

3,50€



DESEMBRE 2019

RODAMON

QUÈ VEURE
i QUÈ FER
per

Europa

GAUDEIX DE LES RUTES MÉS ECONÒMIQUES

PRAGA · MADRID · FLORÈNCIA · ROMA · ATENES · LONDRES · BARCELONA

Sì a l'amore,
Sì a la llibertat



SUMARI

www.rodamon.cat
DESEMBRE 2019



4. PRAGA

Descobreix la capital de la República Txeca, camina pels seus encantadors carrerons i no et perdis la meravellosa catedral d'aquesta ciutat del cor d'Europa!



8. FLORÈNCIA

Soprèn-te amb la incomparable catedral de *Santa Maria del Fiore* i la gran cúpula de Brunelleschi, un magnífic exemplar de l'art del Renaixement.



14. ATENES

Bressol de la democràcia, va ser una poderosa polis i un important centre de coneixement a l'Antiga Grècia.

10. Entrevista

11. Imprescindibles per a un viatge



B

A

R

C

E

L

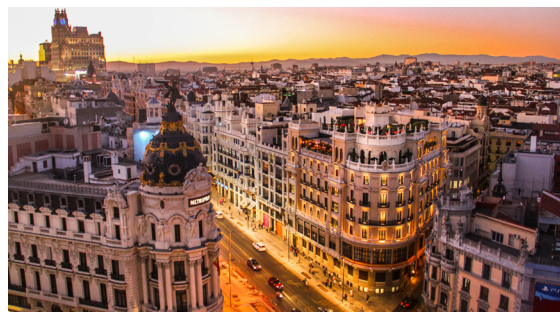
O

N

A

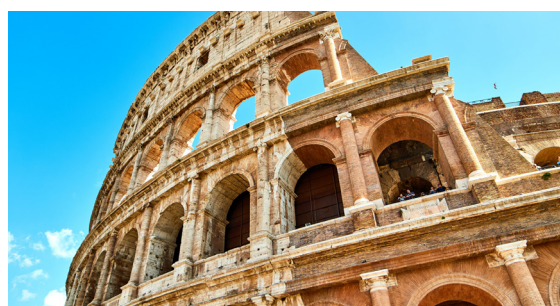


A MÉS A MÉS



6. MADRID

Passeja pel Barri de les lletres, perd-te pel gran Parque del Retiro o contempla *Las Meninas* de Velázquez al famós *Museo del Prado*.



12. ROMA

Vista la capital d'Itàlia i disfruta de la seva incomparable riquesa arquitectònica: des del *Coliseum* fins a la *Fontana di Trevi* o el Vaticà.



18. LONDRES

Gaudeix d'una de les ciutats més multiculturals del món. Visita el London Eye o disfruta d'un passeig pel Tower Bridge.

17. Entrevista

23. Allotjaments i vols econòmics



PRAGA

LA CIUTAT DE LES MIL AGULLES

PRAGA, MÀGIA AL CENTRE D'EUROPA

Praga és un racó màgic en ple centre d'Europa. La història ha sacsejat la capital txeca en nombroses ocasions i el segle XX es va acarnissar especialment amb ella: dues guerres mundials, la invasió nazi, l'èxode jueu, els estralls de l'comunisme ... Tot i això, Praga es mostra esplèndida i vigorosa quan es passeja pels carrers de la Ciutat Vella, amb els seus edificis medievals, renaixentistes i barrocs, les seves botigues i restaurants tradicionals.

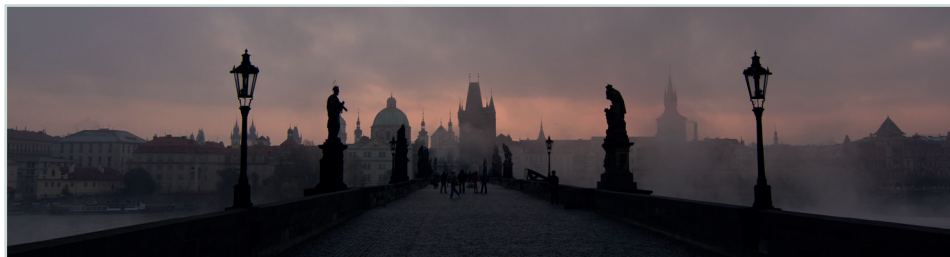
QUÈ VEURE?

PONT CARLOS

Passejar pel pont és l'activitat preferida de molts dels habitants mentre es tafaneja en els venedors de carrer i caricaturistes i s'escolta als músics ambulants sota la impertorbable mirada de les estàtues barroques dels ampits. Cal no oblidar admirar l'esplèndida panoràmica riu amunt i riu avall ni el pont en si, que es veu molt bé des de les seves torres.

CATEDRAL SAN VITO

Construïda al llarg de més de 600 anys, San Vito és una de les catedrals més opulentes d'Europa central i un puntal de la vida religiosa i cultural txeca. Entre els seus tresors hi ha des de joies de la Corona bohèmia de la s. XIV i radiant vitralls Art Nouveau fins a les tombes dels sants i sobirans bohemis, des de sant Wenceslao fins a Carlos IV.



Si voleu tenir les millors vistes de Praga i no us importa fer una mica d'exercici, podeu pujar a les torres de la catedral per les seves escarpades escales de cargol i Malá Strana.

Des del cim tindreu una visió magnífica de el Pont de Carles, Staré Město. L'altura de la torre més elevada són 99 metres, i les de les dues torres bessones 80 metres.

Transport: tranvía: Prazsky Hrad, línia 22, i línia 8.

CASTELL DE PRAGA

Compost per un complex d'esglésies, torres, cases i palaus, que és gairebé un poblat en si mateix, el castell cimera de Praga tanca entre els seus murs gairebé mil anys d'història. És, a més, al centre cultural i històric de la República Txeca, i no només alberga tresors com els reliquiariis d'or de Sant Vito o les joies de la Corona bohèmia, sinó també llocs on van esdevenir fets capdavanters com l'assassinat de sant Wenceslao o la segona Defenestració de Praga.

QUÈ MENJAR?

TRDELNIK El trdelník està compost per tires de massa fermentada d'un dit d'amplada que s'enrotllen en una barra de ferro o fusta. S'empastifa en una barreja de sucre, canyella i nous moltes i es posa a rostir donant voltes a foc lent. Quan la massa està torrada, el rotllo resultant es talla en peces d'uns 8 o 10 centímetres i es pot menjar tal qual, o afegir xocolata, nata i fins i tot fruites i gelat. Els trobaràs en llocs i comerços de les zones més turístiques.



Sopes

Si visites Praga a l'hivern no pots deixar de provar alguna de les seves sopes. Sens dubte aquest és per excel·lència el plat autòcton de la República Txeca. Les més conegudes són: Ceska bramborová, cuinada amb patates, xampinyons i pastanaga; Zelnacka, que és una sopa feta a força de col amb cansalada; i la sopa de ceba, a la qual solen afegir crostons de pa i formatge.

GOULASH (GULAŠ)

És el plat per excel·lència a Europa Central, tot i que té moltes variants. És un guisat molt saborós de vedella amb salsa, diferents tipus de pebrots i espècies, i sol anar acompanyat de dumplings. Gulášová polévka és el mateix guisat però en sopa. Aquest és un dels plats obligats de menjar a Praga, sobretot en els restaurants tradicionals a la vora del pont Carlos.



RECORDA!

MONEDA

La moneda oficial de Praga és la Corona Txeca (CZK). El seu nom en txec és Corona Česká (Kč). A Praga hi ha bitllets de 100, 200, 500, 1.000, 2.000 i 5.000 corones. Les monedes en circulació són d'1, 2, 5, 10, 20 i 50 corones i de 50 Hellers (h). 1 corona es divideix en 100 Hellers (haleres).

IDIOMA

L'idioma oficial de Praga i de tota la República Txeca és el txec. A excepció d'unes poques paraules, és un idioma radicalment diferent de l'espanyol i de l'anglès. Encara perfectament podràs viatjar a Praga si saps alguna cosa d'anglès.

cerveses

Es diu que els txecs són els majors bevedors de cervesa de el món. Algunes cerveseries de Praga porten obertes diversos segles, com és el cas de la famosa cerveseria U Fleku. També són fantàstiques les cerveses que fabriquen en alguns monestirs praguenses i hi ha quantitat de cerveseries que fabriquen les seves pròpies cer-



MADRID

LA CIUTAT DELS 100 RACONS

UNA CIUTAT VIVA

Madrid és un municipi i ciutat d'Espanya, capital de l'Estat i de la Comunitat de Madrid. Visitar una ciutat tan gran com Madrid i no perdre's res és complicat, ja que des dels grans museus fins als bars i restaurants més típics, cada racó de la ciutat amaga alguna cosa interessant tant per als turistes com per als madrilenys. Sempre és un plaer passar uns dies a Madrid, ja sigui pels seus jardins amb encant, la quantitat d'activitats culturals que hi ha i els edificis monumentals mítics.

QUÈ VEURE?

LA PUERTA DEL SOL

És una de les places més emblemàtiques i plenes de vida de la ciutat. Rep aquest nom per la figura del sol que n'ornamentava l'entrada, tot i que també cal destacar el rellotge de la Casa de Correus i l'estàtua de l'ós i l'arboç. A més, des del 1962 que s'hi retransmeten les campanades de cap d'any.

EL PARC DEL RETIRO

És un dels llocs més significatius de la ciutat espanyola i un veritable pulmó verd, ja que compta amb 118 hectàrees. L'estany és ple de joves i famílies que naveguen amb les barques de lloguer. I davant del parc hi ha el gran monument d'Alfons XII, un lloc de reunió dels madrilenys.



EL PALAU REIAL

Es tracta del palau més gran d'Europa, amb 135.000 m² i més de 3.000 habitacions. És un imponent edifici històric i la residència oficial dels Reis d'Espanya. S'ubica al carrer de

Bailén, davant de la Plaça d'Orient, a la part occidental del centre històric de Madrid, i els seus jardins arriben fins a la riba est del riu Manzanares. A l'eix del Palau es va construir la Catedral de l'Almudena, i a l'entorn es troben el Teatre Reial i els Jardins del Campo del Moro.

LA PLAÇA MAJOR

Està situada al centre de la ciutat, a pocs metres de la Puerta del Sol i de la Plaça de la Vila, al costat del carrer Major. El nom ha variat al llarg de la història, ja que abans s'anomenava «Plaça del Raval». Disposa de nou portes d'accés, de les quals la més coneguda és la de l'Arc de Cuchilleros. A més, cal destacar l'estàtua equestre de Felipe III al centre de la Plaça Major. És una plaça plena de vida que et convida a assentar-te a les seves terrasses.



QUÈ MENJAR?

BULLIT MADRILENY

Es tracta del plat més típic i conegut de Madrid. Té un origen humil, ja que va sorgir com un plat de les classes baixes i a poc a poc es va anar fent un lloc a l'alta societat i als menús dels restaurants. Com sol passar amb la cuina tradicional, cadascú té la seva manera d'elaborar-lo, encara que la base sempre és la mateixa: un bullit de diverses verdures, carns i embotits. El plat se serveix en tres parts, començant pel caldo de fideus, seguint amb els cigrons i acabant amb la carn.



ENTREPÀ DE CALAMARS

L'entrepà de calamars és una especialitat gastronòmica de la ciutat. Consisteix en calamars arrebossats en farina i fregits en oli (normalment d'oliva) i s'acostuma a servir calent. És molt popular i conegut entre tots els bars, i un dels plaers que es poden experimentar a la capital.

CALLOS A LA MADRILENYA

Es tracta d'un dels plats més populars de la ciutat. És cert que arreu d'Espanya també són coneguts, però els de Madrid es diferencien de la resta. S'elaboren coent diverses carns (*callos*, cansalada, pernil, botifarra i xoriç) i afegint-hi una salsa picant feta amb alls, ceba i bitxo. Us recomanem que hi suqueu pa!



SOPA D'ALL

És un dels plats més característics de la capital. Es tracta d'una sopa feta amb ingredients molt senzills, ja que es prepara amb alls filetejats, que es salten en una cassola amb oli fins que queden daurats. I s'hi afegixen trossos de pernil, pa sec i un polsim de pebre vermell, que pot ser dolç o picant.

RECORDA

IDIOMA

Durant la vostra estança a Madrid haureu de comunicar-vos amb el castellà o l'espanyol, l'idioma oficial de la capital i la llengua materna de gairebé totes les comunitats autònomes d'Espanya. Ara bé, haureu d'estar molt atents perquè els madrilenys fan servir un accent molt peculiar i utilitzen expressions típiques. Un exemple seria "ejque" en comptes d'"es que" i cal remarcar que pràcticament ningú pronuncia la "d" final de "Madrid".

MONEDA

Per moure-us per la capital espanyola no tindreu cap problema, ja que la moneda oficial és l'euro, la divisa comuna de la Zona Euro des de l'any 2002. Com bé sabeu existeixen vuit monedes diferents, d'1, 2, 5, 10, 20 i 50 cèntims, i les d'1 i 2 euros. Per altra banda, els bitllets tenen un valor de 5, 10, 20, 50, 100, 200 i 500 euros.





FLORENCIA

LA CIUTAT DE L'ART

FLORENCIA, LA CIUTAT DE L'ART

Florència, capital de la Toscana amb uns 400.000 habitants, és una ciutat d'art, on les nombroses estàtues, places, edificis religiosos i civils, palaus, lloges i museus fan d'ella una cosa única. Famosa en el món sencer per conservar-se igual que en el segle XVI, a Florència s'uneixen classicisme i modernitat, gràcies als projectes de modernització que l'ajuntament de Florència ha posat en marxa, com és el cas de la nova estació del tren d'alta velocitat, encara en projecte, dissenyada per Norman Foster.

QUÈ VEURE?

LA CATEDRAL

La Catedral de Florència, amb la seva enorme cúpula i el seu altíssim Campanile, determina la silueta de la ciutat. Tots dos edificis estan situats al costat del Battistero en la Piazza del Duomo. El nom de la catedral és Santa Maria de les Flors. La construcció de la ca-



tedral va començar en 1296, més de dos segles després que les catedrals de ciutats pròximes com Pisa o Lucca. La construcció de l'edifici va durar 72 anys i va finalitzar en 1368. L'arquitecte va ser Arnolfo di Canvi.

on poder asseure-us. També hi ha diversos quioscos on poder comprar un gelat o una mica de menjar.

LA PLAÇA DE MIGUEL ÀNGEL

La Plaça de Miguel Ángel (Piazzale Michelangelo) és un dels millors miradors de Florència. Des del seu cim podreu contemplar la ciutat en tota la seva esplendor. En la plaça, a més d'una rèplica en bronze del David de Miguel Ángel, trobareu restaurant i cafeteria



LA PIAZZA DEL DUOMO

La Piazza del Duomo ha de ser l'inici i la fi de tot viatge a Florència. La vista conjunta de la Catedral, el Campanile de Giotto i el Battistero di Sant Giovanni és, al costat del Posa't Vecchio, la imatge més famosa de Florència. Podem dir que si la Piazza della Signoria és el centre civil de la ciutat, la Piazza del Duomo és el centre religiós i espiritual de Florència.

QUÈ MENJAR?

La cuina de la Toscana està basada en plats tradicionals elaborats amb productes de temporada de la regió: oli, verdures, embotit, formatges i pasta són alguns dels ingredients. Els sabors són naturals i es prescindeix de salsei guarnicions pesades.

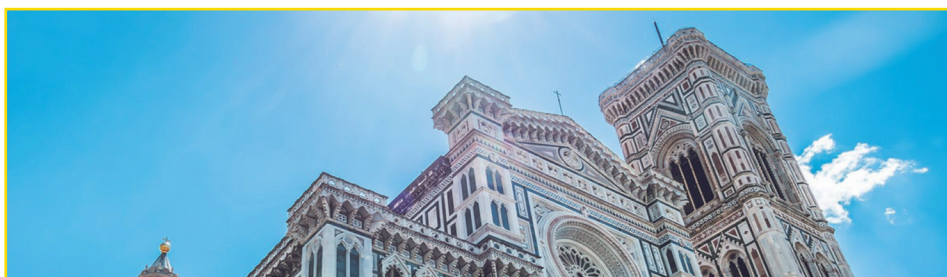
EL FAMÓS GELAT ITALIA

Igual que a Venècia, els gelats a Florència són un punt a part. És igual l'època i no importa el temps, els italians mengen gelats de manera habitual. El preu dels gelats als carrers més turístics comença en 2€, però si busqueu una mica més trobareu gelats des de 1,5€.



RESTAURANTS PIZZERIA

Igual que a Roma, a Florència abunden els locals de "pizza al taglio" (al tall). En aquests podeu comprar pizza al pes. Si podeu triar, aneu a una pizzeria i compreu una pizza al vostre gust, solen tenir major qualitat. Suplement de cobert i impostos



Com a lloc curiós, a la cantonada de la Via dei Calzaioli amb la Plaça del Duomo es troba la Loggia del Bigallo, una petita porxada on s'exposava als nens

abandonats o desemparats. Va ser construïda per la Compagnia della Misericòrdia de Florència, una de les confraries més antigues de la ciutat.



CAPPUCCINO I CANTUCCINI

Per a finalitzar el menjar, res millor que prendre un cappuccino acompanyat d'un xopet de limoncello, un dels licors italians més coneguts. Si havent dinat us ve de gust endolcir-vos amb unes postres típiques, podeu provar els cantucci, uns bes-cuits amb ametlles que trobareu en totes les pastisseries. Alguns italians recomanen mullar-los amb vi dolç.



RECORDA

MONEDA

La moneda oficial d'Itàlia és l'euro.

HORARI COMERCIAL

La majoria de les botigues de Florència obren tots els dies de 10.00 a 18.00 hores. Alguns comerços tenen horaris més amplis.

IDIOMA

L'idioma oficial a Florència és l'italià. Gràcies a la gran quantitat de turistes espanyols que viatgen a Itàlia i la semblança el més probable és que no tingueu problemes per a parlar en espanyol.

ENTREVISTA A ALBERT CASALS

El jove català de 18 anys Albert Casals, a qui una leucèmia infantil va condemnar a desplaçar-se en cadira de rodes, porta quatre anys recorrent el món sol, fent autoestop i gairebé sense diners perquè confessa que “així sóc feliç”. La seva experiència per tot el món l’ha resumit en “El món sobre rodes”, un llibre publicat per Edicions 62 on s’intercalen les seves experiències i part dels seus diaris personals.



Albert Casals en cadira de rodes, davant d’un mural d’un carrer de Sant Andreu.

JÚLIA BONET

Barcelona

Abans de quedar amb tu he anat a fer un cafè, he explicat a la cambra com viatges i m’ha dit: “Que guai, jo també ho voldria fer! Però...”. Aquest però ens el creiem massa? Des de petit el que t’ensenyen més intensament és a posar aquest però. La cultura capitalista el que més necessita és que la gent pensi que tot és una merda, que hi ha moltes putades, però cap alternativa. Que no es pot fer millor, que és així i punt.

Quants diners tens?

Zero. Visc i viatjo amb zero euros.

Com és un dia sense diners?

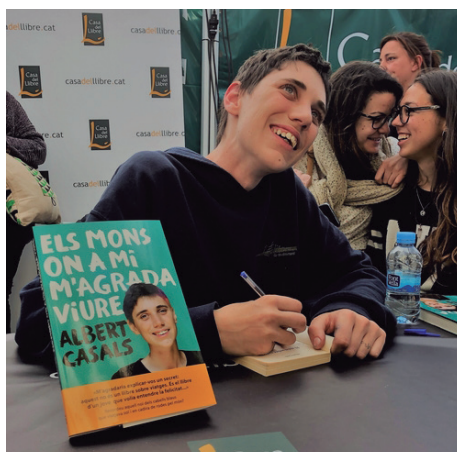
Depèn molt de si estem parlant d’un dia nòmada o sedentari.

Sedentari, que és el que té la majoria.

Et despertes en algun lloc on pots viure o dormir, potser estàs a la muntanya o al bosc, t’has construït alguna casa, una cabanya, o has fet una tenda ben feta, o potser et despertes en una casa ocupada, perquè és la manera més fàcil de tenir un lloc on dormir sense diners en zones més urbanes. A l’hora d’esmorzar jo també esmorzo un esmorzar normal. D’on he tret l’esmorzar? D’on he tret la casa? Aquí està la diferència. Per l’esmorzar, per exemple, vam anar a un mercat de fruites i verdures que està a dos-cents metres, i quan tanquen, en comptes de tirar-les, ens les donen. Perquè ja ho hem preguntat i ja ens han dit que agaféssim el que volguéssim. Agafes una furgoneta, l’omple i reparteixes a un munt de cases on la gent no té menjar.

El no posseir de què t’allibera?

Quan tens diners, tens control: pots planejar i que les coses s’emmotllin al que tu esperes i vols. Dius: ara me n’aniré a aquest hotel, i dormiré perquè pagaré diners, després aniré en taxi a tal lloc.



Compren seguretat.

És un control de com seran les coses i, per tant, estàs controlant el que passarà. Quan no tens diners, no tens control, estàs immers en el que és desconegut. No saps on dormiràs, què passarà. I, per tant, no et pots formar cap expectativa del que et passarà. Si estic pagant tant per anar a un hotel, podria dir: “Per què no està net aquest lloc? Aquest menjar no és bo!”

Era molt estrany que amb 15 anys i amb cadira de rodes viatgessis, i segur que molta gent els devia dir què feu, però els teus pares van veure que això et faria feliç i t’ho van deixar fer.

Als meus pares el que els preocupava no era que em passessin coses, sinó que no em passés res. A mi és el que em faria més por amb un fill: que no visqués aventures, ni es desenvolupés.

De coses te’n passaran sempre, et sentiràs malament, cometràs errors. Val la pena ajudar els fills perquè els passin coses, i no estalviar-los el patiment.

Viatges sense res, ni tan sols motxilla.

Estàs totalment entregat a l’imprevisible, això és el que et fa sentir viu?

Crec que em sentiria viu igualment, però sí que veig bellesa en el no dependre d’una cosa concreta. Sentir que si vaig a la Xina, no necessito ni la motxilla ni res, que ja sabré com aconseguir allò que em faci falta. Això et transmet la sensació que a tot arreu estàs a casa. Que no hi ha una separació entre el que és meu i el que és de fora. El que m’agrada és desdibuixar aquesta sensació. A tot arreu on estigui em sento còmode.

Quan no tens diners, no tens control, estàs immers en el que és desconegut i no et pots formar cap expectativa del que et passarà.

Quan he viatjat sola i m’he fet meu un lloc, la gent, he tingut la sensació que a qualsevol lloc podria tornar a començar, tenir una família, una nova vida. Que tot no comença i acaba al Vendrell.

I quan viatges així passa molt, sobretot fora d’Europa, que la gent et convida a quedar-te a casa seva cada dia, t’acullen i després et diuen que et quedis a viure amb ells. Els semblaria perfecte que t’hi quedessis. És molt graciós quan la gent em pregunta: “Però quan siguis més gran què faràs? On viuràs?”. No ho sé, hi ha tants llocs on podria viure, conec tants llocs on em sentiria bé, còmode i on m’hi podria quedar.

MAPA

No per tothom un mapa és una bàsica confiable, l'has d'entendre i saber situar-te en tot moment. No obstant això, si saps fer-lo servir, és un indispensable clar i potent als viatges!



DINERS

COMPTE! No a tot arreu et deixaran pagar amb tarja, i menys si vols menjar en tabernes típiques de la ciutat, o vols comprar un souvenir a una patita botiga de barri de manualitats. Porta sempre calers a la butzaca en metàl·lic!



DICCIONARI

bàsic per viatjes



MOTXILA

còmoda i lleugera



ROMA

LA CIUTAT ETERNA



ETERNA I VITAL

Amb una llarga i interessant història a l'esquena, Roma és una ciutat que atrau visitants de tot el món gràcies als seus impressionants monuments i restes arqueològiques procedents de l'Antiguitat.

Hi ha infinitat de raons per visitar Roma, enamorar-se de la ciutat i desitjar tornar-hi. La gastronomia i el seu animat ambient són algunes d'elles.

Amb més de 16 milions de turistes anuals, Roma és la tercera ciutat europea que més atreu, per darrere de Londres i París, amb la qual té una lluita pel lloc de la ciutat més romàntica.

QUÈ VEURE?

COLISEU ROMÀ

El Coliseu és el principal símbol de Roma, una imponent construcció de 2.000 anys d'antiguitat que us farà retrocedir en el temps i descobrir com era l'antiga societat de l'Imperi Romà.

FONTANA DI TREVI

La Fontana de Trevi és la font més bonica de Roma. Amb unes dimensions de 20 metres d'amplada per 26 metres d'altura, la Fontana de Trevi és també la font més gran de la ciutat. Els orígens de la font es remunten a l'any 19 a.C., època en què la Fontana constituïa el final de l'aqüeducte Aqua Virgo. La primera font va ser construïda durant el Renaixement. L'aspecte final de la Fontana de Trevi data del 1762.



L'aspecte final de la Fontana de Trevi data del 1762. Com a curiositat, el nom de Trevi deriva

de Tre Vie (tres vies), ja que la font era el punt de trobada de tres carrers. No t'oblidis de llençar-hi una moneda!



CIUTAT DEL VATICÀ

El Vaticà és una ciutat-estat que es troba situada al cor de Roma. La ciutat de el Vaticà és mundialment coneguda per ser el centre neuràlgic de l'Església Catòlica.

Per fer-vos una idea de les dimensions de l'Vaticà, el primer és pensar que es tracta de l'estat més petit de tot Europa. Té tan sols 0,44 quilòmetres quadrats i darrere les muralles viuen menys de 1.000 persones.

A més, al Vaticà és on troba la residència de Papa, un palau envoltat de jardins que poden visitar-se sota reserva.

QUÈ MENJAR?

PIZZA

La pizza és segurament un dels plats més famosos i apreciats en el món, però, sobretot, és un dels plats nacionals favorits dels italians. Cada dia es consumeixen a Itàlia milions de pizzes i les nombroses pizzeries que es troben en els cascals històrics d'Itàlia són una etapa obligatòria per als turistes que els visiten. N'hi ha de tots els gustos que et puguis imaginar. T'hi podràs resistir?



Bucatini all'amatriciana

Com no parlar dels coneguts bucatini all'amatriciana? Aquest plat de pasta que en realitat és originari de la ciutat de Amatrice, s'ha convertit en un dels plats estrella de menjar a Roma. Els bucatini són uns espaguetis grossos amb forats al centre. Es prepara també amb cansalada, tomàquets cherry, pebrot vermell, vi blanc i es ruixa amb pecorino romà ratllat.



TIRAMISÙ

El tiramisù (de l'italià, tiramisù) són unes postres fredes de cullera d'origen burgès i aristocràtic a Itàlia. Consta d'una base de pa de pessic, emborratxada amb cafè i vi ranci, coberta d'una crema feta amb una base de mascarpone i decorada amb cacau en pols a la seva superfície. En el seu origen era una recepta que poca gent podia permetre's i que contrasta en la seva opulència amb la senzillesa d'altres postres tradicionals italianes.

RECORDA

MONEDA

Fins a l'arribada de l'euro a l'any 2001 la moneda oficial d'Itàlia era la lira italiana. L'euro (€) ha suposat per als europeus un gran avantatge a l'hora de viatjar a Itàlia o a diferents països de la Unió Europea (on també s'ha instaurat l'euro) ja que evita el pas per bancs per fer un intercanvi de divises.



IDIOMA

Parlar a Roma és més fàcil del que sembla. L'idioma a Roma, i de tot Itàlia és l'italià, una de les derivacions més fidels de el llatí. A l'ésser una llengua neollatina de la qual deriven també altres dialectes de la Península Itàlica, com el llombard o el napolità manté rodelles amb el castellà pel que fa a estructures sintàctiques i paraules puntuals.



ATENES

CIUTAT DE DÉUS

ATENES, CIUTAT DE DÉUS

Atenes és la capital de Grècia i la ciutat més gran del país. Té una població de més de 660.000 habitants i una superfície de més de 38km².

És el centre de la vida econòmica, cultural i política grega, però també és important per haver estat una poderosa polis i un important centre del coneixement de l'Antiga Grècia.

El centre de la ciutat es troba al voltant de l'Acròpoli i la Plaça Síndagma, al voltant de la qual es concentren la majoria de les zones antigues de la ciutat.

QUÈ VEURE?

L'ACRÒPOLI

L'Acròpoli era la "ciutat alta", un lloc característic de la majoria de les ciutats gregues que posseïa la funció defensiva, a més de fer la funció de seu dels principals llocs de culte. A la nit podràs gaudir de visites guiades per fora per enamorar-te de les fantàstiques vistes que dona aquest lloc.

ZAPPEION

Es va fer servir en els JJOO d'Atenes 1896 per a les competicions d'esgrima, i va ser l'amfitrió del comitè organitzador de les Olimpíades de 2004. En el Zappeion han succeït diversos esdeveniments històrics, inclosa la signatura de l'adhesió de Grècia a la Unió Europea al maig de 1979.



A pesar que amb el pas dels segles l'Acròpoli ha estat destrossada i saquejada en diverses ocasions, després de la declaració de la independència de Grècia les ruïnes que es conserven han estat restaurades. Durant la visita a l'Acròpoli és possible contemplar les seves restes i, amb ajuda d'una bona

dosi d'imaginació, transportar-se fins a l'època de màxima esplendor de l'antiga Grècia. L'Acròpoli d'Atenes conté alguns dels monuments més coneguts de l'època clàssica de Grècia: el Partenó, el Erecteion, el Temple d'Atenea Niké i els Propileus són algunes de les construccions més importants.

KALLIMARMARO

Construït en marbre blanc entre 1869 i 1870, l'Estadi Panatenaic és el lloc en el qual es van celebrar els primers Jocs Olímpics de la nostra era, en 1896.

En l'actualitat és possible passejar per les graderies de marbre en les quals segles enrere s'agitaven nerviosos els espectadors, introduir-se en la pista d'atletisme per a posar-se en la pell dels antics atletes, i fins i tot pujar-se al podi per a tenir una foto de record al costat dels anells que formen el símbol dels Jocs Olímpics.



QUÈ MENJAR?

TYROPITA

La tyropita és un plat que ve molt bé a manera de picotejo abans del menjar o durant el sopar. No obstant això, també pot servir-se durant les postres, ja que és un pastís salat molt típic de la cuina grega. Precisament, a Grècia se sol vendre en les fleques com a aperitiu o per a prendre durant



el desdèjuni. Aquí, a la nostra revista, et donem els ingredients per tal que et puguis fer la tyropita a casa, fàcil i bo!

- 200g de formatge feta o blanc
- 8 fulles de pasta tall
- Menta fresca gairebé en pols
- 1 ou

La recepta és molt senzilla! Gaudeix!



IOGURT GREC

La seva fama no és cap ximpleria, i és que el iogurt grec és un dels més rics que podràs provar a tot el món! La seva amargor és única, per a poder-lo gaudir amb amanides, gyros, guarnició per a les carns o fins i tot com a postres! En ser tan àcid, quan es pren com a postre, els grecs solen afegir normalment mel o fruites de temporada. No et pots perdre aquesta delícia.

RECORDA

MONEDA

La moneda que es fa servir a Grècia és l'euro des de l'any 2002.

IDIOMA

L'idioma del país és el grec! No té res a veure amb el grec clàssic que pots haver estudiat a l'institut, per tant, apren algunes paraules que sàpigues que faràs servir!





Gabrielle, Chanel, pour il et elle

CHANEL
PARIS

RECORRENT EUROPA EN INTERRAIL AMB GEORGINA

Elena
Mochileros de viajes

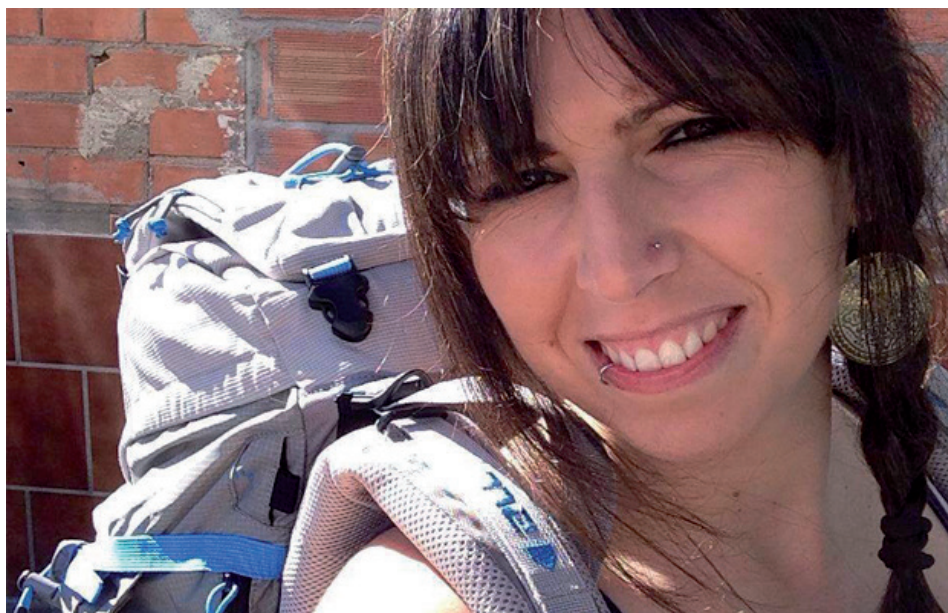
Interrail. Aquest era somni de Georgina: recórrer Europa amb tren. Aquest és un dels viatges iniciàtics per a molts joves europeus i un clàssic entre visitants del vell continent que busquen conèixer el major nombre de països en poc temps i amb poc pressupost. El Interrail és un tipus de bitllet amb preu tancat que permet a ciutadans de la Unió Europea viatjar amb tren per la gran majoria de països d'Europa. El bitllet Eurail, de característiques similars, és la versió per a visitants de la UE. El preu varia segons el nombre de països que decideixis visitar o bé segons el nombre de trens que decideixis prendre durant un nombre determinat de dies.

Per què et vas decidir a fer un Interrail?

És una viatge que tenia al cap des de fa temps. Et permet conèixer a gent nova, però sobretot el que em motivava era l'aventura que suposa.

Com vas conèixer als teus companys de viatge?

La meua idea inicial era fer aquest viatge sola. Però vaig veure en Tripadvisor un subforo dedicat al Interrail en el qual molta gent buscava companys de viatge. Així que vaig decidir deixar un missatge indicant la ruta que jo volia fer i la meua disponibilitat. Em va contactar una noia de Barcelona i un altre noi de Conca que viu a Madrid. Tots ens vam posar ràpidament d'acord sobre la ruta proposada i els dies disponibles.



A partir d'aquí, contactàvem cada nit per Skype per a planificar millor el viatge.

Aconsello portar només el realment necessari en la motxilla perquè després la meitat de la roba et sobra.

Quina ruta vas fer amb Interrail?

Vam viatjar amb el bitllet Interrail Global Pass 10 dies en 22 dies de segona classe, que et permet agafar tots els trens que vulguis durant 10 dies consecutius en un període total de 22 dies. Primer vam volar fins a Viena després vam baixar fins a Split. Vam anar fins a Mostar, i d'aquí a Sarajevo. Vam passar el dia sencer a Belgrad, fins que vam agafar el següent

tren amb destinació a Budapest.

Vas acabar l'últim tram del Interrail fent-ho sola. Què és el millor de viatjar al teu aire?

La setmana que vaig viatjar sola vaig conèixer a molta més gent. M'allotjava en hostals, així que per poc que vulguis, parles amb altres persones, practiques l'anglès per a poder comunicar-te i aprens sobre la cultura d'altres viatgers com tu. Pot ser que en trajectes llargs no tinguis a ningú amb qui parlar o jugar a cartes. A part d'això, viatjar sola no em va suposar massa inconvenients.

En grup no et sentis sola, tens més conversa durant tot el viatge. També té alguns inconvenients, òbviament. A vegades tu prefereixes fer una cosa i els teus companys una altra.

T'ha canviat aquest viatge?

Aquesta experiència en Interrail m'ha motivat per a viatjar més. Era una aventura que volia fer des de feia temps i em va sortir bé. Ningú pot tenir males experiències en un Interrail. La meua pròxima aventura serà el Transsiberià. Sola, sortint des de San Petesburgo i arribant fins a Pequín. També m'han ofert viatjar al Perú més endavant... Ja veurem!



LONDRES

LES MIL CARES D'UNA GRAN CIUTAT



UNA CIUTAT MULTICULTURAL

Londres, capital política i econòmica del Regne Unit, és una de les ciutats més visitades del món a causa del seu caràcter especial i cosmopolita. Imposible de descriure a través d'un text, per conèixer Londres és necessari visitar-la i viure-la, deixant que el toc especial de la ciutat i la seva gent ens sedueixin a través del seu acollidora immensitat. Londres té alguna cosa que enganxa i que a tothom li agrada. Londres és diversió, cultura, llums i color. Una ciutat capaç de sorprendre tant a qui la visita per primera vegada, com als que es van enamorar d'ella i no poden deixar de visitar-la amb constantment cada any.

QUÈ VEURE?

LONDON EYE

Després de la seva inauguració l'any 2000, la sorprenent sínia de 135 metres d'altura coneguda com *The London Eye* s'ha convertit en una de les icones més emblemàtiques de la ciutat i de tot el Regne Unit, tot i que si vas ara, el trobaràs en obres.

TOWER BRIDGE

Tower Bridge és un dels símbols de Londres. Aquest cridaner pont llevadís, construït amb estil victorià, es troba situat al costat de la Torre de Londres.

Passejar pel pont, contemplar des de la ribera del riu i des de la Torre de Londres, comprovant que la imatge que tantes vegades havíem vist, aïllada, comparteix marc amb altres construccions molt més avantguardistes, és tota una experiència en si mateixa.

La visita a l'exposició del *Tower Bridge* mostra com funcionava



el sistema d'elevació de el pont des de la seva construcció fins a 1976. Amb motiu dels JJ.OO de

2012 el pont va rebre un rentat de cara, i avui la pintura blava dels seus arcs llueix més que mai!

BUCKINGHAM PALACE

El Palau de Buckingham ha estat la residència oficial dels reis britànics des de 1837.

Actualment s'utilitza com a residència administrativa de la reina i és, sens dubte, un dels imprescindibles de Londres.

Dins el palau existeixen 775 habitacions i en ell treballen diàriament totes les persones relacionades amb les tasques i obligacions que ha de complir la família reial. També se celebren cerimònies reals i es rep als caps d'estat estrangers de visita al Regne Unit.

El Palau de Buckingham està obert a el públic només entre agost i setembre, quan la reina visita Balmoral.



QUÈ MENJAR?

APPLE PIE

Malgrat que a Londres és possible trobar menjar de totes les nacionalitats i procedències, també es cuinen alguns plats típics britànics entre els quals podríem l'*apple pie*, un plat molt típic londinenc i una d'aquelles receptes que passa de generació en generació. El pastís de poma pot convertir-se en un habitual a casa teva degut a la seva senzilla recepta.



TÈ ANGLÈS

La tradicional cerimònia de el te que va començar al segle XVII continua formant part dels tòpics i la vida dels ciutadans anglesos. La infusió que en el passat va passar a formar part de la vida quotidiana de la classe alta anglesa, és avui dia una de les begudes més esteses de la capital. Malgrat que degut a les pressions de la vida actual s'està perdent el costum de prendre el te és una cosa que els anglesos continuen fent.



FISH AND CHIPS

Fish and Chips, el conegut plat gastronòmic i potser, el més característic de Londres, és molt senzill i amb un preu molt barat. Es tracta de peix fregit amb patates fregides i el pots trobar en gairebé tots els restaurants, locals i parades de menjar de país. És un plat que molt sovint es menja com un *take away*. Aquest plat forma part del sabor britànic i és un imprescindible a tastar!

RECORDA

MONEDA

Els bitllets més comuns tenen un valor de 5, 10, 20, 50 i 100 lliures esterlines. També és possible trobar bitllets d'1£, però són realment rars de trobar, ja que a més només s'imprimeixen a Escòcia. Les monedes en circulació són d'1, 2, 5, 10, 20 i 50 penics i d'1 i 2 lliures. Per estalviar en comissions, el millor és pagar amb targeta de crèdit sempre que sigui possible.



IDIOMA

L'idioma oficial de la capital britànica és l'anglès i, tot i que al caminar pels carrers d'aquesta gran ciutat és possible sentir parlar una gran varietat d'idiomes com el castellà, el francès o el rus a causa del seu caràcter cosmopolita, l'anglès és la llengua per excel·lència. Aprofita per millorar la teva fluïdesa!



LA CIUTAT DE GAUDÍ BARCELONA

BARCELONA, CIUTAT DE GAUDÍ

Barcelona és la capital de Catalunya. Es troba situada en el nord-est d'Espanya, a escassa distància de França i dels Pirineus. Situada a la vora del Mediterrani, Barcelona és una ciutat cosmopolita amb una gran importància tant cultural com comercial, financera i turística. Barcelona és una de les ciutats europees més visitades, tant pels turistes desitjosos de conèixer la capital, com pels assistents als congressos i reunions.

QUÈ FER?

SAGRADA FAMÍLIA DE BARCELONA

La Sagrada Família és el monument més conegut i característic de Barcelona. Com a màxim exponent de l'arquitectura modernista creada per Gaudí, milers de turistes acudeixen cada dia a contemplar el curiós encara que inacabat temple. És un dels edificis més emblemàtics de la capital amb milers de visitants cada any.

MUSEU NACIONAL D'ART DE CATALUNYA

El Museu Nacional d'Art de Catalunya (MNAC) és un dels museus més importants de Barcelona i de tota Espanya. El Museu Nacional d'Art de Catalunya (MNAC) és un complet museu que destaca per la seva excel·lent col·lecció d'art romànic, considerada la més completa del món. El museu comprèn tot tipus d'art i abasta un ampli període històric, des del romànic fins a mitjan segle XX.



LA CASA BATLLÓ

La Casa Batlló és l'obra mestra de Gaudí, un edifici convertit en un mite de l'art. Va ser construïda entre 1904 i 1906 per encàrrec de Josep Batlló.

Construïda entre 1904 i 1906 sota l'encàrrec de Josep Batlló, la Casa Batlló és la obra mestra de Gaudí, una peça clau de l'arquitectura modernista de Barcelona que més que un edifici s'ha convertit en un mite de l'art.

Després de la fascinant façana de la Casa Batlló s'oculta un món fantàstic en el qual, amb l'ajuda de l'àudio-guida, els visitants poden descobrir i gaudir el sorprenent univers de Gaudí.

QUÈ MENJAR?

ALLIOLI I ROMESCO

L'allioli és una salsa composta per oli d'oliva emulsionat i all. El romesco és una salsa feta a base de tomàquets, all, pa, ametlles, avellanes, pebrots, romaní, oli d'oliva, vinagre, sal

EMPREDRAT

Amanida amb tomàquet, bacallà i mongetes.

PA AMB TOMÀQUET I

El pa amb tomàquet consisteix en una llesca de pa amb oli, sal i tomàquet. Pot portar all. Per altra banda la coca de recapte: consisteix en una maassa amb pebrots i albergínies al forn que pot portar tonyina, ceba, botifarra, olives, tomàquets o arengs.

RECORDA

abans d'anar

a Barcelona...

IDIOMA

A Barcelona existeixen dos idiomes oficials, el castellà i el català.

HORARI COMERCIAL

L'horari comercial de Barcelona és bastant extens, per la qual cosa les visites a els museus i llocs d'interès poden combinar-se amb facilitat amb les sessions de compris.

MONEDA

Igual que en tota Espanya i la major part d'Europa, la moneda oficial de Barcelona és l'Euro (€). Es pot intentar fer el canvi de moneda.

NEULES

És un dels dolços més típics de la cuina catalana que es menja tradicionalment per Nadal. Sovint se suquen en cava i sembla que de fet sempre s'han sucats en alguna mena de vi.

RESTAURANTS

A Barcelona és possible trobar restaurants de qualsevol tipus i preu pràcticament per tota la ciutat. Algunes zones altament recomanables són el Mercat de la Boqueria, el Barri Gòtic i Les Rambles. El Port Olímpic també està cada vegada més de moda.



BARRIS DE BARCELONA

A Barcelona hi ha més de 70 barris. A veure qui s'atreveix, doncs, a dir que el seu barri és el millor. Tanmateix, ens hem tirat a la piscina i cinc membres de la redacció de la revista us expliquen què és el millor del seu barri, perquè ja som grandets i hem pogut triar, amb més o menys fortuna, el lloc on volem viure.



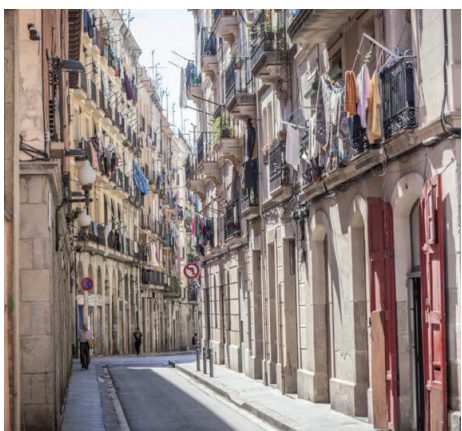
HORTA.

Un barri complet, tranquil i amb encant que va fructificar gràcies a l'abundància de l'aigua



GRACIA.

A mig camí del Parc Güell per als guiris, el lloc per estar al dia per als barcelonins



RAVAL.

La vida al barri xino no només va inspirar Roberto Bolaño, Vázquez Montalbán o Terenci Moix



POBLENOU.

Un barri on sempre s'arriba a la platja pel cantó assolellat de la vorera, ideal per tenir fills.



POBLE SEC.

No està de moda (ni ho estarà) però cada cop obren més locals a un barri on al carrer t'hi sents com a casa

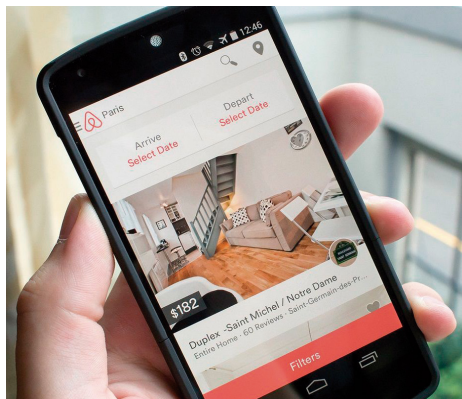


BARCELONETA.

El barri de la platja, entre el mar, la sorra i l'asfalt. Com estar de vacances sense sortir de la ciutat

ALLOTJAMENTS ECONÒMICS

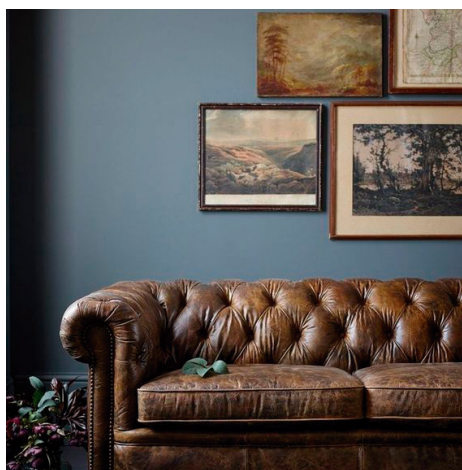
PEER-TO-PEER



Busques allotjament per dues nits i hi ha algú que té un pis amb una habitació que no utilitza. Us posen en contacte i només et cobren un 10% del que el propietari paga pel lloguer de l'habitació. Es tracta d'allotjaments en cases i apartaments particulars a preus molt assequibles. Els trobaràs a pàgines web com:

- 1- Crashpadder
- 2- Istopover
- 3- Airbnb

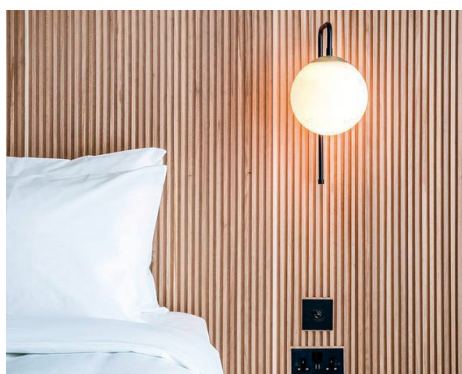
DORMIR AL SOFÀ



És la versió més radical d'allotjament basada en les xarxes socials i en la idea que les persones són generoses i t'obren les portes de casa seva. Pots dormir al sofà d'un parisenc o que t'ensenyin la ciutat de Madrid de dalt a baix. És una manera de submergir-se de ple a la cultura local. Les pàgines web són les següents:

- 1- Couchsurfing
- 2- BeWelcome
- 3- Globalfreeloaders
- 4- Hospitality Club

HOTELS ASSEQUIBLES



No són els hotels més barats que existeixen, però són cèntrics, despreocupats, urbans, nets i assequibles (costen menys de 60€). Cal dir que estan dissenyats per aprofitar al màxim l'espai. Existeix l'etiqueta *Pensions amb encant*, o cadenes d'hotels com:

- 1- Chic & Basic
- 2- Gat
- 3- Room Mate

INTERCANVI DE CASA



Amb la premissa "tracta la casa que ocupes com t'agradaria que tractessin la teva" pots intercanviar l'habitatge a l'hora de viatjar. Per tal que no hi hagi sorpreses, però, cal posar-se en contacte amb força antelació amb els propietaris i explicar la informació pertinent. Les empreses pioneres són les següents:

- 1- Homelink
- 2- Intercambio de Casa
- 3- Homeexchange
- 4- Intervac

TOP 10 DE PÀGINES DE VOLS ECONÒMICS

- 1  Trabber
- 2  Skyscanner
- 3  Kayak
- 4  Mobissimo
- 5  Easyviajar
- 6  Momondo
- 7  Megavuelos
- 8  Liligo
- 9  Mirayvuela
- 10  Travelzoo





CHANEL
CHANEL
parfum aux arômes de miel