

COSMOPOLITAN

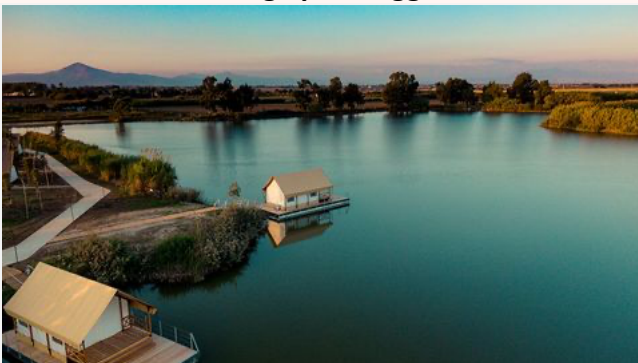
Link:

<https://www.cosmopolitan.com/it/lifestyle/viaggi/a33533608/viaggiare-da-sola-dove-andare/>

14 Agosto 2020

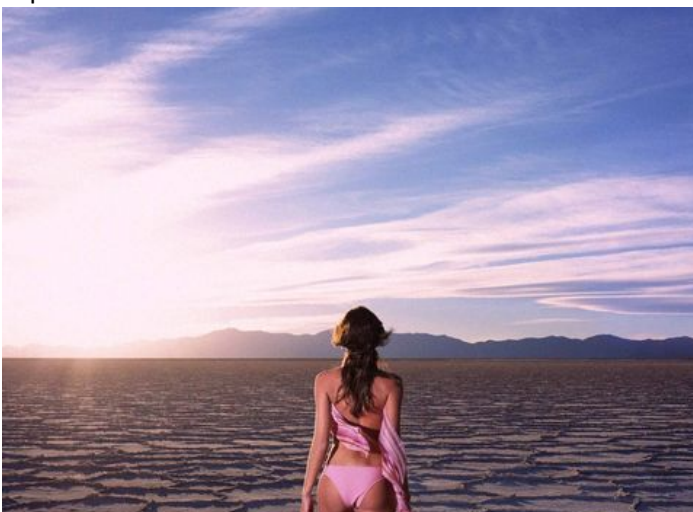
Se anche tu hai scelto di viaggiare da sola ti diciamo come fare e dove andare

Gli indirizzi e i consigli per viaggiare da sola in Italia.



LAGHI NABI

Hai voglia di una vacanza diversa dal solito? Allora di ciao a tutti e parti per un **viaggio da sola**. Se non l'hai mai fatto, quest'anno potrebbe essere l'occasione buona per fare la valigia solo per te ed esplorare le bellezze dell'Italia. A quanto pare il solo travel è uno dei trend dell'estate 2020, lo conferma anche l'ultimo sondaggio di eDreams: il 40% degli italiani sceglie **viaggi in solitaria**, soprattutto le **donne** che vedono le **vacanze da sola** come un'occasione per conoscere meglio sé stesse (33%), perché viaggiare da sola ti rende migliore, oppure anche solo per sperimentare (28%). I più invogliati a partire da soli? La **generazione Z** che sceglie le destinazioni culturali, mentre i millennial vogliono soprattutto godersi la libertà e cercano soprattutto nuovi incontri.



JAVIER PIERINI

Per divertirti sul serio, l'ingrediente essenziale è **viaggiare in sicurezza**, prendendo dei piccoli accorgimenti per vivere una vacanza "safe&fun". Ecco qualche dritta veloce che ti può essere utile:

- Pianifica il tuo itinerario e comunica sempre a qualcuno che ami i tuoi spostamenti o eventuali cambi di programma;
- Fai un'assicurazione di viaggio per metterti al riparo da ogni imprevisto;
- Scegli hotel o ostelli in centro e in zone che non sono isolate;
- Metti nel portafogli una carta prepagata per sicurezza, non si sa mai;
- I documenti? Portali sempre con te. Se hai paura di perderli, fai una fotocopia;
- Viaggia leggera. Scegli un bagaglio piccolo (pesa di meno) e opta per un look easy chic. Stai comoda ed eviti di attirare troppo l'attenzione di male intenzionati;
- Evita di portare con te gioielli o troppi soldi. Quando vai in giro porta con te il contante indispensabile e il resto lascialo nella cassetta di sicurezza. Stesso discorso per i anelli, orecchini e collane preziose, non sono necessari, meglio tenerli a casa;
- E la sera? Non è consigliato far tardi la sera se sei da sola. E se comunque è capitato, chiama un taxi per tornare in albergo. Se hai fatto amicizia con altre ragazze, meglio fare un'uscita di gruppo;
- Sballo? No grazie. Ok farsi un aperitivo, ma mai e poi mai ubriacarsi ed esagerare. Perché rovinarti le vacanze e metterti in qualche situazione pericolosa?
- Dosa la tua fiducia. Anche se sei una tipa socievole, evita di dare troppa confidenza a chi non conosci. Viaggiare da sola ti permette di fare sicuramente nuove conoscenze, ma è bene tenere sempre una certa distanza e diffidenza davanti agli sconosciuti. Magari in futuro diventeranno i tuoi più cari amici, ma tempo al tempo, capisci prima chi sono e quanto sono affidabili.

Ti è venuta voglia provare l'esperienza del **solo travel**? Ecco allora qualche idea per **viaggiare da sola**, per scoprire bellezze culturali, per immergerti nella natura, per rilassarti e meditare, ma soprattutto per divertirti con la persona più speciale che conosci: te stessa!

Eco relax a bordo lago, per disintossicarti dalla tecnologia

Stiamo tutte sempre con il telefono in mano. E se quest'estate facessi una pausa **digital detox**? Staccarti dal tuo cellulare ti aiuta a concentrarti su ciò che di bello succede attorno a te: un paesaggio che emoziona, un bosco in cui ascoltare i suoni, le onde che si infrangono sulla sabbia, un momento di relax solo per te. Così puoi tornare a casa rigenerata e rilassata, riconnessa con te stessa



LAGHI NABI

Liberarsi dai dispositivi elettronici non sarà un sacrificio tra le acque placide di **Laghi Nabi**, la prima Oasi Naturale della **Campania**, grande area naturalistica nata dalla rigenerazione ambientale di ex cave di sabbia sul Litorale Domizio (CE). Qui puoi dormire nelle **tende luxury** e negli **eleganti lodge indipendenti sospesi sull'acqua** del lago, circondato da una rigogliosa vegetazione. Metti via il telefono e inizia la giornata facendo colazione sul pontile di legno della tenda. Poi puoi rilassarti in pedalò, in canoa sui laghi oppure in kayak, praticare yoga e pilates sul prato, restare ad ammirare il tramonto dondolando su un'amaca. E se ami pedalare in bicicletta, sia di giorno che di sera, qui c'è **la pista ciclabile luminescente più lunga del mondo**, creata con sassolini che assorbono la luce del sole, restituendola al buio in modo naturale, un sentiero ecosostenibile di 1,5 km.