



## CULTURA NATURA

Agosto 2025

Slovenia:  
**DRAGHI  
FOLKLORE  
LEGGENDE**

**Dove la natura convive  
con storia e tradizioni  
tra bellezze discrete  
ma intense...**

**CON ANNA TORTEROLO**

**Bus. 8 giorni  
mercoledì 13 agosto 2025  
mercoledì 20 agosto 2025**



*La Slovenia è un piccolo grande tesoro, un gioiello verde incastonato nel cuore d'Europa. . Il profumo dell'Adriatico mescolato a quello dei pini, il sussurro del vento tra le Alpi Giulie, l'eco cristallino cullato dalle acque turchesi del lago di Bled sono poemi silenti scritti dalla natura e dalla storia su una cartolina perfetta... Tra le mete, le grotte di Postumia, l'ultima e forse la più nota: un mondo sotterraneo di stalattiti e stalagmiti, racconta storie millenarie durante un viaggio nel cuore della terra che lascia sbalorditi, e, talvolta, inquieti...*

*Trieste è vicina: si avverte il riandare a culture diverse che si sono incontrate e mescolate nei secoli. Il popolo sloveno, con la sua discreta eleganza, custodisce con orgoglio la propria identità, crocevia di influenze mitteleuropee e mediterranee. È un popolo laborioso e molto legato alla terra e l'ha preservata con cura e rispetto*

*Ma Slovenia non è solo natura. Le sue città, a partire dalla vivace Lubiana, con il suo castello che domina la valle e il fiume che la serpeggia, pulsano di vita culturale, di arte, di musica. Le piazze accoglienti invitano alla sosta, ad un caffè, a godersi il lento scorrere della vita.*

*Slovenia; un nome che suona un po' come una melodia che si ripete all'infinito, è un angolino di mondo dove la natura incontra la storia e la bellezza è discreta, ma intensa. Come un verso ben riuscito di una poesia che resta nel cuore.*

**1° giorno, mercoledì 13  
Milano, LUBIANA (537 km)**



Entro le ore 7:30, dopo il ritrovo ed il carico dei bagagli, si parte con il bus riservato da Milano,

Piazza 4 Novembre (hotel Gallia).

Durante il trasferimento verso il Friuli, interamente autostradale via Verona e Venezia, Anna Torterolo introduce i temi del viaggio.

Pranzo in ristorante.

Nel primo pomeriggio, subito dopo il confine tra Italia e Slovenia (40 km circa) si visita il **Monastero di Kostanjevica**.

Chiamato di solito "castello", è in realtà un grande monastero cistercense fondato nel 1234, uno dei più ricchi della regione, noto anche come di convento di Goritz. Vittima della volontà riformatrice dell'imperatore Giuseppe II fu chiuso alla fine del '700. La sua cripta contiene la tomba del re di Francia Carlo X, morto in esilio. Ricostruito dopo la Seconda Guerra mondiale, conserva un'impressionante cortile con portici.

Terminata la visita si riparte e si viaggia in autostrada sul Carso sia sloveno che italiano prima di proseguire, spalle al mare, verso l'interno della Slovenia.

Entro le ore 19:15 si arriva a **Lubiana** (135 km), capitale della Slovenia e della regione di Osrednjeslovenska, situata sul fiume Ljubljanica.

Fondata, secondo la leggenda, da Giasone, Lubiana fu inizialmente un villaggio paleoveneto e poi illirico (Emona) e celtico (sec. IV a. C). Conquistata dai Romani nel sec. I a. C., diventò colonia romana col nome di Lulia Emona verso il 14 d. C. e si sviluppò grazie ai fiorenti commerci. Distrutta dagli Unni nel 451, si ripopolò di Slavi a partire dal sec. VI. Dominio franco (sec. IX) e poi tedesco (sec. XI), nel sec. XII passò sotto i duchi di Carinzia e nel 1278 all'Austria, conoscendo un grande sviluppo. Diventata sede vescovile nel 1461, conobbe la diffusione della Riforma protestante, cui seguì tuttavia la ripresa della Chiesa cattolica; nel 1596 i Gesuiti vi fondarono una scuola trasformata in università agli inizi dell'800. Capoluogo delle Province Illiriche tra il 1809 e il 1813, ripassata all'Austria nei decenni successivi diventò la culla del nazionalismo sloveno. Fu della Jugoslavia dal 1918, fu occupata e annessa all'Italia nel 1941.. Con la nascita nel 1945 della Repubblica socialista di Jugoslavia divenne capitale della Slovenia e rimase tale dopo l'indipendenza (1991).

Sistemazione in hotel.

Cena in hotel.

Pernottamento.

## 2° giorno, giovedì 14 LUBIANA

Colazione in hotel.

La giornata trascorre passeggiando nel **centro**

**di Lubiana tra Piazza Prešeren e Piazza Mestni**, attraversando il **Ponte Triplo** ed ammirando **Cattedrale e Castello**.

Piazza Prešeren, di forma irregolare, è dedicata al più grande poeta romantico sloveno, France Prešeren (1800-1849). Il suo poema, Zdravljica ("Brindisi") ha fornito alla Slovenia le parole del suo inno nazionale. La statua del poeta, eretta nel 1905, è circondata da diverse facciate in stile Art nouveau e dalla spettacolare chiesa francescana dell'Annunciazione, in stile barocco, edificata nel 1646-1660, il cui altare settecentesco è opera dello scultore F. Robba.

Il **Ponte Triplo** è il fiore all'occhiello della capitale. Il ponte iniziale fu affiancato da due ponti pedonali grazie a Joze Plecnik. Altrettanto emblematico, il ponte dei Draghi è il primo ponte europeo in cemento armato. I suoi quattro draghi vegliano sulla città.

Le effigi dei vescovi di Ljubljana, inserite nel portale della **cattedrale di San Nicola**, invitano ad entrare in questo capolavoro dell'arte barocca. Gli affreschi, il magnifico altare e le decorazioni dorate di questa replica della chiesa del Gesù di Roma, sono una sorprendente scoperta.

Cuore del centro storico Ljubljana, ai piedi del castello, la graziosa **Piazza Mestni** oblunga è costeggiata da edifici barocchi e dall'elegante municipio, ricostruito nel 1717-1718. Davanti all'edificio si erge la fontana dei Tre Fiumi della Kraina (1743-1751), allegoria dei fiumi Ljubljanica, Save e Krka scolpita da Francesco Robba.

Il **castello medievale**, che domina la capitale slovena, fu costruito sulla cima di una collina, nel punto in cui si trovava un campo fortificato romano. Distrutto da un terremoto nel 1511, poi ricostruito, fu, fino al XVII sec. sede del potere regionale e poi di una prigione. Il castello attuale, fatta eccezione per la cappella gotica (1489), è in larga misura una tarda ricostruzione ma offre dalla torre merlata un ampio panorama sulla città e sulle montagne circostanti.

Pranzo libero.

Completamento delle visite e tempo libero.

Cena libera

Pernottamento.

## 3° giorno, venerdì 15 Lubiana BLED (77 km)



Colazione in hotel.

La mattina si parte dal Lubiana con il bus e si viaggia verso nord ovest ed il confine con

l'Austria per una passeggiata "emotiva" lungo i saliscendi del sito più selvaggio della regione di Bled: le **Gole di Vintgar**.

Le gole incassate, lunghe 1,6 km, furono scoperte nel 1891 e subito aperte ai visitatori. Il sentiero segue passerelle e gallerie abbarbicate alla roccia, che sovrastano la corrente impetuosa del Radovna, dalle acque color smeraldo. Il percorso termina con un ponte sulla cascata Sum, alto 26 m.

In tarda mattina, dopo un breve trasferimento con il bus si arriva sulle romantiche sponde del **Lago di Bled** (15 km).

Splendido lago glaciale situato ai piedi del massiccio del Triglav, il lago di Bled, favoloso e romantico, è indubbiamente il più bello specchio d'acqua delle Alpi. Il quadro è perfetto: un castello medievale aggrappato ad un promontorio roccioso, un'isoletta e la sua chiesa barocca, la foresta circostante... Il sito accoglie anche sorgenti termali.

Tempo libero.

Pranzo in ristorante.

Nel pomeriggio si accede in barca sull'isolotto di Blejski Otok, dove la **Chiesa dell'Assunzione**, tra archeologia e leggende, offre un'immagine da cartolina.

In questo sito unico si sono succeduti culti pagani e cristianesimo primitivo. La basilica romanica (1142) e poi gotica (1465), con il suo campanile da 52 m, fu distrutta da un terremoto nel 1509. La chiesa barocca del XVII sec. e lo scalone monumentale con 99 gradini che salgono dalla riva del lago offrono un panorama incantato.

Sistemazione in hotel.

Cena in hotel.

Pernottamento.

## 4° giorno, sabato 16 Cascate di Savica, BLED (71 km)



Colazione in hotel

La mattina si parte dall'hotel con il bus e si

viaggia verso sud e l'Italia fino all'ampia vallata del **Lago di Bohinj**, (32 km) bacino glaciale di straordinaria bellezza.

Questo lago naturale, che occupa il fondo di un'ampia vallata, è il più profondo del Paese (45 m). Lungo 4 km su 1,2 km, è uno dei gioielli del parco nazionale del Triglav. Il giro del lago costituisce una piacevole passeggiata di oltre 10 km.

Sulla riva sud poco oltre il paesino di Ribčev Laz, merita una sosta la **chiesa barocca dello Spirito Santo** (1743).

Si prosegue nel **Parco Nazionale del Triglav**, unico del Paese e, con i suoi paesaggi stupendi, suo vero simbolo... Una breve passeggiata conduce alle **Cascate di Savica**, una delle più celebri e popolari della Slovenia.

L'acqua proviene dai laghi della valle del Triglav, scavalca il muro di Komarča e si ingolfa nei canali sotterranei fino alla galleria orizzontale che sfocia sulla sommità della cascata. La sua altezza ufficiale è di 78 m. Parte dell'acqua viene evacuata tramite un'altra galleria, da cui nasce una seconda cascata di 25 m. Le due cascate formano le due gambe di una gigantesca "A".

Pranzo in ristorante.

Rientro a Bled.

La giornata si conclude nel **Castello di Bled** costruito su uno sperone roccioso a dominio del lago (29 km).

Nel 1004, sul sito si ergeva una torre romanica fortificata. Alla fine del Medioevo, vennero aggiunte altre torri e fortificazioni. In età barocca, il castello venne rimaneggiato e reso più compatto. Non perdetevi la cappella ricostruita in stile barocco verso il 1700, dall'interno adorno di affreschi.

Rientro in hotel.

Cena in hotel.

Pernottamento.

## 5° giorno, domenica 17 Bled, MARIBOR (219 km)



Colazione in hotel.

La mattina si parte da Bled con il bus e si

viaggia verso sud est e in direzione di Lubiana. A Crngrob (48 km) si visita la **Chiesa dell'Annunciazione**, meta privilegiata delle devozioni locali...

La chiesa fu eretta nel 1250. Sotto il suo elegante porticato neogotico è visibile un affresco del XV sec., vero sermone pittorico sui doveri e i divieti domenicali. All'interno, sorge l'altare maggiore (XVII sec.) più grande della Slovenia. Nella navata nord, resto della chiesa romanica, è visibile un altro affresco medievale. L'alta torre campanaria costruita accanto alla chiesa cela un affresco raffigurante San Cristoforo, opera di Janez Gosar di Kranj.

Dopo la breve visita si riparte in direzione di Lubiana. In autostrada si oltrepassa la città da sud e quindi si prosegue verso nord est fino al **lago di Velenje** (105 km).

Acqua pulita, bar accoglienti, superfici in legno attrezzate, lettini prendisole gratuiti, sport acquatici ed altre attività

ricreative classificano la sua spiaggia naturale come la migliore della Slovenia.

Pranzo libero.

Nel pomeriggio si prosegue verso la parte orientale della Slovenia fino a **Maribor** (79 km), centro principale della regione Podravska, presso il confine con l'Austria, centro turistico e di sport invernali sul fiume Drava e ai piedi del massiccio del Pohorje.

La maggior parte delle attrazioni di Maribor si possono ammirare passeggiando per **Lent**, la parte più bella e antica della città.

Numerose storie che si sono svolte sulle rive del fiume Drava. Il segno più grande è stato sicuramente lasciato dai rafters che si rifocillavano nel più grande porto di zattera dell'epoca e si rifornivano per proseguire la navigazione verso la Croazia e la Serbia. Nel cuore di Lent, cresce ancora la vite più antica del mondo: l'età accertata di questa vite "Žametovka" o "Modra Kavčina" è di oltre 400 anni...

Sistemazione in hotel.

Cena in hotel / ristorante.

Pernottamento.

## 6° giorno, lunedì 18 Ptuj, MARIBOR (63 km)



Colazione in hotel.

La mattina si parte dall'hotel con il bus.

Viaggiando verso sud est ed il confine con la Croazia, si arriva

in breve a **Ptuj** (30 km), città più antica della Slovenia, in posizione strategica lungo il fiume Drava che l'ha resa crocevia di civiltà fin dai tempi più remoti.

Abitata da popolazioni illirico-pannoniche, l'antica Poetovio accolse un accampamento romano in età augustea e fu con Traiano colonia romana (Colonia Ulpia Traiana Poetovio), centro importante della Pannonia superiore grazie alla sua ubicazione lungo la strada che da Aquileia portava al Danubio. Declinata per le invasioni barbariche a partire dal sec. IV, la città rinacque nel Medioevo intorno al centro fortificato con il maestoso castello.

Le visite si aprono, passeggiando in centro tra strade lastricate e edifici di epoche diverse, nel

**monastero Domenicano** e proseguono nel suggestivo **castello medievale**.

Il **Monastero Domenicano**, fondato nel 1230 da Methildis, vedova di Friedrich III di Ptuj, fu un centro di attività religiosa fino alla sua dissoluzione nel 1785. Il complesso, trasformato oggi in un centro congressi e culturale, presenta uno stile architettonico gotico e barocco, con un chiostro gotico, una sala capitolare con finestre romaniche e gotiche, e un refettorio barocco con stucchi e affreschi...

Il **Castello**, risalente al XIII secolo, fu originariamente costruito per difendersi dagli ungheresi. È uno dei castelli più importanti del Paese ed oggi ospita le collezioni del Museo regionale di Ptuj e Ormož che includono strumenti musicali, armi, maschere tradizionali di carnevale e arazzi. La posizione del castello offre una vista spettacolare sui tetti e sulle vie lastricate della città...

La passeggiata si conclude in **Piazza Slovenski**, grazioso spazio triangolare su cui si affacciano la chiesa di San Giorgio, la Casa del Prevosto del 1500, il Municipio vecchio del 1700 e Casa Ljutomer del 1565, la torre civica e il teatro e, tra loro, il **Monumento a Orfeo**.

Fra torre e teatro si erge la stele funeraria di un notevole romano locale (II sec. d.C.), alta 5 m, chiamata Monumento a Orfeo, simbolo di Ptuj e anche sua gogna medievale. Negli angoli superiori, due leoni afferrano la testa di due arieti. Fra di essi appare Serapide, divinità greco-egiziana della fecondità e della resurrezione. Al centro, Orfeo piange l'amata Euridice e guida con la sua lira un corteo di animali.

Pranzo libero.

Nel pomeriggio, terminate le visite ed in onore della tradizione viti-vinicola nazionale, si entra nella **più antica cantina della Slovenia**.

I suoi inizi risalgono all'anno 1239, quando i Minoriti costruirono una cantina vinicola sotto il monastero. Oltre ad una ricca collezione di vini d'archivio, la Cantina di Ptuj conserva anche un tesoro speciale – il vino Zlata trta (Vite d'oro) del 1917 che è il vino sloveno più antico. Oggi la Cantina di Ptuj non è conosciuta solo per le eccellenti annate d'archivio, ma anche per essere una cantina moderna che tra le monumentali mura antiche produce vini piacevoli, contemporanei e famosi.

Rientro a Maribor (32 km).

Cena libera.

Pernottamento.

## 7° giorno, martedì 19 Maribor, POSTUMIA (229 km)



Colazione in hotel.

La mattina, liberate le camere e caricate i bagagli, si parte con il

bus da Maribor per riattraversare la Slovenia in direzione sud ovest e verso l'Adriatico.

La prima sosta è tra le atmosfere raccolte della **Certosa di Seitz** (44 km).

Fondata nel 1165 e chiusa nel 1782, la certosa di Zice, nascosta nel cuore di una bella foresta. Edifici restaurati e rovine maestose evocano ancora la vita dei conversi, esperti erboristi. È aperto un negozio di erbe medicinali ed un piccolo museo.

La mattina si conclude, ripreso il viaggio e la direzione nel non distante **Vecchio Castello dei Conti di Celje** (59 km) la cui prima costruzione risale al XIII secolo.

Nel XIV secolo, il castello passò ai signori di Žovnek, conti di Celje dopo il 1341. L'ambiziosa ricostruzione voluta dai conti, pur conservandone la forza difensiva, ne fece una residenza prestigiosa. Ne è una testimonianza la torre Frederick, che domina il lato est del castello. Dopo molti rimaneggiamenti, nell'800 fu ridotto a cava di pietra finché, nel 1882, la potente fortificazione cominciò a rinascere dalle sue ceneri...

Pranzo in ristorante.

Nel pomeriggio si costeggiano le sponde della **Conca di Cerknica** (133 km) che accoglie il più esteso lago intermittente d'Europa.

Il lago può raggiungere una superficie di 38 kmq ed una profondità di 10 m, ma si svuota nei periodi aridi. Le acque invernali dei monti Javornik e Slivnica alimentano il lago grazie alle sue innumerevoli cavità, serbatoi e canali carsici. Vera curiosità geologica, il lago è anche un tesoro di biodiversità: specie botaniche anfibie, zone di nidificazione di molti uccelli, fauna acquatica dalla resilienza sorprendente.

L'ultima visita della giornata è nel **Castello di Predjama** (27 km), imponente edificio

costruito sul fianco di una rupe,

Il castello, teatro di vicende rocambolesche, fu considerato rifugio inaccessibile, e le gallerie della sua grotta sono lunghe 6 km.

Sistemazione in hotel.

Cena in hotel / ristorante.

Pernottamento.

## 8° giorno, mercoledì 20 *Postumia, Milano (453 km)*



Colazione in hotel.

Liberate le

camere e caricate i bagagli sul bus, si parte per il cuore del Carso ed entrare nello straordinario percorso sotterraneo di 20 km (in trenino) delle vicine **Grotte di Postumia**.

Una pelle pallida, quasi trasparente, strane escrescenze rosse, occhi assenti, quattro arti e solo dieci dita. Di che animale si tratta? Per caso sono dei cuccioli di drago? Già da secoli lo strano aspetto dei protei stuzzica la fantasia. I primi cenni sui cuccioli dello spaventoso drago che vive nelle Grotte di Postumia risalgono già al XVII° secolo. Nel 1768, i "cuccioli di drago", descritti per la prima volta dalla comunità scientifica, ricevettero il nome latino: *Preoteus anguinus*. Anche Charles Darwin scrisse su questi insoliti esseri del sottosuolo di Postumia.

Ritornati alla luce s'inizia il viaggio di ritorno in Italia, via Gorizia (59 km).

Pranzo in ristorante.

Il pomeriggio è impegnato dal viaggio di rientro a Milano (292 km).

Durante il trasferimento, via Venezia, Verona e Brescia, Anna Torterolo riassume e commenta il viaggio.

L'arrivo a Milano, Piazza 4 Novembre è previsto per le ore 20:00.

**Quota di partecipazione: € 2.395 (minimo 15 Soci partecipanti)**

**Acconto di Vs. conferma € 600. Saldo entro martedì 15/7/25**

**La quota comprende.** •7 pernottamenti in camera doppia in hotel 4\*\*\*\*. •7 colazioni in hotel. •10 pasti in hotel / ristorante. •Tassa di soggiorno. •Navigazione a Lubiana. •Navigazione sul lago Bled. •7 ingressi (gole Vintgar, castello Bled, monastero Ptuj, certosa Seitz, castello Celj, castello Predjama, grotte Postumia). •Assicurazione sanitaria collettiva. •Bus riservato. •Assistenza culturale di Anna Torterolo e/o di esperti locali. •Assistenza del responsabile di *CULTURA E NATURA*.

**La quota non comprende.** •5 pranzi liberi. •Bevande. •Ingressi non compresi. •Offerte, mance e quanto non menzionato ne "la quota comprende".

**Supplementi.** •Camera singola: € 225. •Assicurazione rinuncia individuale (+AR): € 146 circa.

**SLOVENIA A-Z.** •**AMBASCIATA D'ITALIA a LUBIANA**, Snezniska Ulica, 8 -1000 Lubiana. Telefono. 00386 1 4262194; 00386 1 4262320; 00386 1 4258659. Cellulare di emergenza: 00386 41 736773. •**CLIMA:** Continentale all'interno. Temperature nel periodo: 27°-14° (Milano 29°-20°). •**DOCUMENTI.** Passaporto o carta d'identità valida per l'espatrio. •**LINGUE.** Sloveno, nonché italiano ed ungherese nelle aree miste. L'inglese è diffusamente parlato; anche il tedesco è conosciuto. •**RELIGIONI.** Cattolica 57,8%, musulmana 2,4%, ortodossa 2,3%, altre 4,6%, atei 10,1%, non dichiarata 15,7%, sconosciuta 7,1%. •**SALUTE.** La situazione sanitaria è buona, come anche la possibilità di reperimento in loco di medicinali. •**TELEFONI.** Prefisso telefonico dall'Italia: 00386. Numero unico europeo per le emergenze: 112. Polizia: 113. Le reti di telefonia mobile coprono l'intero territorio.

Con la collaborazione di RAMITOURS, MAROSTICA (VI) – GARD4623



**Associazione Milano CULTURA E NATURA**

**Via Roberto Lepetit 8 - 20124 Milano**

**Telefono Sede: +39 02 00696328 - Cellulare: +39 340 0518590**

**Posta elettronica: asso.mcn@fastwebnet.it - Sito internet: www.assomcn.it**

**Codice Fiscale: 97456670153 -**

**Iban IntesaSanpaolo: IT03Y030690960610000017244**