

Posada



COMUNE DI POSADA

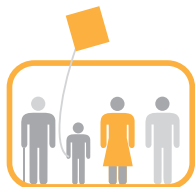


TEPILORA
PARCO NATURALE REGIONALE
POSADA-TEPILORE-BITTI

La posizione arroccata su una collina calcarea, il centro medievale sovrastato dall'antico Castello della Fava e il delta del Rio Posada che solca l'ampia pianura alluvionale all'interno del Parco naturale regionale di Tepilora rendono Posada uno dei luoghi più suggestivi della Sardegna.

Qui vive una comunità che ha scommesso sulla valorizzazione del patrimonio storico, naturalistico e identitario per segnare la propria strada e che ha fatto dell'accoglienza e della condivisione dei propri valori le sue bandiere.

Perched on a limestone hill, the Castle of the Fava (bean) dominates the medieval town of Posada. This, and the river of Rio Posada that flows through the wide flood plains of the region's natural park of Tepilora, makes it one of the most picturesque places in Sardinia. Here lives a community which is committed to the development of the area's historic and environmental legacy in its own distinct way.



2.966 abitanti, di cui 1.442 femmine, 1.524 maschi, 546 minori e 18 nonagenari.

Out of the 2,966 inhabitants, there are 1,442 women, 1,524 men, 546 children and 18 elderly people over 90 years old.



33,52 Km² di superficie e 5 centri abitati: Posada e le frazioni di Sas Murtas, Monte Longu, San Giovanni, La Caletta.

The municipality covers 33,52 sq km and includes the town of Posada and the smaller centres of Sas Murtas, Monte Longu, San Giovanni and La Caletta.



5 Km circa di costa sabbiosa con 5 accessi alla spiaggia e una densa rete di canali e stagni retrodunal.

There is about 5 km of sandy coastline with 5 points of beach access and a complex system of canals and wet lands.



1 Parco Naturale Regionale, "Tepilora", che insieme ai territori del Rio Posada e del Montalbo è anche Riserva di Biosfera UNESCO.

A regional national park, "Tepilora", that with Rio Posada and Montalbo territories is also UNESCO Biosphere Reserve.



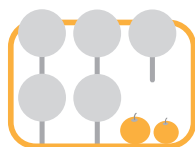
Bike sharing comunale su 7 Km di piste ciclabili e una rete di percorsi per la fruizione naturalistica del territorio.

There is a community bike sharing scheme that boasts 7 km of bicycle paths and a network of country pathways.



1 porto con posti barca per imbarcazioni da 5 a 30 metri di lunghezza.

The port can harbour boats from 5 to 30 metres in length.



1.200 ettari di superficie agricola utilizzata tra pascoli, agrumeti, oliveti, orti familiari.

The vast agricultural land is made up of pasture, olive groves, orchards and farms.



782 posti letto in 4 alberghi e 22 tra agriturismo, bed&breakfast e campeggi.

The 4 hotels and the 22 agriturimos, bed and breakfast and campsites house a total of 782 beds.





Le forme della storia

Il racconto di un millenario equilibrio tra uomo e territorio

History and its forms

The tale of a millennium of harmony between mankind and the land

L'antica Feronia, il Castello della Fava col borgo medioevale, la torre di San Giovanni. Sulle tracce di una storia di millenario equilibrio tra uomo e territorio

Ancient Feronia, the Castle of the Fava with its medieval town, the tower at San Giovanni, all reflect the history of a millennium of harmony between mankind and the land



Posada è uno dei centri abitati più antichi della Sardegna.

I ritrovamenti in pieno centro abitato confermano la presenza dell'uomo in queste terre sin dal Neolitico e gli scavi presso il nuraghe Pizzinnu, nelle campagne a sud ovest di Posada, hanno portato alla luce bronzetti nuragici risalenti al 1400 a.C.

Posada is one of the oldest inhabited centres in Sardinia. The discovery of an etruscan-nuraghic cemetery in the centre of the town is evidence of man's presence here since remote times.

An archeological dig at the Nuraghe Pizzinnu, south west of Posada town, unearthed bronze statuettes dating back 1400 a.C.

With its natural rock fortress, the fertile flood plains

Con la rocca dalla naturale vocazione militare, la fertile piana alluvionale, il fiume che garantiva approdo e riparo per le imbarcazioni, Posada ha avuto una funzione strategica in epoca romana (la struttura urbana di Feronia e il Portus Luquidonis della Geographia di Tolomeo, del II sec. d.C.), ma il suo periodo di maggior splendore cade nei secoli XII e XIII,

and the river, it guaranteed harbour and shelter for boats, Posada played a very important role in the Roman Era (the urban structure of Feronia and 'Portus Luquidonis' of Ptolemy in the second century AD) but its period of greatest importance fell between the 12th and 13th centuries during which the town's fortifications were restored and the Castello della Fava was built. All that



epoca alla quale risalgono la fortificazione del borgo e la costruzione del Castello della Fava, le cui vicende si perdono tra fatti e leggende; le rovine del mastio e la torre che si erge al suo interno per circa 20 metri d'altezza raccontano storie locali di assedi e occupazioni, malaria e peste e, insieme, la grande storia della Sardegna dei Giudicati.

remains of the castle are its square tower, which rises to a height of about 20 metres, the ruins of the keep and the internal courtyard. Many stories are a blend of fact and fiction, tales of sieges and occupations, malaria and plague and the stories of the Lords of Sardinia.



Da non perdere

Una passeggiata guidata in centro storico tra chiese, antiche mura e inattesi belvedere.

Casa delle Dame e le sue mostre permanenti, nel borgo medioevale.

Il Castello della Fava e la vista a 360° dall'alto della torre.

Not to be missed

A guided tour of the historical centre featuring churches, ancient walls and unexpectedly stunning views.

The Casa delle Dame and its permanent exhibition in the medieval town.

The Castello della Fava and its 360° view from the top of its tower.





Tra fiume e mare

Lungo il corso del Rio Posada, dal paesaggio fluviale al sistema
costiero di dune e spiagge bianche

Between the river and the sea

*The river bank of Rio Posada, the river landscape, the system
of coastal dunes and white beaches*

Il corso del Rio Posada, la pianura alluvionale, la foce a delta e il sistema costiero di dune e spiagge bianche

The river bank of Rio Posada, the flood plain, the mouth and the system of coastal dunes and white beaches



Dopo un lungo percorso che parte sui monti tra Bitti e Alà dei Sardi, il Rio Posada si è costruito nell'asta terminale un'ampia pianura alluvionale che solca con un percorso più volte mutato nel tempo: il risultato delle sue divagazioni è un dedalo di canali residuali degli antichi corsi del fiume e di foci fossili delimitate da "pareti" dense di vegetazione ripariale in cui trovano casa le

Rising between Bitti and Ala dei Sardi, the river Posada ends its journey in a wide flood plain through which it cuts a path which has changed many times through the centuries. The result is a maze of old channels marked by thick walls of vegetation in which can be found a wide variety of local birdlife.

Near Punta Orvile the river divides into two

specie più interessanti dell'avifauna delle zone umide. Presso Punta Orvile il Rio Posada si biforca in due rami: uno, nella stagione della piena, si getta subito in mare, mentre l'altro si dirige verso sud sino alla foce armata di Sos Palones. Da Orvile a Su Tiriazu il fiume corre quasi parallelo al cordone di sabbia candida del litorale di Posada, a ridosso del sistema di dune costiere. Spianate

branches: one, in the flood season, flows directly into the sea while the other heads south all the way to Sos Palones.

From Orvile to Su Tiriazu the river flows almost parallel to a corridor of white sand and dunes along Posada's coastline.

After the destruction of the dunes in the 1970's, they are now being 'regenerated'. Located behind



negli anni '70, le dune sono oggi messe "in incubatrice": all'interno degli schermi frangivento in canne nelle spiagge di Su Tiriazu, Sutta e' Riu e San Giovanni, le dune riconquistano qualche decina di centimetri all'anno e recuperano la loro funzione di protezione della zona umida, argine naturale alle acque alte, serbatoio di sabbia che alimenta la spiaggia.

areas of reeds on the beaches of Su Tiriazu, Sutta e' Riu and San Giovanni, the dunes are growing at a rate of 10cm a year, recovering their ability to protect the wetlands as natural flood defences, reservoirs of sand which feed the beaches.



Da non perdere

Un'escursione in kayak sul Rio Posada.

Le passeggiate in bicicletta sulla rete di sentieri della foce.

Una sosta rigenerante nella pineta di Orvile mentre i bambini si sfidano nella caccia al tesoro con le tecniche dell'orienteering.

Not to be missed

A kayak excursion on the river Posada.

A bicycle trip exploring the network of trails around the mouth of the river Posada.

A restorative break under the pine trees at Orvile while the children search for treasure by learning to use some simple orienteering skills.





Natura selvaggia

Ambienti integri, dove regnano indisturbate specie animali e vegetali
dalla bellezza rara, da osservare con rispetto

Wild nature

*This pristine, unspoilt natural habitat is home to wild animal species, flora
and fauna, which are to be enjoyed and respected by all visitors*

Fenicotteri rosa, aironi e garzette, vegetazione ripariale e gariga costiera. La natura selvaggia e incontaminata nell'area umida degli stagni e nel vicino sistema dunale

Pink flamingos, moorhens, grey herons cormorants, egrets. Wild nature of wetlands and dunes



Gli stagni Longu e Tundu ricevono le acque dolci del Rio Posada e comunicano col mare tramite la bocca artificiale di Sos Palones. Con una concentrazione salina solo parzialmente condizionata dallo scambio col mare, gli stagni rientrano a pieno titolo nella rete stabile di stazioni per la migrazione annuale degli uccelli acquatici.

Freshwater flows from the river Posada into the lagoons and then into the sea through the man-made outlet at Sos Palones. The inflow of salt water is restricted by the reduced size and irregular form of the channels which connect the lagoons to the sea. As a result they have a limited influence on saltwater levels in the lagoons, which form a stable network of resting and feeding places for

La vegetazione presenta associazioni tipiche dell'ambiente ripariale: giunchi, tamerici, salici, canne, offrono ospitalità, tra gli altri, al fenicottero rosa nelle lunghe soste invernali, alla gallinella d'acqua, al cormorano, all'airone cenerino, guardabuoi e rosso, alla garzetta e al germano reale. Nel vicino Rio Santa Caterina nidifica il pollo sultano, specie che resiste spontaneamente

waterfowl on their annual migration. The plants here are typical of the riverside environment: rushes, tamarisks, willows and reeds offer sustenance and protection to, amongst others, pink flamingos, moorhens, grey herons cormorants, egrets and mallards. The rare and elusive purple swamp hen nests nearby, in Rio Santa Caterina. Rarely seen, its



in Italia nella sola Sardegna, difficile da avvistare ma di cui è facile sentire il ruvido verso.

Paradiso per gli appassionati di fotografia naturalistica, gli stagni e il vicino sistema dunale offrono ai più pazienti e solerti osservatori uno spettacolo memorabile della natura selvaggia del territorio.

presence is confirmed, only by its distinctively harsh cry.

Both the wetlands and dunes are a paradise for keen photographers and can offer memorable experiences to birdwatchers and other dedicated observers of nature.

Da non perdere

Una passeggiata a piedi o in bicicletta lungo il percorso naturalistico che costeggia la zona umida.

Gli appuntamenti di birdwatching proposti dal Centro di Educazione Ambientale.

Le gigantografie della mostra "Ali sul fiume" allestita presso Casa delle Dame.

Not to be missed

A tour (on foot or by bike) of the nature trail which runs along the edge of the wetlands of the river Posada.

A birdwatching expedition organised by the Environmental Education Centre.

The photography exhibition "Wings on the River" at the Casa delle Dame.



An aerial photograph of a lush, green rural landscape. The terrain is a mix of vibrant green fields, some of which appear to be planted with crops like corn. Scattered throughout the landscape are numerous trees, some standing alone and others in small groves. Several small, simple buildings with light-colored walls and dark roofs are visible, nestled among the fields and trees. A dirt road or path winds through the lower part of the image. The overall scene conveys a sense of a fertile, well-maintained agricultural area.

La buona terra

Una piana ricca e fertile. Saperi antichi che disegnano il paesaggio
agricolo e portano sulla tavola prodotti buoni e sani

The fine soil

A rich fertile plain. Ancient knowledge that brings on the table good,
healthy and locally grown products

Orti, frutteti, agrumeti e piccoli allevamenti mettono sul mercato locale prodotti sani, buoni, a chilometro zero

Fruit and vegetable gardens, orange and lemon groves and small holdings. An abundance of local produce consumed within 'zero kilometres'



Terra ricca e fertile, l'ampia pianura alluvionale formata dal Rio Posada va riscoprendo la sua vocazione agricola.

Il progressivo ritorno alla terra è segnato dalla presenza di orti, frutteti, agrumeti e piccoli allevamenti che mettono sul mercato locale prodotti sani, buoni, a chilometro zero, da assaggiare nelle feste e a tavola e da comprare

With its rich fertile soil and wide flood plains, Posada is rediscovering its agricultural legacy.

An abundance of local produce, gathered from family fruit and vegetable gardens, orange and lemon groves and small holdings, sold and consumed within 'zero kilometres' at local festivals, shops and wholesalers, signals a return to Posada's agricultural heritage. Locally produced

nei negozi o direttamente in azienda.

Sono gli stessi prodotti che rendono unici i piatti della tradizione.

Il miele, le verdure, l'olio e i formaggi che si ritrovano nelle preparazioni dolci e salate.

Il pane *carasatu*, sfoglia sottilissima e croccante che la doppia cottura difende dal tempo, al quale è legata la più antica e profonda delle

honey, vegetables, fruit, oil and cheese are used in the preparation of both traditional sweet and savoury dishes and it is this outstanding produce that creates the unique flavours, tastes and consistencies present in the local cuisine.

Thin, round, circular sheets of double-baked bread, the making and baking of 'pane carasatu' is an age old tradition in Sardinia, and which is still



pratiche tradizionali.

Sa pompia, agrume dalle origini misteriose che da almeno tre secoli rappresenta una delle specie vegetali caratteristiche del territorio di Posada, Torpè e della vicina Siniscola. Oggi presidio Slow Food, *sa pompia* è alla base della preparazione dei dolci tipici più particolari: *s'aranzada*, fatta di scorza caramellata e mandorle, e *sa pompia intrea*.

very much alive today.

Sa Pompia, an ancient citrus fruit of unknown origin dating back over 300 years, can only be found in Posada, Torpè and Siniscola. *Sa Pompia* is a food typical of the Slow Food movement and the main ingredient in a unique local sweet, *s'aranzada*. *S'aranzada* is a piece of rind caramelised with honey and covered in chopped almonds.

Da non perdere

La spesa in campo.

I laboratori di lavorazione del miele.

Le dimostrazioni di preparazione e di cottura del *pane carasatu*.

Sa pompia in una delle tante varianti, dai dolci tradizionali al liquore.

Not to be missed

Local produce sold at wholesalers.

Honey production workshops.

Demonstration of the preparation of "*pane carasatu*".

Traditional sweets and liquors.





Contemporaneità e tradizione

Dalle launeddas al jazz, dalla lingua delle origini
alla letteratura internazionale

The contemporary and traditional

*From the launeddas (three piped flute) to jazz, from the local dialect
to international literature*

Eventi estivi, appuntamenti tematici, quotidianità. Il rapporto vivace tra contemporaneità e tradizione nelle manifestazioni culturali di Posada

Summer events, stimulating local and regional meetings, the lively relationship between contemporary and traditional cultural events symbolises Posada and its culture



Dalle launeddas al jazz, dalla lingua delle origini alla letteratura internazionale.

Contemporaneità e profondità della tradizione sono i due aspetti della vivacità culturale di Posada che si manifestano nel quotidiano, negli eventi estivi, negli appuntamenti tematici di rilievo regionale.

Nel sardo, in primo luogo, lingua romanza,

neolatina, segnata dalle tante colonizzazioni e, nonostante tutto, custode di quel che si parlava qui ancora prima dell'arrivo dei romani, che vive nel parlato dei posadini e anima appuntamenti di valenza regionale come il Premio di Poesia e il Premio di Letteratura Sarda "Casteddu de sa Fae".

Nella lirica del Posada Festival, evento estivo che

From the Launeddas (a traditional three-piped flute) to Jazz, from local dialects to international literature, from summer festivals to meetings about current affairs, the lively relationship between contemporary and traditional culture symbolises Posada.

It all starts with "sardo", a language which retains much of its Latin inheritance but which has also

been influenced by the languages of those invaders who came after the Romans. Yet in spite of everything, Sardo is still alive in the hearts and minds of the people of Posada. Posada has participated in and won many competitions of regional importance, such as "Il Premio di Poesia" and "Il Premio di Letteratura Sarda Casteddu de sa Fae". The poetry of Posada Festival: situated in the his-



porta nelle piazze del centro storico medioevale musica, cinema, teatro con i più alti testimoni del panorama lirico italiano.

Nelle tappe locali di manifestazioni radicate e sempre più coinvolgenti, come il Festival di letteratura per ragazzi *Tutte Storie* e l'ormai consueto appuntamento di *Time in Jazz* alla Torre di San Giovanni.

toral centre of Posada, this summer event has medieval music, cinema and theatrical performances that can boast the best views in italian theatre.

Locally, summer events have become increasingly more captivating and engaging. For example, the Festival of Children's Literature 'Tutte Storie' and the appointment with 'Time in Jazz' at the tower of San Giovanni.

Da non perdere

La lirica del Posada Festival.

Gli appuntamenti locali di *Time in Jazz* e del Festival di letteratura per ragazzi *Tutte Storie*.

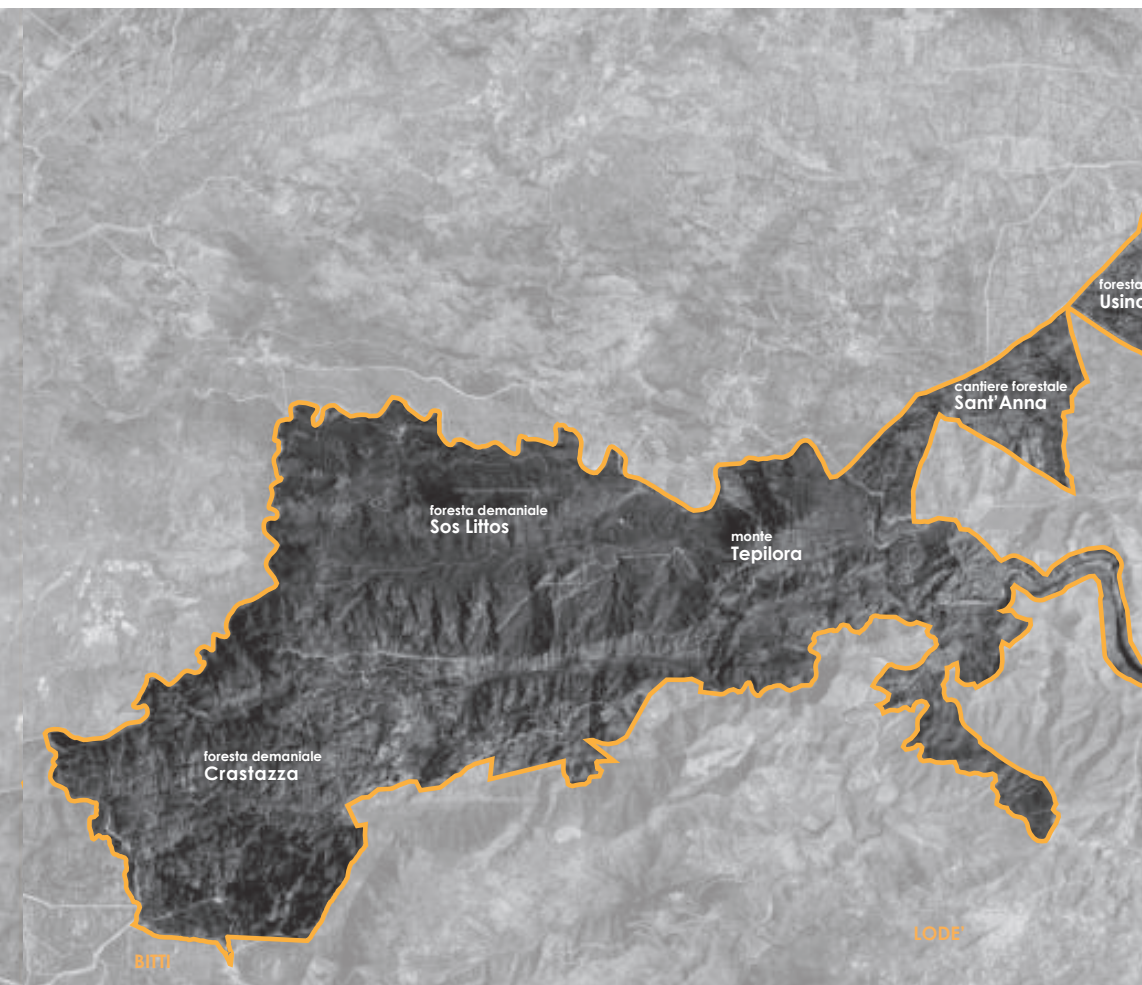
Sonos e Ammentos, che porta in piazza rievocazioni in costume, musica e cibi della tradizione.

Not to be missed

The poetry of Posada Festival.

The Festival of children's literature "*Tutte Storie*" and the appointment with "*Time in Jazz*".

"*Sonos e Ammentos*" a summer event that shows reenactments with traditional costumes, music and local food.



La foce del Rio Posada è parte del Parco Naturale Regionale di Tepilora, istituito nell'ottobre 2014 sul territorio dei comuni di Bitti, Lodè, Torpè e Posada. Quasi 8.000 ettari di foreste segnate da una fitta rete di sentieri, sorgenti, corsi d'acqua, un

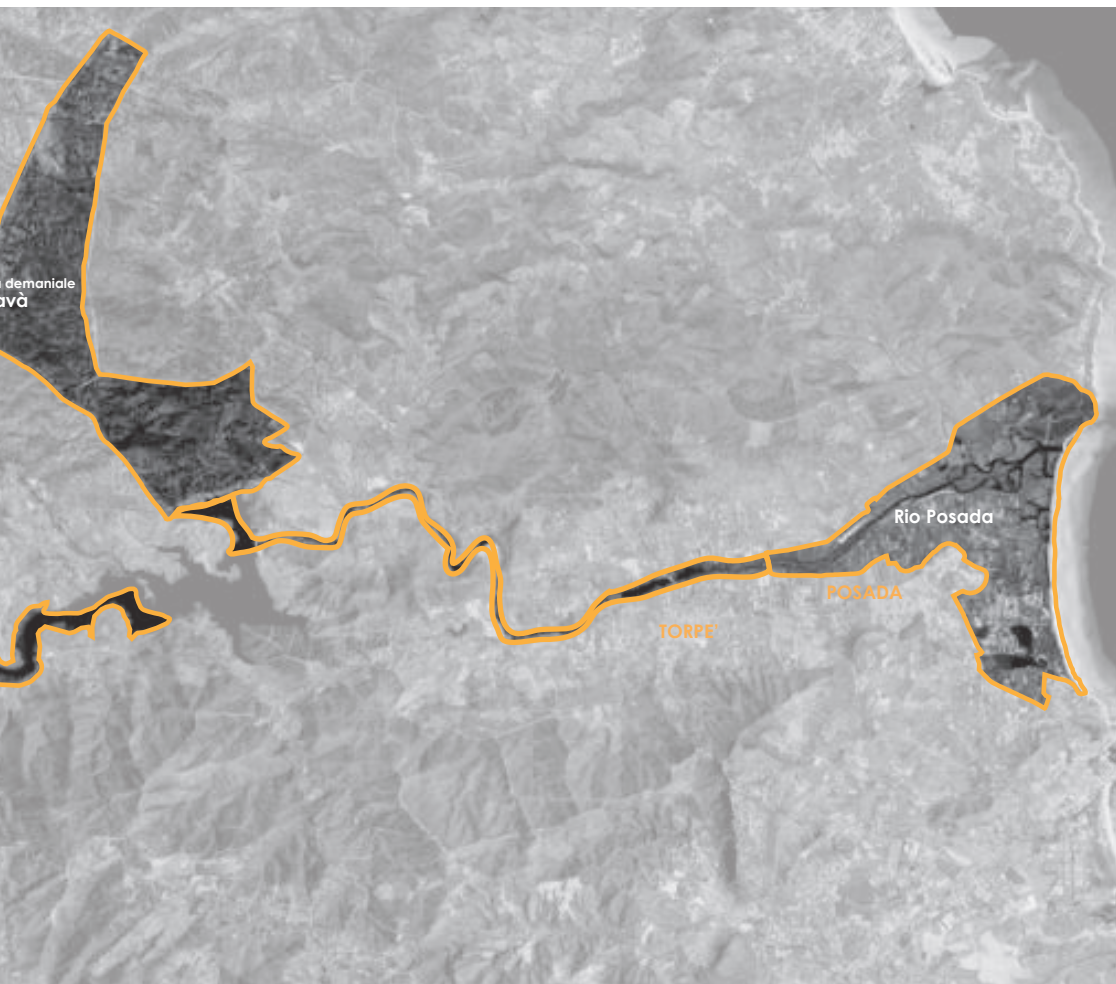
delicato sistema costiero e mare cristallino. Il Rio Posada fa da elemento di connessione del Parco e lambisce lungo il suo corso il monte Tepilora, massiccio roccioso dall'inconfondibile profilo triangolare assunto a simbolo dell'area protetta.

Tepilora Regional Natural Park, established in October 2014, is a union of 4 different counties, Bitti, Lode, Torpè and Posada. Nearly 8000 hectares of forest with a dense network of paths, streams, springs, delicate

coastal system and beautiful crystal sea. Rio Posada flows through the park and onto the distinct triangular-shaped mountain of Tepilora which, with its variety of eco systems and contrasting landscapes, is a symbol of this

Parco Naturale Regionale di Tepilora

Tepilora Regional Natural Park



È la marcata varietà degli ecosistemi e dei paesaggi la cifra distintiva del Parco. I due punti estremi distano tra loro circa 40 chilometri e le altitudini vanno da 1019 metri sino al livello del mare, condizionando vegetazione e fauna:

protected area.

Sitting at 1019 metres above sea level, the Park's two most outlying points stand 40 Km apart. With its nesting eagles, shy deer, wild goats and migratory birds, the Tepilora

la presenza di una coppia nidificante di aquila reale sul monte Tepilora, le fugaci apparizioni di daini e mufloni insieme al passaggio dell'avifauna migratoria sulla foce del Rio Posada rappresentano gli elementi di maggiore fascino.

Regional Natural Park holds considerable appeal for everyone.



Posada . Il territorio

Posada . The region



Punti di interesse

Places of interest

Castello della Fava e borgo medioevale
Castle of the Fava and its medieval village

Casa delle Dame . Ufficio turistico
Casa delle Dame . Tourist office

Torre di San Giovanni
The tower of San Giovanni

Nuraghe Pizzinnu
Nuraghe Pizzinnu

Chiesa campestre
Country Churches

Rio Posada . Escursioni in kayak
Rio Posada . Kayak excursions

Stagni Longu e Tundu . Birdwatching
Wetlands of Longu and Tundu . Birdwatching

Rio Santa Caterina . Birdwatching
Rio Santa Caterina . Birdwatching

Pineta di Orvile . Orienteering
Orvile pine forest . Orienteering

Mobilità e accessibilità

Roads, paths and bike sharing stations

Viabilità principale
Main roads

Viabilità di accesso al centro storico
Access roads to the historical centre

Percorsi di valenza naturalistica
Nature walks and pathways

Piste ciclabili
Bicycle paths

Piste ciclabili in corso di realizzazione
Bicycle paths under construction

Bike sharing . Stazione Centro storico
The Historical Centre bike sharing station

Bike sharing . Stazione Porto
The Port bike sharing station

Accessi al mare
Sea access

Orville - Iscrales - Sutta e'riu



Posada . Il centro storico

Posada . The historical centre

Punti di interesse

Places of interest

Castello della Fava . ingresso
Castello della Fava . the entrance

1

Chiesa di Sant'Antonio Abate
The church of Sant'Antonio Abate

2

Casa delle Dame . Ufficio turistico e
Centro di Educazione Ambientale
*Casa delle Dame . Tourist office and
Environmental Education Centre*

3

Casa del canonico Dore e prima cinta
muraria
Canon Dore's House and the first wall

4

Palazzo del Conte Teodato
The Palace of Count Teodato

5

Chiesa della Madonna del Rosario
The church of Madonna del Rosario

6

Carceri . Biblioteca
The prison . The library

7

Sa Porta
Sa Porta

8

Chiesa di Nostra Signora del Soccorso
The church of Nostra Signora del Soccorso

9

Mobilità e accessibilità

Roads, paths and bike sharing stations

Percorso pedonale
Pedestrian walkways



Percorso carrabile
Driveway



Pista ciclabile
Bicycle paths



Bike sharing . Stazione Centro storico
The Historical Centre bike sharing station

10

Piazza Coghe Fae . Parcheggio
Coghe Fae Square . Car park

11







Casa delle Dame *The Noblewomen's House*

Casa delle Dame è il Centro di Educazione Ambientale e alla Sostenibilità del Comune di Posada, gestito da Legambiente Sardegna. Si propone come punto di riferimento per tutte le attività di fruizione sostenibile del territorio e l'uso responsabile delle risorse ambientali. Dall'estate 2014 ospita l'Ufficio Turistico e offre servizi e attività di scoperta del territorio di Posada e del Parco di Tepilora.

The Casa delle Dame is the Environmental Sustainability Education Centre organised and run by Legambiente Sardegna. It promotes the responsible use of environmentally sustainable methods when exploiting the natural resources found within the local area. Since 2014 it has housed the Tourist Office which organises trips and excursions around Posada and Tepilora Park

Attività *Activities*

Kayak sul Rio Posada
Kayaking on the Rio Posada

Birdwatching e orienteering sulla foce
Birdwatching and orienteering around the mouth of the river Posada

Bike sharing
Bike sharing

Mostre permanenti sull'ambiente fluviale
Permanent exhibitions of fluvial area

Laboratori d'esperienza per bambini e ragazzi
Workshops for children and young people

Ufficio turistico
Tourist Office

Orari e contatti *Opening hours and contacts*

piazza Eleonora D'Arborea . 08020 Posada
tel. 0784 1949588
e-mail: ceasposada@tiscali.it

Aperto tutti i giorni: 9.00-13.00 . 18.00-20.00
Open every day from 9 am to 1 pm and from 6 pm to 8 pm



COMUNE DI POSADA



Posada è un luogo davvero suggestivo.

Qui ogni cosa è difficile da conquistare, ogni spazio, ogni vicolo.

Chi ama il silenzio e sa ascoltare il vento ne rimarrà stregato. Chi ama la natura, la bellezza delle cose semplici ne sentirà nostalgia.

Posada is a truly charming place.

Here everything is difficult to overcome, every street, every alley.

Those who love silence and know how to listen to the wind, will be entranced.

Those who love nature and the beauty of simple things, will feel nostalgic.

Comune di Posada

Via Giuseppe Garibaldi 4, Posada
tel. 0784 870500
info@comune.posada.nu.it
www.comune.posada.nu.it

Progetto grafico / Graphics
Marta Battaglia

Testi / Text
Marta Battaglia
Angelo Canu
Barbara Vaccaro

Immagini / Images
Angelo Lauria
Michele Corniga / pag. 2
Claudio Secchi / pag. 15