou la piazza est, chaque après-midi, un rite essentiel.



Le climat est doux et généreux en soleil. Soumis à des vents de nord-ouest tempérés et humides en hiver, il est dominé au printemps et en été par des vents africains comme le sirocco.

Le nord-ouest de l'île est plus arrosé que le sud, mais les précipitations, qui se concentrent en novembre et en décembre, sont en général discrètes. Dans l'intérieur, sur la chaîne de Gennargentu et au-delà de 1.500 m, les neiges peuvent durer plusieurs mois.

Les températures varient de 15 à 25° C de mai à juin, de 25 à 35°C en juillet-août et de 20 à 25° C en septembre-octobre.

La meilleure période pour séjourner en Sardaigne est le printemps. En effet, la baignade est possible dès le mois de mars et le festival de couleurs des fleurs sauvages, d'avril à mai, s'accompagne de la célébration riche en couleurs et en musiques polyphoniques des saints patrons des villages.



Art et culture en Sardaigne



Vos vacances en Sardaigne vous feront découvrir une culture plusieurs fois millénaire dont la trace la plus visible sont les nuraghe, des tours de pierre de 20 à 25 m de hauteur construites dès 2000 ans av. J.C comme points d'observation et d'abri.

Il en existe plus de 7.000 ! S'il ne reste pas grand chose de l'implantation carthaginoise, l'amphithéâtre de Cagliari, et les temples,

colonnes et thermes de Nora et de Tharros, sont de vivants témoignages de l'occupation romaine.

La musique folklorique est l'une des plus riches et des plus variées de la Méditerranée et trouve sa plus belle expression dans le chant polyphonique Su Tenore, formé de quatre voix et aux innombrables variantes.



Que visiter en Sardaigne

Au sud de l'île, Cagliari, la capitale régionale, présente l'immense avantage

d'allier des plages de sable blanc à de beaux monuments faits de calcaire blanc, d'où dérive son nom, Kar signifiant pierre en carthaginois.



La province de Sassari, au nord ouest, représente un bon compromis pour découvrir tous les aspects de la

Sardaigne : ville d'Alghero, à la forte influence espagnole, nuraghe de Santu Atine, merveilles d'architecture romane

ou toscane et belles plages, comme celle de Santo Ferro.

Pour le farniente, en revanche, rien de tel que la Costa Smeralda, sur la pointe nord-est. Non, loin, l'archipel de La Maddalena abrite la charmante ville portuaire du même nom. L'une des îles, celle de Caprera, fut l'ultime demeure de Garibaldi, le héros de l'unité Italienne.



Spécialités gastronomiques en Sardaigne



La gastronomie sarde porte l'empreinte des peuples arabes, italiens et espagnols qui ont séjourné sur l'île.

Les desserts, dolci, sont à base d'amande, d'œuf et de farine, voire de ricotta et agrémentés de cannelle, de safran, de raisin sec, de zeste d'orange ou d'eau de fleur d'oranger.

Pains et fromages, l'ordinaire des bergers sardes, sont délicieux et le fromage

typique, le pecorino sardo, ne peut être fabriqué que sur l'île.

Grands amateurs d'huile d'olive, les Sardes n'ont par leur pareil pour préparer les légumes, notamment les artichauts, les aubergines, les fèves ou les tomates.

L'une des grandes spécialités de l'île est le porceddu des cochons de lait rôtis au feu de bois et aromatisés de myrte sauvage.

Les vins ont, de bonne tenue, ont gardé un fort accent espagnol.



Retrouvez toutes les propositions de voyages sur www.willcheaptravel.com, contactez moi sur la même page web et inscrivez vous pour recevoir en avant première tous les bons plans.

Will