



Acropoli di Atene

Tre giorni ad Atene sono un tempo sufficiente per scoprire una capitale europea che riserva molte **piacevoli sorprese**. Perlomeno per chi, come me, non la vedeva da moltissimo tempo. E aveva conservato l'idea di una capitale europea affaticata, ingrignata, trascurata.

Oggi **Atene** è una città viva, piena di giovani, pulita, curata. Caotica certamente, come tutte le capitali europee. Una città che registra una rinascita culturale importante, che va dal rinnovato [Museo dell'Acropoli](#) al nuovissimo [Centro Culturale della Fondazione Stavros Niarkos](#) progettato da **Renzo Piano**. Dal **Museo Archeologico di Atene** e quello del **Pireo**, con la sua eccezionale collezione di bronzi. Dalla nuova **linea metropolitana**, diventata museo sotterraneo, al piccolo gioiello del **Teatro Comunale del Pireo** indissolubilmente legato alla storia di Atene come porto della Grecia e del Mediterraneo.

Primo di tre giorni ad Atene

Atene, anche in inverno, ha un clima mite ed è una città molto vivace. **Piazza Syntagma**, con le sue scalinate e la fontana centrale punto di ritrovo di famiglie e giovani, è il punto di partenza ideale per scoprire le cose più conosciute, ma imperdibili. Quali? Prima tra tutte, la **tomba del Milite Ignoto** con il **cambio della guardia**, che avviene ogni ora. Gli **Euzoni**, guardie d'onore alte obbligatoriamente più di 1,86 m, si muovono verso il monumento nella prima mezz'ora, per poi tornare al proprio posto nella seconda mezz'ora.

Un rito simile a quello di altri Paesi, che però qui si distingue per la particolarità dell'**uniforme**. Composta da una non proprio leggera gonnellina che conta **ben 400 pieghe**, tante quanti gli anni di dominio turco sulla Grecia. Tanto per non dimenticare. Molto curiose anche le **scarpe rosse con il pon pon nero**, quasi a sdrammatizzare la rigidità di una cerimonia molto solenne e attesa. Sia dai turisti che dagli ateniesi, che soprattutto di **domenica alle 11** del mattino affollano il piazzale antistante il Parlamento.



Cambio della Guardia al Parlamento di Atene

La vista di **Piazza Syntagma** e dell'Acropoli dalla terrazza del ristorante dell'**hotel Grande Bretagne**, soprattutto nel periodo di Natale, è ... sfavillante! Il Natale è ovviamente alle spalle, ma quando si comincerà a pensare al prossimo, non dimenticate questa location per godere lo spettacolo delle luci.



Hotel Grande Bretagne



Piazza Syntagma

Il "nuovo" museo dell'Acropoli

Il **Museo dell'Acropoli** è una delle tappe imperdibili di un viaggio di tre giorni ad Atene. Vi si arriva tranquillamente a

piedi da Piazza Syntagma (1 km, circa 15 minuti a piedi), entrando nel **quartiere storico Makrigianni** percorrendo per un tratto la strada pedonale ***Dionysiou Arepagitou***, che porta anche verso l'Acropoli. La prima sorpresa è la **rampa di ingresso**, sotto la quale si intravedono gli scavi e si ha un "assaggio" di quello che è il tesoro custodito in questo museo, uno dei più importanti del mondo, che percorre la storia degli scavi **dal Neolitico al VI secolo d.C.**

L'edificio, dalle linee pulite ed essenziali, è **molto luminoso** e raccoglie su tre piani e 14.000 mq. espositivi tutto ciò che è stato trovato nell'Acropoli, visibile da qui con il suo inconfondibile **Partenone**. Lungo la grande **scala di cristallo** che conduce al primo piano, importanti reperti percorrono oltre 15 secoli di storia. La vista si apre poi sulla suggestiva **Galleria del Partenone**, con i fregi originali e le copie di quelli conservati al **British Museum di Londra**. Chissà se e quando torneranno in Grecia.



Museo Acropoli



Statua di Prokne

La salita al Partenone

Il viaggio nel tempo, costruito così bene dall'architetto svizzero-americano **Bernard Tschumi** in team con lo studio greco di **Michael Photiadis**, è anche un viaggio nella luce naturale, che consente di apprezzare le sculture e gli oggetti nel loro fascino senza tempo. Usciti dal museo, ci si incammina verso l'[Acropoli](#), e la bellezza non finisce di stupire. Il **Teatro di**

Dionisio, l'[Odeo di Erode Attico](#) fatto costruire in marmo bianco per la defunta sposa, poi salendo il **Partenone**, tempio dedicato alla dea **Atena Parthenos**, il più famoso monumento dell'antica Grecia. Camminando sulla fortezza, si vede ciò che si è studiato sui libri e ci si sente immersi nella storia. Il Tempio di **Atena Nike**, i **Propilei** a fare da ingresso, l'**Eretteo** e le sue Cariatidi del 410 a.C. a reggerne il tetto. Poi la **narrazione**: Pericle, la distruzione di Troia, la battaglia di Salamina.



Odeo di Erode Attico

Dall'Acropoli ci si rende conto della **densità abitativa di Atene**, la capitale greca che ha ormai superato i 5 milioni di abitanti. La vista sulle case, circondate dalle **7 colline** che poi digradano verso il **Mare Egeo**, è a perdita d'occhio. Il mare si vede in lontananza, ma si vede e da respiro. Sotto, ai piedi della **Montagna Sacra** che custodisce uno dei più importanti patrimoni della storia dell'umanità, si dipana la città. Con le sue fitte strade, vicoli, musei, piazze, chiese, moschee, mercati.

In ogni angolo, dall'elegante **Plaka** alla vivace **Monastiraki**, a **Psirri** con i suoi locali notturni, **Atene è vita**. Caotica, frenetica, ma certamente suggestiva. Così come i suoi **40 musei**, tra cui quello dell'Acropoli.





Tempio Eretteo



Partenone

La discesa verso Anafiotika

Anafiotika prende il nome dall'isola di Anafi, è un **piccolo e nascosto** quartiere arrampicato sulle pendici dell'Acropoli. Il **borgo fu costruito nel 1800** da un gruppo di artigiani isolani, che chiamati dal re Ottone per costruire il Palazzo Reale, sentivano la nostalgia delle Cicladi e vollero riprodurre l'architettura e l'atmosfera della loro terra.

- 
- 

Su queste **45 case abusive**, situate in pieno centro a due passi dalla **Plaka**, il governo ha chiuso un occhio. Ora questa sorta di enclave abitata da una sessantina di persone, chiamata "**l'isola senza mare**", è diventata zona protetta e attrazione turistica. Stradine strette, case basse e bianche spesso con porte e finestre blu, murales e bouganvillae che si arrampicano sui tetti. Da non perdere.

- 
- 

Secondo di tre giorni ad Atene

Si parte presto, ma non troppo. Il **ritmo lento** ad Atene è d'obbligo, perchè in una giornata si possono fare e vedere molte cose, ma bisogna tenere un po' di energia per la vita

notturna. Ne vale davvero la pena.

Due passi nel **Giardino Nazionale di Atene**, raggiungibile a piedi da Piazza Syntagma (che si conferma un ottimo punto di partenza per molte visite ed escursioni) è un'oasi di verde in pieno centro città. Un parco pubblico, chiamato "**Giardino reale**" di quasi **16 ettari**, vicino all'edificio del Parlamento, lungo il Viale Vasilissis Amalias. Un polmone verde all'interno del quale camminare a ammirare, qua e là, antiche **rovine, capitelli corinzi, mosaici e busti di marmo** di personaggi famosi, come il poeta Dionysios Solomos.

Pomeriggio a Monastiraki e alla Plaka

Nel pomeriggio è piacevole perdersi nel **dedalo di stradine della Plaka**, che scendono (o si inerpicano) dall'Acropoli, dove l'atmosfera è sempre vivace, di giorno e di notte. Questo è il quartiere più caratteristico e rappresentativo di Atene, chiamato anche il "**Quartiere degli Dei**" per la sua vicinanza agli scavi sacri. Negozi di abbigliamento, artigianato e piccole gastronomie, disseminati soprattutto lungo le vie **Adrianou, Pandrosou e Hephaestou**. Poi ristoranti, bar e il piccolo ma interessante [Museo degli Strumenti Musicali](#). Ricavato in una villa di fine '800, espone oltre 1000 pezzi che consentono un viaggio ideale lungo **5.000 anni della storia** della musica greca. Tra le caratteristiche vie sulle quali si affacciano **palazzi neoclassici** del XIX secolo e case con i tetti dalle tegole rosse, scavi dell'età greco-romana.

Come l'**Agorà** con la Torre dei Venti e la **Porta di Atena Archegetis** che riprende la tipica struttura del Foro Romano. A due passi, i resti della [Biblioteca di Adriano](#), complesso

culturale costruito nel 132 d.C. dall'imperatore Adriano. Poco più ad est, la **Cattedrale Metropolitana dell'Annunciazione**, in stile bizantino "moderno", sede del Vescovo di Atene. All'interno sono conservati i sarcofagi del patriarca di Costantinopoli **Gregorio V** e quello di **Santa Filothei**.



La Plaka



Più ad ovest, verso **Monastiraki**, altro caratteristico e imperdibile quartiere, l'**Antica Agorà di Atene**, con alla sommità il [Tempio di Efeso](#), uno dei templi dorici meglio conservati al mondo. Meno conosciuto del Partenone, ma ugualmente importante e suggestivo. Tra le stradine di Monastiraki è bello perdersi e arrivare fino a **Ermou**, strada molto lunga, il vero "corso" dello struscio ateniese, che arriva fino a Piazza Syntagma. Da non perdere, il **Mercato delle Pulci**.



Agorá romana nel centro di Atene

Atene alternativa nel Centro Culturale di Stavros Niarchos

Per un turista è consigliabile arrivare al **Centro Culturale di Stavros Niarchos**, progettato dal famoso e italianissimo **Renzo Piano**, con il buio. Per non perdere lo spettacolo di luci delle **fontane danzanti** situate nello specchio d'acqua

dell'*Esplanada*, cuore del progetto. Un canale lungo 400 metri e largo 30, che unisce il complesso al lungomare ed è alimentato dall'acqua del delta de Faliro.



Spettacolo fontane danzanti del Centro Culturale Stavros Niarkos

Il Centro Stavros Niarchos, situato a soli 6 km da Atene, arricchisce il percorso tra il popoloso quartiere periferico di **Kallithea** e il porto turistico. Dalla sua inaugurazione avvenuta nel 2017, è diventato il **polo culturale e turistico di maggiore attrazione di Atene**. Nella biblioteca si trovano **più di 1 milione di libri** e riviste dal IX° al XIX° secolo, sale dedicate alla ricerca e all'interattività. Il Teatro ospita invece spettacoli di diversi generi, con un cartellone annuale intenso e di alta qualità. Intorno, un parco di **21 ettari**, il **più grande parco mediterraneo pubblico accessibile del mondo**. Che con la bella stagione ospita eventi all'aperto e le famiglie, che qui possono organizzare pic nic e godere degli spazi e della flora mediterranea.

▪

▪

Il tappeto volante di Renzo Piano

Come un grande *tappeto volante*, la copertura del [Centro Culturale della Fondazione Stavros Niarchos](#) progettato da Renzo Piano sembra decollare. Una grande vela che sovrasta gli edifici: il **Teatro dell'Opera** e la **Biblioteca Nazionale**,

interrotti dall'**Agorà** lastricata di **marmo Dionysos**. Qui si incontrano giovani, famiglie, anziani e turisti, con diversi interessi. Chi per ammirare il gioco delle fontane, chi per leggere, chi per assistere agli spettacoli, chi per vivere l'enorme parco, chi per andare in bicicletta (noleggiabile), chi per ammirare dall'alto Atene. Una città che riconosce in questo edificio futuristico la propria rinascita, la ripresa di quell'energia fiaccata dalla crisi economica. E che adesso rialza la testa.



Scalinate in marmo Dionysos del Centro Culturale

La "vela" è un miracolo di ingegneristica di **Impregilo**, un ettaro sospeso per aria e sostenuto da trenta sottili colonne d'acciaio, una lama in ferrocemento spessa pochi centimetri. Deve essere "*lucida come il cofano di una Cadillac*", aveva detto Renzo Piano e così è stato. **Finanza greca, progettazione e realizzazione italiana**. Una sfida che unisce i due paesi, **una faccia una razza**. Dall'ultimo piano del Centro si ha una doppia e incantevole vista: da un lato Atene inestricabile e fitta di case bianche, dall'altro il mare scuro e intenso del **porto del Pireo**.



Vista di Atene dall'ultimo piano del Centro Culturale

Atene by night

Atene by night è **colore, vita, musica e buona cucina**. A Monastiraki e La Plaka, in ogni via e anfratto, locali piccoli e grandi, minimal o pieni di decorazioni di ogni tipo. Colore,

colore, colore. Insieme alla luce, sono elementi che prevalgono ovunque, **sovrastano e stupiscono**. Fantasie di forme, lampade, quadri, oggetti, ninnoli, fiori, specchi, mobili e soprammobili. Atene di notte, soprattutto il sabato, sembra un girone dantesco in cui è bello immergersi con allegria e curiosità. Costantemente alla ricerca del locale successivo, che certamente stupirà di più. Tappe obbligatorie? Aperitivo al **Tazza All day bistro & wine bar**, cena all'**Ergon House**, locale con vendita di prodotti (oltre 1200 provenienti da 150 produttori locali), dove assaggiare originali insalate, hummus, olive greche, piatti anche a base di pesce. Ottima baklava e carta dei vini.



Tazza All day bistro & wine bar



Blue Oyster

Oppure cena (o pranzo) nella **Naxos Aphotecary**, a due passi da Piazza Syntagma. Una farmacia in cui si può riservare un tavolo nel **piccolissimo ristorante gourmet** del primo piano. Pochi tavoli, piatti innovativi ma rigorosamente greci. Il proprietario, **Apostolos Korres**, ci conduce alla scoperta dei segreti delle erbe greche e della collezione di infusi. Un **concept store nel cuore della città**, un percorso tra omeopatia e fitoterapia, che include rimedi naturali per la salute e la pelle, integratori alimentari. I prodotti raccontano la **storia dell'isola di Naxos**, e le fragranze traggono i nomi dai pittoreschi villaggi dell'isola delle Cicladi, a cui la farmacia è ispirata: **Melanes, Koronos, Chora, Sangri, Damalas, Chalki**.

Prima di andare a nanna, non perdetevi le **frittelle con gelato** da **Lukamades**, sulla strada Agias Irinis, parallela a Ermou. Autentiche ciambelle greche creative, con miele, cioccolato o vaniglia, servite in contenitore di cartone. Da mangiare in piedi o seduti su striminzite sedie, ma ne vale davvero la pena.

- 

- 

Naxos Apothecary

- 

Apostolos Korres

Naxos Apothecary

Terzo di tre giorni ad Atene

Ed eccolo, il **Pireo**. Il **più grande scalo marittimo della Grecia**, dove arrivano più di 25.000 navi all'anno. Il più grande porto passeggeri d'Europa, il terzo del mondo, con un transito di oltre 20 milioni di persone all'anno. Un'area un tempo degradata, che oggi **tenta di risalire la china** grazie a progetti commerciali e turistici che intendono valorizzarne le due aree di attrazione: **Pasalimani** e **Mikrolimano**. Il primo un lezioso e perfettamente circolare porticciolo marittimo con tanto di yacht, imbarcazioni turistiche, lungomare, palme, ristoranti, negozi e l'immaneabile circolo canottieri.



Mikrolimano



Chiesa ortodossa a Mikrolimano

Il memoriale del Genocidio dei Greci di Ponto

Nella sua punta estrema si trova un singolare monumento, un **arco in ferro eretto nel 2017** in memoria di un evento che pochi conoscono: il **Genocidio dei Greci di Ponto**. Avvenuto nel 1916, nel pieno della prima Guerra Mondiale, fu una vera e propria persecuzione, poi trasformata in omicidi di massa o deportazione, perpetrata dai turchi nei confronti della **minoranza ellenica** residente in Anatolia. Il canto del cigno dell'Impero Ottomano, che vide i Giovani Turchi perseguire Greci del Ponto, Assiri e Armeni. E che fece oltre 5 milioni di morti, di cui 350.000 greci. Un capitolo chiuso, mai riconosciuto dai turchi e sotteso dalla comunità internazionale, che in Grecia ha lasciato traccia e a cui un memoriale era dovuto.



Memoriale Genocidio Greci del Ponto



Memoriale Genocidio Greci del Ponto

A **Mikrolimano**, il secondo e più piccolo porticciolo, dove si susseguono locali, bar, gelaterie e dove si può godere di un romantico tramonto sul mare, il consiglio è di infilarsi in uno dei tanti ristoranti di pesce, come il [Mira](#), su più piani e con splendida vista.

Il terzo porto, quello grande dedicato alle grandi navi di trasporto e turistico, è area prettamente commerciale. E' da vedere come toccata e fuga, giusto per rendersi conto delle dimensioni di quest'area, di com'è ora e di come sarà tra 10 anni. Sì, perchè il progetto di **riqualificazione del Pireo**, che un tempo era isola ed ora è tutt'uno con la città di Atene, è complessivo. Riguarda l'assetto urbanistico e la ristrutturazione di immobili, strade, marciapiedi, parchi, interi quartieri. L'obiettivo è quello di trasformare l'area, come avvenuto per i porti come **Marsiglia e Genova**, rendendola residenziale e turistica. La porta di ingresso, il biglietto da visita di Atene, che in quanto tale deve essere alla sua altezza.



La proposta culturale del Pireo

Il Pireo non è solo mare e ristoranti, è anche **cultura**. I due piccoli gioielli da visitare sono il **Teatro Comunale**, realizzato a fine 1800 in stile neoclassico dall'architetto **Ioannis Lazarimos**. 600 posti, acustica perfetta, un **sipario** raro esempio di arte scenografica, il **profondo palcoscenico** che consente di presentare spettacoli arricchiti da molteplici trucchi teatrali. Il teatro è importante per due motivi: perchè rappresenta la vera storia del Pireo, in quanto nel corso della Prima Guerra Mondiale divenne **rifugio** dei greci perseguitati e deportati dai turchi. E perchè la sua costruzione portò alla luce importanti reperti archeologici, tra cui le fondamenta di case dedicate all'adorazione di Dionisio.



Teatro Comunale del Pireo



Teatro Comunale del Pireo



Il secondo gioiello culturale è il [Museo Archeologico del Pireo](#), su un'area di poco più di 1000 mq. Un piccolo ma prezioso museo, dove sono esposte principalmente **sculture in marmo e bronzo**, rinvenute in quest'area e nella costa Attica, dall'età del bronzo all'epoca romana. Tra i pezzi più significativi, una **statua in bronzo del dio Apollo**, **ottimamente conservata** e datata 530-520 a.C. La **statua funeraria in marmo di un giovane atleta**, attribuita al 400 a.C. Poi reperti e oggetti funerari, sculture di stele tombali, maschere, anfore e figurine per bambini.

-

Dio Apollo

-

Maschera votiva



-

Giovane atleta

Come arrivare al Pireo

Arrivare al **Pireo** è semplice, comodo e permette di vedere un'altra delle rivoluzioni culturali e sociali ateniesi: la

metropolitana. Efficiente, comoda, pulita, che ha nella fermata del Pireo, che sbuca proprio in **Piazza Korai**, di fronte al Teatro Comunale, la sua stazione più interessante. Si tratta infatti di un **vero e proprio museo sotterraneo**, che consente di vedere, grazie alla pavimentazione trasparente in vetro temperato, gli scavi archeologici emersi durante la costruzione del Teatro. Fondazioni murarie, colonne in pietra, pozzi, serbatoi dell'antico impianto idrico, vasi, ceramiche e monete. Nella stazione metropolitana non poteva mancare una **piccola mostra permanente**, dedicata al complesso sistema di approvvigionamento idrico dell'antica città del Pireo.

- 
Fermata metropolitana del Pireo
- 

Per finire, si torna ad Atene per aperitivo e cena

Visto che siamo all'ultimo dei nostri tre giorni ad Atene, il consiglio è rientrare in tempo per un **aperitivo con vista sull'Acropoli**, da consumare sul Roof Garden dell'**Hotel Grande Bretagne**, magari in compagnia di **Asterios Koustoudis**, Executive Chef Michelin, che ne cura la ristorazione.


Asterios Koustoudis, Executive Chef Michelin dell'Hotel Grande Bretagne

Discesa in città e cena al [Gargaretta](#), proprio di fronte

all'**Hotel Erodion**, altro ottimo albergo in centro città. Qui ottime insalate, piatti tradizionali greci rivisitati, degustazione di vini di alta qualità.

- 

Ristorante Gargaretta

- 

Nel menu del Ristorante Gargaretta

Dove dormire

Il consiglio è di soggiornare nell'**[Hotel Grande Bretagne](#)**, in piazza Syntagma, punto nevralgico della città da cui fare tutte le visite ed escursioni suggerite. Si tratta di un **hotel storico**, il più **lussuoso ed elegante**, che rappresenta la storia di Atene e della Grecia, antica e moderna. Costruito nel 1874 da **due imprenditori greci** al costo sbalorditivo di 800.000 dracme, è situato di fronte al palazzo del Parlamento, dove avviene il famoso cambio della guardia. Nei suoi **suntuosi saloni, sale da tè e ristoranti** si sono riuniti industriali, armatori, spie e funzionari governativi.

Nelle sue camere, tutte con eleganti arredi e splendida vista, hanno soggiornato re, attori, celebrità, diplomatici e politici di tutto il mondo. **La storia di questo hotel è la storia di Atene**, della sua vita culturale e sociale. Parla di

guerra e pace, trattati internazionali firmati nella **Royal Suite di 400 mq. del 5° piano**, cene, feste mondane, vacanze indimenticabili. L'opulenta lobby, il **Roof Garden e la piscina con vista sull'Acropoli**, gli oggetti d'arte e antiquariato disseminati tra i piani, le tavole preparate con porcellane, cristalli e argenteria. Qui tutto è impeccabile e perfetto, compresi i dolci greci dei pasticceri **Eugene Vardakastanis e Arnaud Larher**.



Camera Hotel Grande Bretagne



Concierge Hotel Grande Bretagne

Volare ad Atene con Sky Express è green!

Raggiungere Atene dall'Italia è **comodo ed economico**, utilizzando la compagnia aerea [**Sky Express**](#). Le partenze sono da **Roma Fiumicino e Milano Malpensa** e sono molto frequenti (ovviamente dipende dalla stazione). Da Milano Malpensa, 5 volte alla settimana. La compagnia aerea greca, in Italia dal 2021, annovera **la flotta più giovane e green d'Europa**. Per ogni Airbus A320neo vi sono infatti **5mila tonnellate in meno di emissioni di CO2**, 50% in meno di emissioni NOx e 50% in meno di rumore e inquinamento acustico. Per ogni ATR 72-600, **4mila tonnellate in meno di emissioni di CO2**, emissioni NOx 2 volte inferiori e rumore 3 volte inferiore alla media. Il numero di voli continua a crescere e collega anche altre destinazioni greche, come **Creta, Rodi, Chios, Corfù, Cefalonia, Mitilene, Salonicco, Zante, Mykonos, Santorini, Astypalaia**.

Testo e foto di Sabrina Talarico



INFORMAZIONI

[Greece Therapy in Viaggio con Eleni Sarikosta](#)

Articoli correlati

[Atene a piedi in un giorno](#)