



CRAL PISTOIA



CIRCOLO SAMARCANDA



CRAL PRATO



CRAL FIRENZE

C.R.A.L. Regione Toscana
Tel. 055 4383687
mail: cral@regione.toscana.it

CRAL REGIONE TOSCANA

I CIRCOLI INTERCRAL USCENTRO E CRAL REGIONE TOSCANA
ORGANIZZANO:

1° CROCIERA INTERAZIENDALE



20 Novembre – 24 Novembre 2017 Savona- Barcellona – Marsiglia - Savona



PARTENZA DA SAVONA Dal 20 AL 24/11 – 5 giorni/4 notti

20/11	Savona
21/11	In navigazione
22/11	Barcellona
23/11	Marseille
24/11	Savona

Periodo: 5 giorni 4 notti

Partenza: Savona

Trasporto: Pullman G.T.

Alloggiamento: Nave da Crociera Costa Favolosa Cabine Esterne con Balcone

Trattamento: pensione Completa

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE:

	soci CRAL\REGIONE	Non soci CRAL\ REGIONE
ADULTI in doppia Cabina Esterna con BALCONE	275,00	290,00
RAGAZZI 0-18 anni in 3° - 4° letto con adulti.	120,00	135,00
ADULTI in 3° letto	200,00	215,00

Le quote crociera comprendono:

- Trasferimento con Pullman da Firenze Empoli Prato Pistoia
- Tasse Aeroportuali
- Assicurazione
- Sistemazione in Cabina Esterna con BALCONE
- Pensione completa
- Servizio trasporto bagagli nel porto di inizio/termine della crociera i mezzi d'imbarco e sbarco nei porti dove la nave non attraccherà la banchina.

Le quote crociera non comprendono:

- Quota di servizio
- Bevande,
- Escursioni a terra nel corso della crociera.
- Spese di natura personale.

Tutto quanto non previsto alla voce "Le quote comprendono".

LE ISCRIZIONI SONO APERTE FINO al **29 luglio 2017** o ad ESAURIMENTO DEI POSTI**Acconto** di 50 euro a partecipante al momento dell'iscrizione. **Saldo** dell'intera quota **entro il 27 ottobre 2017**.

L'organizzazione si riserva la possibilità di annullare il viaggio in caso di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti

PER ISCRIZIONI ED INFORMAZIONI:

Claudio Gulli Tel. 335.7434706 presidente@circolosamarcanda.com
 Elisabetta Serafini Tel. 0571 702534 elisabetta.serafini@uslcentro.toscana.it
 Sandra Niccolini Tel. 0571 702784 sandra1.niccolini@uslcentro.toscana.it
 Gisella Ulivieri Tel. 0571 702952 gisella.ulivieri@uslcentro.toscana.it



CRAL PISTOIA



CIRCOLO SAMARCANDA



CRAL PRATO



CRAL FIRENZE



C.R.A.L. Regione Toscana
Tel. 055 4383687
mail: cral@regione.toscana.it
CRAL REGIONE TOSCANA

1 CIRCOLI INTERCRAL ASICENTRO E CRAL REGIONE TOSCANA ORGANIZZANO:

I circoli Aziendali dell'Azienda Usl Centro Toscana e il Cral della Regione Toscana saranno lieti di avervi a bordo. Sarà una crociera all'insegna del divertimento e del rilassamento più totale, coccolati dai tanti servizi di una nave da crociera. Potremo visitare **in tutta libertà Barcellona e Marsiglia**.

Quando saremo in navigazione daremo il meglio di noi stessi, oltre tutte le iniziative proprie della Costa Crociera avremo:

- **Spazi riservati di riunione per nostri incontri**
- **Organizzazione di giochi esclusivi per i nostri soci – torneo di Burraco, karaoke, giochi di carte, gare di ballo**

Tutte le cabine sono dotate di balcone esterno.

La Costa Crociera, oltre all'offerta esclusiva della crociera, ci fornirà (per chi fosse interessato) dei **pacchetti bevande a prezzi scontatissimi**.

Informazioni generali Nave Costa FAVOLOSA

Sogno e realtà s'incontrano a bordo di una nave da favola, che vi apre le porte di una dimensione incantata, fatta di ambienti scenografici, opere d'arte e novità tecnologiche. Ogni angolo della nave, ogni passaggio, salone, ponte, ritrovo, sguardo è stato affidato alla personalità e sensibilità di un artista. Un'esposizione di oltre 6.400 opere d'arte dedicate a luoghi magnifici e capolavori mondiali, palazzi musei miti universali da scoprire, dalla Sala degli Specchi della Reggia di Versailles al Palazzo Imperiale della Città Proibita di Pechino. Luoghi dell'emozione che si aggiungono alle tappe della crociera per moltiplicare il piacere della scoperta. Scegliete di vivere una favola contemporanea, esplorate il meraviglioso mondo di Costa Favolosa.

GUSTO • 5 ristoranti, di cui due, il Ristorante Club* e il Ristorante Samsara, a pagamento su prenotazione • 12 bar, di cui un Coffee & Chocolate Bar • Cigar Lounge
BENESSERE E SPORT • Samsara Spa: 6.000 mq su due piani, con palestra, terme, piscina per talassoterapia, sale trattamenti, sauna, bagno turco, solarium UVA, Cabine e Suite • 5 vasche idromassaggio • 4 piscine, di cui una con copertura semovente • Campo polisportivo • Percorso jogging esterno

DIVERTIMENTO • Cinema 4D • Teatro su tre piani • Casinò • Discoteca • Simulatore di Gran Premio • Ponte piscina con tetto di cristallo semovente e schermo gigante • Scivolo acquatico Toboga • Internet Point • Biblioteca • Galleria Shops • mondovirtuale • Squok Club • Piscina baby



Barcellona



CRAL PISTOIA



CIRCOLO SAMARCANDA



CRAL PRATO



CRAL FIRENZE



C.R.A.L. Regione Toscana
Tel. 055 4383687
mail: cral@regione.toscana.it
CRAL REGIONE TOSCANA

1 CIRCOLI INTERCRAL ASCENTRO E CRAL REGIONE TOSCANA ORGANIZZANO:

Barcellona è una città che riesce sempre a stupire: ci se ne innamora a prima vista e chiunque, una volta visitata per la prima volta, non vede l'ora di tornarci. Il sole, il mare, la gente in strada a tutte le ore, ma anche i monumenti e i numerosi punti d'interesse la rendono senza dubbio una delle città più attraenti d'Europa. Come se non bastasse, la lingua simile all'italiano e le numerose opportunità di lavoro la rendono una delle mete migliori per chi vuole fare un'esperienza all'estero. In questo articolo vogliamo far luce sulle migliori cose da vedere a Barcellona, per cercare di aiutare chi ci arriva per la prima volta e non vuole perdersi nulla. Sagrada Familia Non si può non iniziare la top ten della lista delle cose da vedere a Barcellona con la Sagrada Familia, monumento simbolo della città. Questa maestosa chiesa, capolavoro dell'architetto Antoni Gaudì, è a tutt'oggi incompiuta, e i lavori procedono molto lentamente secondo i progetti originali. La Sagrada Familia a Barcellona Ma in gran parte è finita, e sia gli esterni che gli interni lasciano senza parole, per i loro contrasti e lo stile assolutamente unico che il Maestro ha voluto dare alla costruzione che gli ha regalato fama e onori in tutto il mondo. Da non perdere l'ascesa al campanile, da cui si ammira un panorama di Barcellona davvero mozzafiato. Scopri di più su: Sagrada Familia La Rambla La via più famosa di Barcellona, che si snoda per oltre un chilometro da Plaza Catalunya fino al mare, è una vera gioia per tutti e cinque i sensi. Affollatissima a ogni ora del giorno e della notte, vi si affacciano edifici e punti di interesse come il museo delle cere, il teatro Liceu o il mercato La Boqueria, davvero da non perdere. Ma il bello di passeggiare lungo la Rambla consiste nel vivere la vita all'aria aperta, ammirare gli artisti di strada o girovagare tra le bancarelle alla ricerca del souvenir perfetto. Meglio evitare invece di sedersi ai tavolini dei tapas bar o dei ristoranti, cari e di qualità mediocre. Scopri di più su: La Rambla Parc Guell Un'altra delle meraviglie che Gaudì ha lasciato in eredità a Barcellona è il Parc Guell. Situato a nord della città, questo parco in origine doveva essere un complesso residenziale per la borghesia del '900, ma in seguito il progetto fu abbandonato e oggi è diventato una delle icone di Barcellona. La splendida vista su Barcellona da Parc Guell Da non perdere una foto ricordo al simbolo del parco, la fontana a forma di drago, così come una vista panoramica pazzesca sulla terrazza da cui si domina tutta Barcellona. Scopri di più su: Parc Guell La collina di Montjuic La collina di Montjuic è una vera e propria città nella città, e vale la pena trascorrerci un'intera giornata. La si raggiunge con la caratteristica funivia che parte dal porto, ma anche con una moderna telecabina, coi mezzi pubblici o persino a piedi. Giunti in vetta e scattata una splendida foto panoramica di Barcellona, le attrazioni da non perdere sono il castello di Montjuic, in origine una fortezza-prigione, lo Stadio Olimpico, casa dell'Espanyol fino al 2009 e meraviglia architettonica della città, ma anche il Museu Nacional d'Art de Catalunya e la Font Magica, uno spettacolo di fontane danzanti di luci e colori che illumina le notti di Barcellona. Scopri di più su: Montjuic Port Vell La zona del Port Vell è una delle più battute dai turisti in visita a Barcellona. Si trova alla fine della Rambla, subito dopo il monumento a Cristoforo Colombo, e le sue barche a vela ormeggiate sono ormai diventate un simbolo della città. Si può ammirare il porto costeggiando il lungomare o attraversarlo percorrendo un ponte levatoio pedonale chiamato Rambla de Mar, alla cui estremità si trovano diverse attrazioni tra cui il centro commerciale Maremagnum, l'acquario di Barcellona e una zona moderna dove si trovano negozi, cinema e ristoranti. Casa Milà e Casa Batllò Altri due capolavori di Gaudì, la Casa Milà e la Casa Batllò, si trovano lungo il Passeig de Gracia, una delle strade dello shopping più esclusive di Barcellona. Il loro stile unico e inimitabile le rende due must assoluti da visitare in città, soprattutto considerando che si trovano a poche decine di metri l'una dall'altra. Commissionate ad Antoni Gaudì in momenti diversi da parte di due famiglie della borghesia di Barcellona, sono state oggi trasformate in musei, ognuna delle quali mette in mostra sculture e opere di Gaudì e soprattutto i concetti innovativi che il visionario architetto metteva in pratica per dare alle sue costruzioni un aspetto unico, sia all'esterno che all'interno. Scopri di più su: Casa Milà e Casa Batllò Quartiere Gotico e la Cattedrale La zona che si trova circoscritta tra la Rambla, via Laietana, il Port Vell e Plaza Catalunya prende il nome di Barrio Gotico, o quartiere gotico in italiano. E' un dedalo di stradine pedonali, strette e affollate dai turisti a qualsiasi ora del giorno e della notte, piene di negozi, bar e ristoranti. Il Barrio Gotico Molto piacevole da visitare, soprattutto perchè all'improvviso, girando un angolo si può sbucare in alcune tra le piazze più belle della città. Da non sottovalutare Placa del Pi, dove si trova l'omonima chiesa, o la bella Placa de Sant Jaime con il municipio cittadino, mentre da non perdere è la piazza della Cattedrale, su cui si affaccia questo enorme edificio di culto costruito in stile gotico, vero e proprio vanto di Barcellona. Scopri di più su: Quartiere gotico e la Cattedrale Passeig de Gracia Molti turisti rischiano di perdersi alcune tra le migliori occasioni per lo shopping a Barcellona. Certo, la Rambla e il quartiere gotico sono pieni di negozi, ma sono perlopiù piccole botteghe e negozi di souvenir.





CRAL PISTOIA



CIRCOLO SAMARCANDA



CRAL PRATO



CRAL FIRENZE

C.R.A.L. Regione Toscana
Tel. 055 4383687
mail: cral@regione.toscana.it

CRAL REGIONE TOSCANA

1 CIRCOLI INTERCRAL ASCENTRO E CRAL REGIONE TOSCANA
ORGANIZZANO:

Marsiglia

Città d'arte e di cultura, Marsiglia ha più di una meraviglia da farVi condividere.

Con i suoi 26 secoli di esistenza, coniuga tradizione e modernità.

La città rimane profondamente segnata dal suo passato e dissotterra continuamente le vestigia di tutte le città che si sono sovrapposte lungo i secoli. Costituisce un vero percorso che guida il visitatore dalle sue origini greche e romane fino alla modernità de nostro secolo e le grandi realizzazioni architettoniche del XXI secolo, passando dalle fondamenta religiose medievali, le fortificazioni del XVI secolo, le ricche dimore del Seicento e del Settecento ed i numerosi edifici prestigiosi costruiti nell'Ottocento.

Notre-Dame de la Garde, "La Bonne Mère", è la figura emblematica della città, e protegge i marinai, i pescatori e tutti i marsigliesi. In occasione del soggiorno a Marsiglia, andate al suo santuario e ammirate dall'alto della collina il meraviglioso panorama.

La collina della Garde (154 m) è sempre stata un posto d'osservazione. Nel XV secolo un'ordinanza di Carlo II d'Angiò iscrive la collina della Garde nella lista delle stazioni di guardia. Questo sistema di vedetta va migliorando nel corso dei secoli e la sua funzione perdurerà sulla collina fino al 1978. Per fare proteggere Marsiglia dalle armate di Carlo Quinto dal Conestabile di Bourbon, Francesco I fa costruire un forte nel 1524 sulla sommità della collina, che costituisce con il Castello d'If all'ingresso del porto, una difesa marittima di cui la città era sprovvista. Ai giorni nostri si può ancora constatare la presenza del forte che è servito come base dell'attuale basilica e ritrovare al di sopra del portico nord la "firma" del Re: una Salamandra.

Varie cappelle hanno preceduto la sua costruzione. Così la collina della Garde conserva da allora una tripla vocazione: posto di vedetta, fortificazione militare, e luogo di culto e pellegrinaggio.

AA metà de XIX° secolo, il santuario si rivela troppo piccolo per i numerosi pellegrini che lo visitano e Monsignor Mazenod decide di costruire una grande basilica Notre-Dame de la Garde. La prima pietra viene posata l'11 settembre 1853, i lavori sono affidati all'architetto Espérandieu e la consacrazione ha luogo il 5 giugno 1864.

Di stile romanico-bizantino: cupole, policromia delle pietre, ori, mosaici, la basilica risponde perfettamente al programma delle grandi costruzioni intraprese a Marsiglia sotto Napoleone III. L'edificio si compone di due parti: una chiesa bassa, a cripta, con volta, e una chiesa alta, il santuario, consacrato alla Vergine (festa e pellegrinaggio il 15 agosto). La presenza di numerosi ex-voto esposti sui muri testimonia la fede popolare.

Il campanile supporta una statua monumentale della Vergine; essa fu affidata allo scultore Lequesne, eseguita in bronzo dorato laminato d'oro dagli atelier Christoffle di Parigi e sistemata nel settembre 1870.

[Il museo di arte sacra](#) di Notre-Dame de la Garde, aperto nel 2013, ripercorre la storia della basilica.

Così la collina della Garde conserva da allora una tripla vocazione: posto di vedetta, fortificazione militare, e luogo di culto e pellegrinaggio. A metà de XIX° secolo, il santuario si rivela troppo piccolo per i numerosi pellegrini che lo visitano e Monsignor Mazenod decide di costruire una grande basilica. La prima pietra viene posata l'11 settembre 1853, i lavori sono affidati all'architetto Espérandieu e la consacrazione ha luogo il 5 giugno 1864.

Di stile romanico - bizantino: cupole, policromia delle pietre, ori, mosaici, la basilica risponde perfettamente al programma delle grandi costruzioni intraprese a Marsiglia sotto Napoleone III. L'edificio si compone di due parti: una chiesa bassa, a cripta, con volta ad arco, che custodisce tra l'altro un crocifisso policromo che risale alla chiesa del XVI° secolo, una « mater dolorosa » in marmo di Carpeaux; una chiesa alta, il santuario, consacrato alla Vergine (festa e pellegrinaggio il 15 agosto) dove abbondano i mosaici a sfondo d'oro e i marmi policromatici che le donano l'aspetto di un reliquiario. Da segnalare: le porte in bronzo e l'altare maggiore disegnato da Revoil, co – architetto della basilica, una Vergine in argento di Chanuel, un'Annunciazione in basso rilievo in maiolica policroma, opera fiorentina del XVI secolo. La presenza di numerosi ex-voto esposti sui muri, sospesi tra i piloni delle navate, costituisce una vera collezione d'Arte Naïf, una sorta di commovente cronaca della società marsigliese, testimonianza eloquente della fede popolare: ex voto tutti dedicati a colei che i marsigliesi di ogni confessione designano come la « buona madre ». Il campanile supporta una statua monumentale della Vergine; essa fu affidata allo scultore Lequesne, eseguita in bronzo dorato laminato d'oro dagli atelier Christoffle e sistemata nel settembre 1870.

Dal piazzale, davanti al santuario, si scorge la più spettacolare vista di Marsiglia e del suo paesaggio.

Da 26 secoli, il Vieux-Port è il teatro prestigioso in cui si recita la storia di Marsiglia. Durante l'Antichità e il Medioevo, la città greca (Massalia), poi romana (Massilia) e medievale (Masiho) si è sviluppata lungo la riva nord, poi verso sud nel XVII secolo. A quel tempo, l'ingresso del porto era controllato da due forti, il forte Saint-Nicolas e il forte Saint-Jean.

Uno degli emblemi del Vieux-Port era il "pont transbordeur" un'opera in metallo inaugurata nel 1905 che collegava i due forti, e che purtroppo fu distrutta dopo la guerra.

Nel 2013, il Vieux-Port è stato ristrutturato (un accesso al porto più facile, circolazione ridotta, creazione di una tettoia del famoso architetto Norman Foster). Il Vieux-Port rimane ancora oggi il cuore nevralgico di Marsiglia.

Dietro il Municipio si cela il cuore storico della città. ovvero "Le Panier". L'origine del nome pare derivi dall'insegna di una locanda



CRAL PISTOIA



CIRCOLO SAMARCANDA



CRAL PRATO



CRAL FIRENZE



C.R.A.L. Regione Toscana
Tel. 055 4383687
mail: cral@regione.toscana.it
CRAL REGIONE TOSCANA

1 CIRCOLI INTERCRAL ASCENTRO E CRAL REGIONE TOSCANA ORGANIZZANO:

Dal 1983, la città di Marsiglia, aiutata dalla Commissione Europea, ha intrapreso la ristrutturazione del quartiere.

la "Casa dei Diamanti"

Edificata da ricchi accomandanti di origine spagnola e italiana, poi abitata da grandi famiglie marsigliesi, la Maison Diamantée sarà spezzettata durante la Rivoluzione. Perfetto esempio del Manierismo provenzale, è straordinaria per la decorazione a sbalzo a punta di diamante della sua facciata e le decorazioni della scalinata a cassettoni, unica a Marsiglia. Classificata Monumento Storico nel 1925, è salvata dalle distruzioni del 1943, e ospita dal 1967 al 2009 il Museo della Vecchia Marsiglia. Antico Palazzo di Giustizia di Marsiglia, l'edificio fu costruito a metà del XVIII secolo dai fratelli Gérard, architetti marsigliesi, nella località dell'antico Palazzo di Giustizia del XVI secolo. L'edificio è stato costruito in pietra rosa delle cave de la Couronne, e presenta una facciata relativamente stretta che richiama quella delle case provenzali. La sezione anteriore è circondata da un frontone allegorico, il piano nobile è ornato da un balcone in ferro battuto tipico dell'artigianato marsigliese del XVIII secolo. Da questo balcone erano emesse le sentenze rivoluzionare, mentre in basso la ghigliottina veniva sistemata sulla piazza. L'edificio è attualmente occupato dalla dipendenza del Municipio.

La Grand'Rue

segna il percorso della principale via antica, ancora visibile nel Porto antico e che è possibile seguire fino a Place de Lenche, antica Agora. Il livello della via greca si trova a 3 metri sotto al livello dell'attuale strada. Nel VI secolo a. C era già piuttosto animata, perché serviva i principali edifici pubblici e accoglieva mercati e attività commerciali e artigianali.

L'Hôtel de Cabre

Questo palazzo signorile costruito nel 1535 in un curioso mix di stile gotico e rinascimentale da Louis Cabre, commerciante e console, è una delle dimore più antiche di Marsiglia. Miracolosamente risparmiata al momento della distruzione dei vecchi quartieri nel 1943, nel 1954 fu spostata e ruotata di 90° per allinearsi con le strade del tempo. Dal 1941 le facciate sono classificate tra i Monumenti Storici

L'hôpital du Saint-Esprit, creato nel XII secolo, è stato ampliato nel corso dei secoli e riunito all'hôpital Saint-Jacques de Galice nel XVI secolo. Un secolo dopo diventerà Hotel Dieu. La sua ricostruzione fu intrapresa da un nipote del celebre architetto Hardouin-Mansart, e il suo vasto progetto è stato realizzato solo in parte, tanto che sarà solo nel Secondo Impero che l'Hôtel Dieu adotterà la sua fisionomia attuale. Infatti, come tutti gli edifici ospedalieri del XVIII secolo, l'edificio era chiuso sui 4 lati e suddiviso in due corsie principali, una per le donne e l'altra per gli uomini. L'architetto Blanchet decise di aprire l'edificio a sud e terminare le due ali con alcuni padiglioni. I piani sono aperti da gallerie di circolazione, tipiche dell'architettura ospedaliera. Le scalinate sono opera di Joseph-Esprit Brun.

Dal 2013 ospita l'hotel 5 stelle Intercontinental.

Il busto in bronzo che rappresenta Jacques Daviel ricorda nel 1745, all'Hôtel Dieu, è stata realizzata per la prima volta un'operazione di cataratta con estrazione del cristallino. Per questo sarà nominato oculista di Luigi XV.

Dall'XI secolo qui si erge una piccola chiesa parrocchiale dedicata a Notre-Dame des Accoules. La chiesa fu ricostruita nel XIII secolo, assieme al campanile della Torre Sauvetterre che suonava l'allarme e convocava il Consiglio Comunale. Il complesso fu parzialmente distrutto nel 1794 e la chiesa fu riedificata poco prima della Monarchia di luglio. Nel sito della chiesa originaria si trova una pietra del Golgota "ad espiazione di tutti i crimini commessi durante la Rivoluzione". Nel XIX secolo è stata rifatta la guglia del campanile.

All'inizio del XVII secolo, i Gesuiti crearono la chiesa Sainte-Croix e un grande collegio in cui la gioventù marsigliese destinata ai commerci veniva preparata alle lingue orientali: il Collegio delle quattro lingue. Nel 1701, su decisione di Luigi XIV e su suo desiderio di sviluppare il commercio a Marsiglia, la scuola diviene Osservatorio Reale.

Nel 1863, divenuto troppo piccolo, venne trasferito nel piazzale Longchamp. Poi negli antichi locali dell'osservatorio viene installata una scuola, mentre la sala dell'Académie des Belles Lettres, Sciences et Arts, realizzata da Joseph-Esprit Brun ospita oggi il Préau des Accoules, museo interamente dedicato ai bambini.

Place de Lenche si trova nell'antica agora greca dalla quale i cittadini potevano controllare le attività del porto. Originariamente la piazza era chiusa ai quattro lati e fu nella parte sud che, nel V secolo, San Cassiano fondò il convento di religiose di Saint-Sauveur davanti a Saint-Victor, sull'altra riva del porto.

Sotto alla piazza si trovano le grotte Saint-Sauveur, cisterne della città greca del III secolo a.C. classificate Monumento Storico nel 1840, considerate come monumento antico intatto, ma che rimangono inaccessibili. Il nome di Lenche proviene da una famiglia di origine corsa, Lincio, che nel XVI secolo ha marcato fortemente questo luogo installandovi un laboratorio di corallo, dei negozi, e facendosi costruire un maestoso palazzo signorile.

La parte sud della piazza è stata demolita secondo i piani delle autorità tedesche durante l'inverno del 1943 e negli anni '50 sono stati ricostruiti alcuni edifici nella parte bassa.



CRAL PISTOIA



CIRCOLO SAMARCANDA



CRAL PRATO



CRAL FIRENZE



C.R.A.L. Regione Toscana
Tel. 055 4383687
mail: cral@regione.toscana.it

CRAL REGIONE TOSCANA

**I CIRCOLI INTERCRAL ASCENTRO E CRAL REGIONE TOSCANA
ORGANIZZANO:**

