

# 10 consigli per... vivere vacanze solari

## 1 Vedi o' mare quant'è bello

Il mare è il tuo sogno estivo preferito. Tintarella, tuffi, nuotate: un **repertorio** ampio e simpatico che può diventare monotono se non trova le sue varianti «settimanali».



Ogni tanto esci dall'acqua o abbandona la spiaggia per conoscere i tanti «**tesori**» offerti dalla località prescelta. Alcuni sono nei paraggi: grotte nella roccia, calette isolate che puoi raggiungere in barca insieme ai tuoi genitori o con un tour organizzato. Altri sono in paese: edifici e monumenti storici. Altri ancora a qualche chilometro di distanza: località famose, parchi naturali...

Informati presso il locale **ufficio informazioni** e prendi l'occasione per gustare non solo l'acqua (salata) ma anche gli altri ingredienti di contorno...

Estate: parola magica che evoca gite, camminate, nuotate, risate, giochi, viaggi... Un mondo di passatempi e divertimenti. Da gustare come un gelato sotto il solleone e una pizza alle quattro stagioni ...in una. Con i dovuti accorgimenti.

## 2 Lassù sulle montagne

Ti calamitano le **grandi altezze** dove l'aria è più pura e il verde più verde? Ottima scelta, da programmare con attenzione perché «la montagna non concede sconti a nessuno».

A casa raccogli più **informazioni** possibili sul posto in cui passerai le vacanze. Prima di ogni escursione, studia il sentiero, le previsioni meteo, i punti di sosta...

Prepara poi «scientificamente» lo **zaino**: k-way, calzoncini di ricambio, panini e cioccolata, creme solari, borraccia d'acqua, bevanda con sali minerali... Una volta in marcia, **occhio ai pericoli**: rimani in gruppo e non fare sciocchezze. Anche un sassolino può causare valanghe...

## 3 I cugini di campagna

Anche la **pianura** ha il suo fascino: tranquillità, ampi spazi, cugini e parenti che ti ospitano gratis... Approfitta per fare la conoscenza con gli animali della stalla che hai visto solo in fotografia, le tecniche di seminazione e potatura, i segreti e la saggezza dei contadini.



Porta con te una **macchina fotografica**. Hai solo la difficoltà della scelta: un pianticella appena spuntata, un tramonto infuocato, un insetto che ronzia sui fiori. Attività da quattro soldi? No, molto di più: un ottimo modo per scaricare la tensione accumulata durante l'anno e un pizzico di poesia che ti riconcilia con uno stile di vita dimenticato.

## 4 Turista non per caso

Gli stranieri conoscono Roma meglio dei romani. Sembra impossibile, ma è così. Vivendoci non trovano mai il tempo per visitarla pezzo per pezzo. Lo stesso potrebbe capitare a te con il posto in cui vivi. Prendi allora l'occasione per fare il **turista** in compagnia di qualche amico.

Consulta una **guida tascabile** o i depliant (se ce ne sono), oppure chiedi informazioni in casa, al parroco, al sindaco, al vecchietto centenario... E via, tappa dopo tappa, per un mini giro tra monumenti, vicoli, piazze e scorci storici. Fotografa tutto ciò che ti incuriosisce, pren-



**stemata nello zaino** con geometrica disposizione per non fare una ...fritta prima del tempo. Altrettanto per le bibite: non devono essere «ballottolate» per evitare l'effetto doccia al momento dello stappo. E a merenda conclusa, raccogli avanzi e rifiuti per non lasciare una «firma anti-ecologica» del tuo passaggio.

## 7 Al centro estivo

Ormai l'**Estate Ragazzi** si sta diffondendo dappertutto. L'oratorio, il quartiere, il paese ti offrono questa opportunità? Prendila al volo perché trovi un «pacchetto» di giochi, attività, gite e giornate organizzati alla perfezione.



Un solo consiglio: l'importante è **partecipare**. Non te ne pentirai, se non darai retta ai possibili «grilli parlanti» che ti invitano a girare alla larga perché «è roba da bambini».

## 8 Incontri ravvicinati



di nota e conserva il materiale in un file del computer o in una **cartellina**: potrebbe tornarti utile per una prossima ricerca scolastica.

## 5 Capolavori per tutti

Hai sempre pensato che i **musei**, chiese antiche e mostre fossero roba non per ragazzi ma per palati fini e per i soli impallinati d'arte. Niente di più falso. Provare per ri-credersi.

Prima che finisca l'anno scolastico chiedi consigli alla **tua prof di arte** su dove andare, che cosa vedere, come «leggere» un quadro... Convinci, poi, i tuoi genitori a fare un giro in uno di questi luoghi d'arte. Oltre che a pagarti il biglietto (dove c'è) e la «guida sonora», ti diranno grazie per aver fatto scoprire dei capolavori mai visti prima.

## 6 Un picnic davvero chic

In tutta l'estate non può mancare una «puntata» di pic-nic all'**aria aperta**. Ma anch'esso va organizzato a... (s)puntino per non ritrovarsi in compagnia di formiche mangiatutto e vespe ronzanti.

La «refurtiva» (sandwich, panini, pomodori, frutta, uova sode) va si-

Un cerbiatto che ti osserva sospettoso dietro un albero, un fiore colorato che spunta da una roccia, un riccio che si raggomitola a palla. Non sono scene solo da documentario, ma «attimi» che puoi vivere in diretta visitando uno dei tanti **parchi naturali** sparsi in Italia.

Queste oasi verdi ti offrono la possibilità di avere un incontro ravvicinato con la natura e di vedere all'opera, con un po' di fortuna, tanti amici animali.

## 9 Piove? E tutto va bene...

L'estate non è sempre cielo azzurro e sole. Potrebbe far capolino la pioggia o il **brutto tempo**. Se sei costretto a rimanere al chiuso, non sciopparti ore di televisione o di computer, ma rispolvera un **gioco da tavolo**, il mazzo di carte, una mini caccia al tesoro in casa. Sfida i tuoi amici (ma anche i tuoi di casa) per un torneo o la gara. In pallio, una pizza: chi perde paga.

## 10 Perché la festa continui

D'estate fioccano gli inviti per una **festa** con gli amici. L'entusiasmo vola subito alle stelle ma si sgonfia altrettanto velocemente tra gli sbadigli generali perché la fantasia non va oltre il videogioco o il dvd. Stupisci tutti, allora, prendendo in mano l'**animazione** del pomeriggio o della serata. Come? Parti con due o tre barzellette a raffica (Beppe Sghignazza è una fonte di sicuro successo), passa ad un gioco di gruppo («ruba-bandiera» funziona sempre, altrimenti vedi l'insero di questo mese), improvvisa una sessione di karaoke. Farai felici i tuoi compagni e qualche impresario potrebbe scritturarti per l'estate prossima ad animare un villaggio turistico...

Patrizio PALLADINO