

Benvenuti a Amsterdam

Amsterdam è una delle città più affascinanti del mondo per il suo geniale connubio tra vecchio e nuovo: ai cornicioni del XVII secolo sono appese originali installazioni d'arte di strada, le BMW cedono il passo alle biciclette e nei luccicanti caffè minimalisti si beve la birra a triplo malto prodotta dai monaci. La città prospera grazie a questa miscela e, nonostante le orde di turisti, riesce a conservare un'atmosfera tipicamente olandese, cui contribuiscono le antiche case sbilenche, le vie acciottolate, i canali alberati e i vasti parchi. "Le strade di Amsterdam sono belle, pulite, larghe. Vi sono ampi canali con filari di alberi. nelle grandi strade della città, le barche arrivano davanti alle case. Preferisco Amsterdam a Venezia: poiché ad Amsterdam, si può avere l'acqua senza essere privati della terra. Le case sono linde all'interno, ed armoniose all'esterno, simili; le strade, diritte, larghe; tutto questa fa di Amsterdam una delle più belle città del mondo." Montesquieu Amsterdam è la città delle palafitte (è completamente posata su di esse) ed è la capitale dell'Olanda (anche se il governo e la corte risiedono a L'Aia). La città non dovrebbe nemmeno esistere. Il sito in cui sorge fu strappato a un pantano, asciugato e forgiato con tenacia e pazienza, così come lo vediamo oggi. Verso il 1200 nel punto in cui oggi si trova Piazza Dam, si raccolse una comunità di pescatori chiamata Aemstelredamme, nome che significa, "Diga sul fiume Amstel". Settantacinque anni dopo, il 27 Ottobre 1275, la città nacque ufficialmente quando il conte d'Olanda esonerò i suoi abitanti dal pagare il pedaggio per il passaggio ai ponti e alle chiuse olandesi. In quel evento le premesse del prospero futuro commerciale della città. Pescatori certo, e marinai. Amsterdam è stata, dopo di allora, da sempre, un grande porto. Agli inizi degli anni '60 del secolo scorso, divenne il "Porto Magico" d'Europa, quando esplose il movimento degli hippy, i figli dei fiori, dalle folte chiome, che dormivano nei sacchi a pelo nel Vondelpark e sperimentavano un nuovo concetto di libertà e disinibizione sociale. Questa sua storia, complessa e intrigante, la rende un luogo aperto alle influenze esterne e alle contaminazioni etniche, politiche, religiose e di costume. Nel corso del tempo si è fatta la reputazione di città più anticonvenzionale d'Europa. Sarà vero? Giudicatelo voi. Tante le caratteristiche uniche e distintive di questa città: i canali, le biciclette, la tolleranza, Rembrandt e Spinoza, Anna Frank, Piazza Dam, il Rijksmuseum e il Museo Van Gogh, solo per citarne alcune per una sintesi quasi impossibile.

Quartieri di Amsterdam

Amsterdam è divisa in 15 distretti, ecco le zone più interessanti da visitare.

Il centro di Amsterdam

Il fulcro di Amsterdam ruota intorno alla grande piazza Dam, dove da visitare ci sono la Chiesa Nuova e il Palazzo Koninklijk. Tutto intorno le belle vie della città intervallate a canali e ponti dove troverete negozi, bar, centri commerciali e tutto quello di cui potreste avere bisogno durante il vostro tour ad Amsterdam. Il centro storico di Amsterdam è certamente una delle zone più vive della città sia di giorno che di notte.

Quartiere dei Grandi Canali e dei Musei

E' compreso tra i canali di Singel, Herengracht, Keizersgracht e Prinsengracht. E' una zona residenziale e tranquilla e, soprattutto nei dintorni della piazza Leidseplein, è luogo ideale dove divertirsi grazie ai molti teatri, ristoranti, locali e artisti di strada. E' il quartiere di Amsterdam in cui si trova il Vondelpark, il parco più frequentato della città, e i più importanti musei della città: Rijksmuseum, Van Gogh Museum e Stedelijk Museum.

[Zeedijk - Red Light District](#)

Il Red Light District, il Quartiere a Luci Rosse, denominato anche 'Rosse Buurt' (il vero nome è Zeedijk), è tranquillo ma allo stesso tempo turbolento, una delle tante contraddizioni di Amsterdam, misterioso è il regno dei mendicanti e dei furfanti, dei mezzani e delle prostitute; qui sono tollerate molte cose. E' quasi impossibile evitarlo, anche quando non lo si cerca, soprattutto per i maschi soli. Si estende a est del centro, grosso modo dalla Stazione (a 50 metri) fino a Muntplein, davanti ma appena spostato sulla sinistra, gli assi principali sono Warmoesstraat, Oudezijds, Voorburgwal e Oudezijds Achterburgwal, con relative traverse, più hard. Warmoesstraat lo contorna a ovest e Oudezijds Achterburgwal a est.

E' percorso da molteplici stradine 'calde' e, poichè è facile perdersi, è meglio restare sulle direttrici principali. In questo quartiere si trovano a portata di mano come se fossero dei normali negozi, sexyshop, esercizi commerciali autorizzati alla vendita di droghe, luoghi in cui si esibiscono spogliarelliste per spettacoli particolari ma anche in delle vetrine, delle donne semisvestite che fanno di mestiere quello più antico del mondo. Nel Quartiere a Luci Rosse queste vetrine si trovano tutte assieme una di seguito o di fronte all'altra, sia nelle strade principali che e in stradine così ridotte da far quasi strisciare i passanti gli uni agli altri durante il loro percorso. Sono illuminate all'interno con una lucernario e si affacciano direttamente sulla strada, sono disposte a pian terreno o anche su due. In alcuni casi, nascondono dietro un intero condominio di appartamenti della perdizione. Gli stretti vicoli lunghi delineano la zona che deve proprio a queste famose "donnine in vetrina", notorietà mondiale. Il cosiddetto quartiere a luci rosse è così chiamato a causa dei neon rossi che illuminano le vetrine. Ecco perchè non si vedono mai lampadine rosse nelle case olandesi, come in molti altri paesi. Per la maggior parte del tempo gli uffici del sesso sono aperti di notte ma alcuni continuano a svolgere la propria attività anche di giorno. Il giorno, le tende della vetrina a veli rossi vengono sostituite con altre di colore bianco come a voler segnalare che in quel momento il locale è una comune abitazione, ma il numero telefonico trascritto su un cartellino appeso all'interno tradisce le intenzioni invitando potenziali clienti forse a prenotare la visita notturna.

[Jordaan](#)

Si tratta di un quartiere tranquillo ma molto vivo di Amsterdam, anticamente abitato dall'élite della città, tra cui spicca il pittore Rembrandt. Tutte le sue vie sono dedicate a nomi di fiori e piante per ricordare il fatto che la zona venne costruita per ospitare i giardini di Amsterdam (Jordan vuol dire infatti giardino). Oggi potrete trovare molti caffè, negozi, bei palazzi con facciate decorate, il Noorder Markt, famoso mercato biologico e la Noorder Kerk.

[Jodenbuurt](#)

E' l'antico quartiere ebraico di Amsterdam, antica zona di prostituzione e gioco d'azzardo della città. Si trova un po' distante dal centro di Amsterdam ma offre scorci incantevoli in-

sieme a sprazzi di modernità dovuti al restauro effettuato nel '900. Anticamente era abitato dal 95% di ebrei e dopo la deportazione ad Auschwitz il quartiere era pressoché deserto. Oggi invece sta riscoprendo una nuova vitalità.

Begijnhof

Begijnhof è una piccolissima zona di Amsterdam ma davvero molto caratteristica. Ci vivevano le beghine, donne che avevano scelto di fare voto di obbedienza e da laiche si dedicavano alla preghiera e al prossimo ammalato o povero. È una zona davvero molto tranquilla e sembra di essere fuori da Amsterdam invece, paradossalmente, si è molto vicini al Quartiere a luci rosse. Le dimore risalgono tutte al XVII° secolo e ci sono poi un bellissimo cortile, una cappella e una chiesa gotica. Attualmente le abitazioni sono abitate da studentesse e donne benestanti.

De Pijp

Questo quartiere di Amsterdam è molto popolare e affascinante. Esistono qui tutta una serie di vie dedicate a pietre preziose: smeraldi, zaffiri e diamanti. Ed è infatti proprio in questo quartiere che si trovano piccoli e grandi laboratori per la lavorazione dei diamanti. Inoltre c'è l'Albert Cuyp, un grande mercato generale e la nota sala da tè ebrea Van Woustraat, dove nel 1941 fecero irruzione le truppe tedesche.

Nautisch Kwartier

Si tratta del quartiere nautico di Amsterdam dove si trovano il Museo della Storia Marittima e la Casa della Navigazione. Da vedere la Schreierstoren, una torre che, vuole la leggenda, era il luogo da cui le fidanzate salutavano i marinai in partenza e la copia dell'imbarcazione della Compagnia delle Indie Orientali. Una tre alberi che serviva a portare avanti il commercio con le Antille olandesi, l'Indonesia e l'Africa.

China Town

Immane anche nella capitale olandese un Quartiere Cinese, molto vicino alla stazione di Amsterdam. Numerosi i negozi di ogni genere: ristoranti, alimentari, librerie, mobilifici e shop di abbigliamento in pieno stile cinese.

Informazioni utili

Documenti necessari per Amsterdam

Per entrare nel territorio olandese ed andare ad Amsterdam, basta una carta d'identità valida per l'espatrio. Se si vuole arrivare con la propria auto o noleggiarla sul posto, la patente italiana è riconosciuta. Per circolare non è necessario avere la Carta Verde, ma soltanto la carta di circolazione del veicolo.

Assistenza sanitaria e pronto soccorso

Per avere assistenza sanitaria sul luogo, dovete farvi rilasciare dalla Asl della vostra città il modello E111, oppure portarvi dietro la tessera magnetica del Sistema Sanitario Nazionale. Questi documenti danno diritto all'assistenza in tutti gli ospedali pubblici e il rimborso fino all'80% delle spese sostenute. Le farmacie, in olandese apotheek, sono aperte dal lunedì al sabato dalle 9 alle 17.30. La farmacia centrale si trova al Dam, in Damstraat 2, vicino al Monumento Nazionale: ci si arriva in tram con le linee 4, 9, 14, 16, 24, e 25. Qui trovate anche l'elenco delle farmacie notturne. Il numero per chiamare una farmacia 24ore

è 694 8709.

Lingua: l'Olandese

Prima di partire, date una spolverata al vostro inglese scolastico: è la seconda lingua degli olandesi, studiata alla perfezione fin dalle scuole elementari. Se l'unica parola inglese che conoscete è goal, allora vi conviene comprare un dizionario con i termini fondamentali per farsi capire: raramente troverete qualcuno che comprenda l'italiano.

Fuso orario

L'Olanda ha lo stesso fuso orario dell'Italia e come questa rispetta l'ora legale.

Moneta, banche e bancomat.

Le banche sono aperte dalle 9 alle 16 dal martedì al venerdì, mentre al lunedì aprono all'una. Gli uffici della GWK, la Banca Centrale d'Olanda, sono aperti 7 giorni su 7. Presso i Bancomat, aperti 24 ore su 24, si può prelevare denaro contante con il Bancomat internazionale (circuito Maestro) e con le principali carte di credito, tra cui VISA, MasterCard, American Express. La moneta ufficiale è l'euro.

Clima e temperature medie ad Amsterdam

Amsterdam è vicina al mare, per cui è difficile vedere neve o ghiaccio e le temperature non sono molto rigide: vanno da un minimo di 1 grado, a dicembre, ad un massimo di 21 gradi, a luglio. Il cielo di solito è coperto: vi conviene tenere a portata di mano l'ombrello o l'impermeabile anche d'estate. L'estate inizia a giugno e va avanti fino a fine agosto, regalando talvolta temperature di 26-29 gradi: è il periodo migliore per gli olandesi, che restano a mangiare e bere all'aperto. Gli inverni sono freddi: la temperatura media è di due gradi centigradi, a volte c'è nebbia e pioggia e conviene coprirsi bene. Il periodo migliore per visitare la città olandese va da metà da metà aprile, quando fioriscono i bulbi dei tulipani, a metà ottobre. Se andate ad Amsterdam fuori stagione, però, potete trovare molte offerte su voli e soggiorni, e contare su un servizio migliore da parte di un personale più tranquillo e rilassato.

Sicurezza

Come in ogni città, anche ad Amsterdam basta seguire delle semplici indicazioni per evitare di rovinarsi la vacanza. Nelle zone ad alta concentrazione turistica, ci sono molti borseggiatori. Non portatevi dietro il passaporto e le carte di credito che non vi servono; lasciate tutto nella cassaforte dell'hotel e fatevi consegnare una ricevuta. Evitate di far vedere che avete molti soldi in tasca; non appoggiate il telefonino bene in vista se vi allontanate. Chiudete bene le borse nel Metro e nei luoghi molto affollati. Attenzione alle persone che si avvicinano per offrirvi prodotti in vendita: molte volte sono abili borseggiatori.

Sicurezza alla guida

Attenzione al telefonino in macchina: è vietato usarlo senza auricolare o car kit, e il divieto vale per automobilisti e motociclisti. Se siete alla guida, non dovrete neanche tenerlo in mano. La multa per chi telefona alla guida è di minimo 140 € ed il cellulare potrebbe essere confiscato! Non potete guidare auto, moto, scooter e biciclette se nel sangue avete un tasso alcolico superiore a 0,5 mg. Rischiate una multa di 480 euro fino a 1.8 mg di alcol. Oltre questa soglia, alla multa si può aggiungere un viaggio al tribunale.

Fumo e alcool

In Olanda, come in Italia, è vietato fumare in tutti i luoghi pubblici. Molti locali dispongono di sale separate riservate ai fumatori.

Orari di apertura di negozi, uffici pubblici, ristoranti

La maggior parte dei negozi è aperta dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 18, e il sabato dalle 9 alle 17. Al lunedì, molti negozi aprono tra le 11 e alle 13 e chiudono alle 18. Nelle strade del centro, i negozietti per i turisti sono aperti anche la domenica dalle 12 alle 19 e fino alla sera tardi. Gli uffici postali sono aperti dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 17; i più grandi sono aperti anche il sabato tra le 9 e le 12.30. La posta centrale si trova in Raadhuisstraat, al 250, sul retro del Palazzo Reale (tel. 556 33 11). Oltre ai servizi postali, qui potete trovare anche articoli di cartoleria. I ristoranti hanno orari variabili, ma di solito potete pranzare tra le 11 e le 14.30, mentre a cena sono aperti dal tardo pomeriggio fino alle 23.

Telefonare da e per l'Italia - prefissi e cellulari

Una volta entrati nel territorio olandese, il vostro telefonino GSM si connette automaticamente alla rete locale. In Olanda, i numeri verdi iniziano con 0800. Fate attenzione invece ai numeri che iniziano con 0900: sono numeri a pagamento e possono costare fino a un euro al minuto. I cellulari iniziano con 06. I telefoni pubblici, in cabine arancio e grigio, si trovano in tutta la città e oltre alle monete accettano le carte di credito. Per chiamare in Olanda, dovete anteporre al numero 0031, il prefisso internazionale dell'Olanda, seguito dal prefisso locale senza lo zero e dal numero dell'abbonato.

Alcuni prefissi importanti:

Amsterdam (0)20

Rotterdam (0)10

Maastricht (0)43

L'Aia (0)70 Per chiamare da Amsterdam in Italia, dovete digitare 0039 seguito dal prefisso senza lo 0 iniziale e poi il numero dell'abbonato.

Elettricità e acqua

Ad Amsterdam il voltaggio è di 220, anche se alcuni alberghi hanno le prese a 120 e 110 volt per i rasoi. In ogni caso, le prese olandesi hanno due spinotti, per cui ricordatevi di portare l'adattatore. Può sembrare strano, ma l'acqua dei rubinetti di Amsterdam è potabile. Gli olandesi la chiamano gemeente pils, che suona più o meno come "la birra del sindaco". Molte persone, comunque, bevono acqua minerale imbottigliata, chiamata genericamente Spa.

Animali domestici

I viaggiatori con animali domestici devono portarsi dietro un certificato che ne attesti la buona salute, e uno che attesti il vaccino antirabbico, che deve essere stato emesso almeno 28 giorni prima della partenza. Inoltre, se volete portare il cane, il gatto o il furetto di casa, c'è bisogno del Passaporto Europeo per gli animali. Oltre alle informazioni generali e al certificato del vaccino antirabbico, dovete dimostrare che l'animale abbia il microchip o il tatuaggio di identificazione. E a proposito di animali... Amsterdam è anche la capitale degli escrementi di cane: per cui non camminate per le strade con il naso per aria.

Costo della vita

Amsterdam è la capitale europea col reddito pro capite più elevato, ma i prezzi sono in linea con i Paesi del Nord Europa. Ecco alcuni prezzi indicativi per i normali acquisti quotidiani: una corsa in tram, bus o metro: 1,60 €. 1 ingresso intero al museo: da 3,50 a 7,50 €. 1 Dutch Broodje (panino olandese): intorno ai 4 €. 1 cappuccino e una fetta di torta: al tavolo, da 4 a 7 €. 1 pranzo olandese: verdure, zuppa, carne e pane: intorno ai 12

€. I ingresso in un locale con musica dal vivo: da 10 a 22 €.

Mance

Di solito il servizio è già compreso nelle tariffe di alberghi e ristoranti. Se proprio volete lasciare una mancia al cameriere (5-10% dell'importo), non lasciatela sul tavolo ma mettetela direttamente nelle mani di chi vi ha servito.

Storia

Il nome di Amsterdam è citato per la prima volta in un documento del 1275 ad indicare un piccolo borgo mercantile dedito alla pesca. Un secolo prima l'Olanda altro non era che una terra piuttosto inospitale, paludosa e con diversi fiumi che intersecavano il paesaggio. Uno di questi era il fiume Amstel, che si immetteva nell'allora baia di IJ. La città ha origine proprio nei pressi della diga naturale del fiume, la Dam, verso la fine del XII secolo. Nasceva così Amstel sul Dam, da cui deriva il nome di Amsterdam. Oggi, al posto dell'antica diga, ha trovato posto la piazza maggiore della città, Piazza Dam (nota semplicemente come 'de Dam'). Amsterdam divenne città a pieno titolo solo all'inizio del XIII secolo, allorché l'allora signore locale (Gwijde van Henegouwen, vescovo di Utrecht), le conferì il titolo civico. Nel frattempo la città si estese lentamente dal centro intorno alla diga, vennero costruiti dei bastioni e scavati dei canali. Nel 1420 la piana urbana si espanse verso est, dove venne costruito un nuovo bastione, accompagnarsi al Geldersekaade ed al Kloveniersburgwal, mentre nella parte ad ovest venne scavato un nuovo canale. L'economia di Amsterdam in quel preciso momento storico non era in realtà sviluppata: si basava esclusivamente sulla produzione di birra e sulla pesca delle aringhe. Fu solo dopo che Amsterdam divenne parte dell'Impero di Borgogna, sempre durante il XV secolo, che le cose incominciarono ad andare più velocemente. Il porto ebbe un ruolo ed una funzione ben più stabili e gli scambi con le regioni baltiche si fecero sempre più intensi, tanto che nel secolo successivo la città entrò a far parte della potente Lega Anseatica. Schierata contro l'oppressione spagnola (in un primo momento fu tuttavia alleata), Amsterdam partecipò alla guerra di resistenza delle Sette province del Nord, la Guerra degli Ottant'anni (1568-1648), aderendo alla Riforma protestante del 1578. In quel periodo la città, con i suoi 30.000 abitanti, era la più popolata dell'Olanda. Il Paese era considerato tra i più tolleranti in Europa, e per questo motivo un gran numero di mercanti della ricca Anversa trasferirono la propria attività ad Amsterdam, dando una significativa spinta all'economia locale. Tutto ciò ebbe un riflesso positivo anche in campo economico, poiché la fama di città "aperta" fece sì che ad Amsterdam si rifugiassero in gran parte anche gli ebrei scacciati dal Portogallo e dalla Spagna e, dopo la revoca dell'Editto di Nantes, anche le ricche famiglie protestanti francesi. Questi, insieme ai mercanti emigrati da Anversa, formarono il consistente nucleo della borghesia imprenditoriale di Amsterdam, da allora sempre in primo piano nelle vicende della città. Accanto alla attività mercantile si sviluppò quella manifatturiera, alimentata dai prodotti che affluivano dalle colonie asiatiche e americane, e l'industria cantieristica. Gli olandesi furono costretti a trovare la propria strada per le Indie orientali a causa della annessione del Portogallo alla Spagna nel 1580. I primi viaggi verso le Indie iniziarono da Amsterdam e furono un grande successo. Stimolati da questi risultati, gli olandesi iniziarono a pianificare nuove missioni inviando più navi per le Indie. Tra tutte queste iniziative andava

distinguendosi la famosa Compagnia Olandese delle Indie Orientali, la VOC (in olandese, Vereenigde Oost-Indische Compagnie). Oltre il 50% del capitale della nuova società era posseduto dalla città di Amsterdam. Quando la compagnia venne fondata non solo furono coinvolti i mercanti, ma anche i cittadini, che investirono ingenti somme personali nell'iniziativa. Alla VOC venne affidato per 21 anni il monopolio delle attività coloniali in Asia. All'inizio del '600 furono fondate la borsa e la banca, le quali riuscirono a conservare un certo prestigio, anche quando, nella seconda metà del '700 la città iniziò un periodo di decadenza. Alla fioritura economica si accompagnò lo splendore culturale, che ebbe il suo culmine nella metà del XVII secolo, nel momento in cui Rembrandt diede avvio ad una fiorente scuola pittorica, Cartesio (che in Olanda passò gran parte della sua vita) elaborò il suo pensiero filosofico e Bredero, Vondel e Hooft scrissero le loro famose poesie. Ricchezza, potere, cultura e tolleranza fiorirono in città, la popolazione crebbe rapidamente e la città si estese notevolmente. Venne inoltre costruito il noto anello di canali, edificati alti palazzi, più di ogni altra città in Olanda, ed anche chiese, un nuovo municipio ed un intero nuovo quartiere, il Jordaan. Nel Settecento, Amsterdam poteva contare già 200.000 abitanti. Nel 1672 la nazione venne coinvolta nella guerra con la Francia e con l'Inghilterra. Il porto di Amsterdam divenne inaccessibile per le flotte della Compagnia delle Indie e per questo la prosperità si concluse ben presto entro la fine del XVII secolo. Ancora una volta tuttavia la città fu abile a trasformare la sua economia da mercantile a finanziaria, Amsterdam divenne il centro bancario dei monarchi europei nel finanziamento delle loro costose guerre. L'economia di Amsterdam subì un ulteriore tracollo quando, eletta capitale del Regno d'Olanda nel 1806 da Napoleone, pagò le spese del blocco continentale anti-francese. Dopo il Congresso di Vienna la città divenne capitale ufficiale del regno dei Paesi Bassi, anche se le funzioni governative furono trasferite all'Aia. Nel corso del secolo diciannovesimo con la costruzione di nuovi canali, la città ritrovò gradualmente la sua antica prosperità, segnata da un nuovo continuo aumento della popolazione. Nel 1940 una delle pagine più buie nella storia del mondo divenne una terribile realtà: la Seconda guerra mondiale. La popolazione di Amsterdam venne duramente colpita, anche perché la sua popolazione comprendeva un'alta percentuale di abitanti ebrei, molti dei quali furono deportati e uccisi. Luoghi come la Casa-Museo di Anne Frank e il Monumento Nazionale in Piazza Dam, ricordano questo tragico periodo. Dal dopoguerra in poi, e soprattutto negli ultimi decenni, Amsterdam ha ritrovato un nuovo splendore economico, grazie allo sviluppo culturale e turistico. Molti dei suoi antichi edifici sono oggi dei monumenti storici e i suoi canali, parte del Grachtengordel, sono stati aggiunti nella lista UNESCO come Patrimonio dell'Umanità.

Trasporti

Amsterdam è servita da diversi aeroporti, alcuni di questi effettuano collegamenti anche con l'Italia.

Aeroporto internazionale di Amsterdam Schiphol (AMS), uno dei più grandi e frequentati del mondo, è distante dalla città circa 15 km ed è pertanto facilmente raggiungibile. Ricordatevi che mentre aspettate il vostro volo è sempre possibile fare una visitina alla sezione distaccata del museo di Rijksmuseum, uno dei musei più importanti del mondo!

Una volta arrivati, il collegamento da e per aeroporto Schiphol-Amsterdam è garantito da diversi opzioni di viaggio:

Treno

L'aeroporto di Schiphol ha una propria stazione ferroviaria, da cui ogni 15 minuti il treno vi porta in un quarto d'ora alla stazione centrale di Amsterdam. La biglietteria è subito a destra della zona degli arrivi: dovete comprare un biglietto (3 euro circa) per "Amsterdam CS" e non "Amsterdam RAI", che è il centro congressi, alla periferia sud della città. Come in tutte le grandi città, in treno tenete d'occhio i bagagli.

Autobus

L'autobus per raggiungere il centro di Amsterdam è il 370. La fermata si trova nel piazzale all'esterno dell'aeroporto. Per arrivare in centro ci vogliono circa 30 minuti, traffico permettendo e 3.10 Euro. Se avete prenotato in una grande catena alberghiera, oltre al treno, potete prendere il bus della KLM, un po' più costoso del treno, che parte ogni 30 minuti e collega l'aeroporto con i principali alberghi della città.

Taxi

Potete andare in città anche con il taxi, ma tenete presente che può costare anche il quadruplo del treno e che, a seconda del traffico, impiega dai 20 ai 45 minuti. La piazzola dei taxi è all'uscita principale dell'aeroporto.

Altri aeroporti

Eindhoven

L'Aeroporto di Eindhoven (EIN) serve i passeggeri diretti ad Amsterdam a circa 100 km di distanza. La compagnia low cost **Ryanair** per esempio copre numerose tratte in Italia, tra cui al momento, Alghero, Brindisi, Milano-Bergamo, Pisa, Trapani e diverse altre.

Il **collegamento tra aeroporto di Eindhoven e Amsterdam** è garantito dalla stazione ferroviaria di Eindhoven (la città dista solo 7 km dallo scalo ed è collegata da un servizio di navetta-bus). È possibile convalidare il biglietto chiamato strippenkaart a bordo (4 strisce), o un chipkaart OV (singolo a circa € 1,70), o acquistare i biglietti presso la macchinetta a bordo (circa € 3.20) con le monete o una scheda olandese chiamata PIN. Normalmente il bus ha frequenza di circa ogni mezz'ora, e badate che nei momenti di picco dei voli passeggeri c'è sempre posto limitato per i bagagli. In alternativa è possibile usare il **taxi** per un costo di circa € 25-30.

Alla stazione di Eindhoven è poi possibile prendere il **treno Intercity per Amsterdam CS** (direzione Alkmaar) che passa ogni 30 minuti. Il viaggio di sola andata dura circa 1 ora e 20 minuti e vi costerà €17,20 (2° classe) o € 29,20 (1° classe). Con la carta sconto olandese ferrovie NS il viaggio costa circa € 10,30 (2°) o € 17,50 (1°). Prezzi 2011. Il treno in genere si ferma a Den Bosch, Utrecht ed Amsterdam Amstel prima di arrivare alla stazione centrale di Amsterdam.

È possibile anche utilizzare un servizio di **pullman collegamento tra Eindhoven ad Amsterdam** via Utrecht. Questo è gestito da **AirExpressBus** e costa circa € 26 solo andata o € 42 per un ritorno con data aperta (esiste un piccolo sconto al momento della prenotazione online). Il viaggio dura circa 2 ore e 15 minuti a seconda del traffico. L'autobus si ferma nei pressi del canale crociere internazionale Holland sulla Prins Hendrikkade a Amsterdam

(abbastanza vicino alla Stazione Centrale).

Rotterdam

Anche l'**Aeroporto di Rotterdam-The Hague** (RTM) è ben collegato con Amsterdam, da cui dista circa 57 km. È necessario usare dapprima una navetta-bus (RET linea 33) per la **stazione ferroviaria di Rotterdam**, e da qui prendere il treno (tragitto circa un ora).

Come muoversi ad Amsterdam

Orientarsi tra i canali

Il nucleo originale della città, di origine medievale, è racchiuso in una cintura di canali concentrici che risale al 17° secolo, delimitata dal Singelgracht, il canale che circonda le mura quattrocentesche e crea una specie di fossato. Immaginate il centro cittadino come una mezza ruota: il perno è la zona intorno alla Stazione Centrale, mentre i raggi sono rappresentati dalle strade principali, dai canali minori e dal fiume Amstel. Il Dam, la piazza centrale di Amsterdam, e cuore della città, si raggiunge a piedi in cinque minuti dalla Stazione Centrale. Per muoversi con i mezzi pubblici ci sono a disposizione i bus, il tram, la Metro, i taxi, i treni e i battelli sui canali.

Spostarsi coi mezzi pubblici

Il modo migliore per girare la città è il mezzo pubblico. Dalle 6 di mattina a mezzanotte, Amsterdam è attraversata da tram, bus e metrò perfettamente sincronizzati, per i quali c'è un biglietto unico. Per girare in centro si usa il tram, mentre i bus raggiungono la periferia e il metrò è usato di solito dai pendolari. Tutti i mezzi partono dalla Centraal Station (Stazione Centrale), vero centro nevralgico del sistema di trasporti pubblici. Fate attenzione ai borseggiatori.

Biglietti giornalieri e tessere magnetiche

Amsterdam è suddivisa in 11 "zone" tariffarie e il biglietto singolo costa 1,60 € per una zona e 2,40 € per due zone, mentre il biglietto andata e ritorno (retourtje) costa circa 4,50 €. Ma non vi spaventate: la maggior parte dei siti interessanti si trova nella zona "Centrum" il centro della città. I bambini fino a tre anni viaggiano gratis e quelli dai 4 agli 11 hanno una riduzione. A proposito: convalidate sempre i biglietti, perché i controlli sono frequenti e le multe salate: chi è sorpreso senza biglietto, o con un biglietto non valido, paga una multa di 30 € più il costo del viaggio. Se prevedete di andare tanto in giro, vi conviene acquistare la strippenkaart, un fascio di biglietti che durano un'ora ciascuno e sono validi per bus, tram e metropolitana. Per viaggiare in una zona, dovete piegare e convalidare un'unità più una. È più difficile da spiegare che da farsi, ma se avete problemi potete chiedere aiuto al controllore o all'autista dell'autobus. La strippenkaart con quindici biglietti costa 6,50 €, mentre quella con 45 biglietti ne costa 19,20. Per viaggiare un giorno e una notte sull'intera rete di trasporti, Canal Bus compresi, potete comprare l'All Amsterdam Travel Pass, che costa 6,40 €.

I Amsterdam Card

Per approfittare anche di sconti e ingressi ai musei, c'è la I Amsterdam Card, un pass magnetico che comprende l'uso dei mezzi pubblici, due giri in battello sui canali, e una guida a colori su Amsterdam. Con la tessera, che è nominale, si possono visitare più di 20 musei, compreso il Rijksmuseum e il museo di Van Gogh (non entrambi), e il Museo

Stedelijk. Per tante altre attrazioni e nei ristoranti c'è uno sconto del 25%. La tessera dura un giorno, due giorni o tre giorni e costa rispettivamente 33, 43 e 53 euro. Quest'anno, la card ha un'edizione speciale in occasione dell'anniversario di nascita di Rembrandt van Rijn, uno degli artisti più enigmatici del '600. La tessera dà diritto all'ingresso gratuito nei musei che organizzano mostre ed eventi per l'anno di Rembrandt ad Amsterdam e Leiden, e ad uno sconto sull'itinerario dedicato a Rembrandt.

[Dove comprare i biglietti](#)

I biglietti e le card si trovano all'ufficio centrale dei trasporti pubblici (GVB: Stazione Centrale, binario 2), dove trovate anche la cartina completa dei trasporti (1 €), nei negozi, negli uffici postali e dai tabaccai. Potete anche comprarli a bordo, ma costano un po' di più.

Tram, bus e metrò

In Tram

I tram di Amsterdam sono blu e grigi, e girano per le strade principali del centro: insieme ai battelli, sono il modo più divertente per visitare la città. Gli itinerari sono indicati sui cartelli alle fermate. Gran parte delle linee dei tram arriva e parte dall'uscita principale della Stazione Centrale, così, se vi perdetevi, avete sempre un punto di riferimento. La maggioranza dei tram è guidata da un'autista, e le porte si aprono automaticamente. Per salire su un tram senza autista, dovete premere un bottone di fianco alla porta, mentre per scendere premete il pulsante con l'indicazione "deur open" (apertura porta).

In Bus

Il bus collega le strade del centro con la stazione: gran parte delle linee partono e ritornano qui e di solito sono più veloci del tram. Il modo migliore per visitare le stradine che costeggiano i canali del centro è l'Opstapper, un pulmino bianco che parte dalla Stazione Centrale e arriva a Waterlooplein, attraversando il Prinsengracht, la strada principale, e passando lungo il fiume Amstel. Il pulmino parte ogni dieci minuti da uno dei due capolinea, dal lunedì al sabato dalle 7.30 di mattina alle 6.30 di sera. Per il viaggio, basta un biglietto o una tessera dei trasporti pubblici, e le fermate non sono indicate: per salire a bordo, fate un cenno con la mano all'autista. Per scendere, avvisatelo un po' prima.

In metropolitana

Se volete fare un giro in periferia, la metropolitana di Amsterdam ha 4 linee che collegano il centro con i sobborghi e i centri residenziali, e di solito sono usate dai pendolari. Il biglietto si timbra all'ingresso dei binari, sotto la Stazione Centrale.

In Taxi

I tassisti di Amsterdam accettano soltanto denaro e vi portano ovunque. Qualcuno è disposto a contrattare. I costi massimi sono di 5,12 euro per la chiamata e di 1,94 euro a chilometro.

Il Treintaxi

Treintaxi è il tipico mezzo di trasporto olandese, efficiente ed economico. In pratica si divide il taxi con altri passeggeri e si risparmia sui costi: la tariffa è fissa. Il biglietto si compra alla stazione ferroviaria e costa 4,10 €. Se lo comprate a bordo, costa 5 euro. È facile distinguere la piazzola del Treintaxi da quella dei taxi normali, perché è blu e gialla (i colori della ferrovia olandese). Il Treintaxi vi porta dalla stazione in determinate zone, in

centro e in periferia, indicate sui cartelli alla stazione.

Come funziona?

Per viaggiare in Treintaxi, basta chiedere al conducente o premere il bottone blu allo stand, per parlare con un operatore. L'autista aspetta massimo 15 minuti per far salire eventuali altri passeggeri, e poi porta ciascuno a destinazione. Per tornare alla Stazione Centrale, ricordatevi di chiamare il Treintaxi almeno mezz'ora prima. Il numero è 0900 873 46 82 e la chiamata costa 35 centesimi al minuto.

[In bici, sull'acqua e in auto](#)

In bicicletta

Il volto nascosto di Amsterdam, lontano dalle strade commerciali, si scopre in bici nei vicoletti. La bicicletta è il mezzo di trasporto più comune in città e si può noleggiare praticamente ovunque: all'aeroporto, nelle stazioni, in città. Il costo è di circa 6 euro al giorno o 40 alla settimana. Al noleggio vi chiederanno il passaporto o la carta d'identità e una cauzione tra i 23 e i 45 euro. Le piste ciclabili seguono il percorso cittadino, e i ciclisti hanno i propri semafori, e sono soggetti a controlli della velocità come gli automobilisti. Se decidete di noleggiare la bici, abituatevi a frenare pedalando all'indietro e tenetela d'occhio, perché i furti sono molto frequenti. L'assicurazione è facoltativa e la polizza paga soltanto se potete dimostrare che, al momento del furto, la bici era legata ad un oggetto inamovibile, come un paletto.

Sull'acqua

Il viaggio sui canali è più lento e più costoso degli spostamenti sulla terraferma, perché i battelli non sono integrati nel sistema di trasporti cittadino. Ma è sicuramente un modo romantico e rilassante di scoprire la città, ed in più i biglietti danno diritto allo sconto in diversi musei. Tutti i battelli si fermano di fronte alla Stazione Centrale.

Canal Bus

Canal Bus solca i canali di Amsterdam dalle 10 di mattina alle 6.30 di sera con tre linee: la Linea Verde, la Linea Rossa e la Linea Blu. Le fermate comprendono i siti più interessanti, come il Westermarkt, Leidseplein e il Rijksmuseum. Il biglietto giornaliero costa circa 15 euro e dà diritto a sconti sull'ingresso a vari musei e attrazioni.

Il Battello dei Musei

Se volete fare una minicrociera e visitare i musei più importanti, potete prendere il Battello dei Musei: parte di fronte alla Stazione Centrale, ogni 30 minuti d'estate e ogni 45 minuti d'inverno, dalle 10 di mattina alle 5 di sera. Le fermate principali sono: Rijksmuseum, Museo Van Gogh, Museo Stedelijk, casa di Anna Frank, Leidseplein, Vondelpark, Museo Storico di Amsterdam, Mercato dei Fiori, casa di Rembrandt, Museo della Storia Ebraica, Museo dei Tropici e Museo Marittimo. Il biglietto giornaliero costa circa 15 € e dà diritto allo sconto sull'ingresso in diversi musei.

Water Taxi

I taxi sull'acqua sono più veloci e più costosi di quelli su strada: percorrono il porto, i canali e il fiume Amstel al costo di 60 € per 30 minuti, fino a otto passeggeri. Anche questi partono dalla Stazione Centrale, ma se volete che vengano a prendervi da un'altra parte, il costo della chiamata è di circa 25 euro...

[In auto](#)

Se volete andare in giro con la macchina, di solito si risparmia prenotandola in anticipo

dall'Italia prima di partire.

Altrimenti, l'auto la si può noleggiare direttamente all'aeroporto, alla stazione ferroviaria e nelle agenzie di noleggio. Le tariffe variano tra i 37 e i 122 euro al giorno, IVA inclusa, e ci sono offerte per noleggi settimanali e oltre. L'Olanda fa parte della Comunità Europea, e quindi per guidare basta la patente italiana. Alcune compagnie richiedono un'età minima tra i 21 e i 23 anni. Se vi svegliate e non trovate più l'auto, è più probabile che sia stata portata via dal carro attrezzi che dai ladri: l'amministrazione di Amsterdam disincentiva l'uso dell'auto, è preferibile utilizzarla solo per le gite fuori città. I parcheggi sono costosi: in centro arrivano a 3 euro l'ora, e la fascia oraria va dalle 9 di mattina a mezzanotte. Gli orari dei parchimetri vanno osservati scrupolosamente, per evitare multe salate, le ganasce alle ruote o addirittura la rimozione dell'auto. Se vi capita di prendere una multa, l'adesivo giallo sul parabrezza vi indica un numero di telefono in cui vi dicono dove e come pagare. Ci sono parcheggi gratuiti nei dintorni delle stazioni ferroviarie e nelle aree periferiche della città, dalle quali conviene prendere i mezzi pubblici per andare in centro.

Cosa vedere

Amsterdam è famosa per il suo spirito liberale e tollerante, e le attrazioni appartenenti a queste categorie sono sicuramente Coffeeshop e Quartiere a Luci Rosse. Cultura, arte e divertimento si fondono per creare un'atmosfera davvero unica, questa è sicuramente la magia di Amsterdam!

Attrazioni turistiche top 10

10 attrazioni che non possono mancare nella vostra prima visita ad Amsterdam, per scoprire le sue molteplici opportunità e 'facce': Musei dal patrimonio artistico inestimabile, piazze fulcro di vivace vita diurna e notturna, mercatini e parchi che fanno parte della tipica 'Dutch way of life'.

Van Gogh Museum

Con i suoi 200 dipinti e 550 tra disegni e acquerelli, rappresenta una delle più grandi collezioni mondiali dedicate al pittore olandese. Ubicato nel moderno edificio costruito su progetto di Gerrit Rietveld, il museo si sviluppa su 3 piani, presentando le opere dell'artista in ordine cronologico, in modo da mettere in evidenza i diversi 'periodi' attraversati da Van Gogh (dai 'Mangiatori di patate' al soggiorno Parigino, dal periodo 'impressionista' di Arles alle ultime opere che lo resero precursore del Movimento Espressionista) ospitando anche oggetti personali e lettere scritte al fratello Theo, oltre alla collezione privata di Theo stesso (dipinti, opere grafiche e sculture di contemporanei, Delacroix e Gauguin tra i tanti).

Vengono inoltre organizzate importanti mostre temporanee riguardanti Artisti e Movimenti del XIX e XX secolo.

Indirizzo: Paulus Potterstraat 7 (Quartiere dei Musei)

Rijksmuseum

È il più grande museo d'Olanda, con più di un milione di visitatori all'anno. Offre una estesa panoramica sull'arte olandese, dalle prime pale medievali ai capolavori del Secolo d'Oro. Il palazzo di chiaro stile neorinascimentale (con inserti gotici) che lo ospita fu

costruito tra il 1877 e il 1885 su progetto di P.J.H. Cuypers.

A causa di lavori di restauro, solo alcune ale del museo sono aperte e la mostra permanente "The Masterpieces" presenta il meglio della collezione riguardante il Secolo d'Oro, dall'oggettistica ai famosi dipinti di Rembrandt, Vermeer e Frans Hals.

Indirizzo: Stadhouderskade 42 (Quartiere dei Musei)

Stedelijk Museum

Il museo di arte moderna e contemporanea di Amsterdam copre un arco temporaneo che va dal 1850 ai giorni nostri (da Picasso, Chagall agli Impressionisti, dal Suprematismo al gruppo olandese De Stijl, dagli Espressionisti tedeschi al gruppo CoBra, dall'azione painting alla pop art); infatti oltre alla collezione permanente, vengono allestite diverse mostre temporanee.

Dopo il trasferimento temporaneo per lavori di ristrutturazione nel 2004 della sede nel vecchio Ufficio delle Poste (poco distante dalla Stazione Centrale), lo Stedelijk Museum ritorna nella sua location originaria adiacente al Van Gogh Museum. I lavori di ristrutturazione dell'edificio continuano, per cui al momento viene presentata solo una parte della collezione (Temporary Stedelijk 2) nelle sale risanate del museo.

Piazza Dam

Dal nome di questa piazza deriva quello di Amsterdam e rappresenta oggi il 'cuore' della città. Dal passato turbolento all'odierno viavai di turisti e artisti di strada, la piazza è dominata dal Palazzo Reale (Koninklijk Paleis) e dalla Chiesa Nuova (Nieuwe Kerk). Il primo, sede originaria del Municipio e oggi residenza della Regina nei suoi soggiorni in città, è caratterizzato dall'imponente facciata neoclassica; la seconda, la cui assetto attuale risale al 1650-1660, è dal 1841 la chiesa in cui vengono incoronati i sovrani olandesi e sede di manifestazioni culturali (mostre e concerti d'organo). Per così dire divisa in due da traffico di auto e tram, svetta nella Piazza (opposto al Palazzo Reale) il Nationaal Monument, obelisco di pietra alto 22 metri e dedicato alle vittime della Seconda Guerra Mondiale. Café, hotel e negozi, il Museo delle cere di Madame Tussauds si affacciano sull'affollata Piazza, spesso occupata da bancarelle, Luna-Park e giostre in occasione delle principali festività, e persino da una pista di pattinaggio su ghiaccio durante il periodo Natalizio.

Leidseplein

Sicuramente uno dei centri del divertimento e della vita notturna di Amsterdam, l'area attorno a questa piazza pullula di café, pub, club, coffeeshops, ristoranti di ogni genere, hotel (da segnalare l'American Hotel, costruito nel 1902 in stile Art Decò), teatri (l'importante Stadsschouwburg si affaccia sulla piazza), cinema e centri culturali.

Durante la bella stagione, i bar con tavolini all'aperto sono affollati di gente che può ammirare gli spettacoli di musicisti, artisti di strada e che più ne ha più ne metta che si esibiscono nella piazza durante l'intero arco del giorno.

Rembrandtplein

Sede fino alla metà del XIX secolo del mercato del burro (si chiamava originariamente 'Botermarkt') prese l'attuale nome nel 1876 quando vi fu collocata la statua di Rembrandt. Si trasformò allora in un centro di vita notturna e così rimase: pub, café, hotel, nightclub, ristoranti e cinema (da segnalare in Regulierbreestraat 26-28 lo spettacolare Tuschinski Cinema, costruito nel 1921 in esotico stile Art Decò) nell'area attraggono migliaia di turisti.

Vondelpark

Il più famoso parco pubblico d'Olanda (e il più esteso della città) si trova poco lontano da Leidseplein (a sud della stessa, dal lato del Casinò) e si raggiunge velocemente a piedi anche dal Quartiere dei Musei. Dedicato al poeta Vondel (la cui monumentale statua si trova nel parco), fu aperto al pubblico nel 1865 e progettato "all'inglese". Oggi attrae gente locale e migliaia di turisti che nel parco si ritrovano per rilassarsi, ascoltare musica (molti gli artisti di strada che si esibiscono), fare acrobazie sui pattini o bere un drink nei suoi café.

Waterlooplein: mercatino e piazza

Sicuramente è il più conosciuto mercatino delle pulci di Amsterdam a rendere famosa questa piazza. Aperto dal lunedì al sabato, attrae migliaia di turisti che qui possono acquistare un po' di tutto: dai souvenir più strampalati all'antiquariato e abbigliamento trendy o vintage. Ma Waterlooplein si trova in una zona di Amsterdam ricca di attrattive: dai suoi café (dalle terrazze all'aperto estive) alla chiusa sul fiume Amstel, dal museo di Rembrandt alla moderna Stopera.

De Jordaan

Il nome di questo quartiere deriva dal francese 'giardino'. Battezzato così dagli Ugonotti nel XVII secolo, si sviluppò all'inizio del Secolo d'Oro e venne presto popolato da lavoratori, mentre le facoltose classi sociali dell'epoca costruivano lussuose abitazioni nell'area del ring dei 3 principali canali della città (Herengracht, Keizergracht e Prinsengracht), area che ancora oggi è "zona protetta": oltre un quarto delle abitazioni presenti sono dimore storiche, le cui facciate sono spettacolo per gli occhi.

Il Jordaan invece è famoso per la sua atmosfera unica, caratterizzata da negozi davvero originali, café e ristoranti, gallerie d'arte e negozi d'antiquariato...perdersi a curiosare nelle piccole vie che lo caratterizzano è davvero un'esperienza da provare!

Anne Frank House

Nel retro di questa casa (dove Otto Frank aveva la sua attività commerciale) si nascosero Anne e la sua famiglia per più di due anni durante la Seconda Guerra Mondiale. Anche altre famiglie vivevano in questo rifugio (Van Pels e Pfeffer). Furono traditi il 4 agosto del 1944 e deportati in differenti campi di concentramento, Otto Frank fu l'unico superstite.

E' qui che Anne Frank scrisse il suo famoso diario, esposto nel Museo.

Sebbene le stanze siano vuote, la disposizione di oggetti personali, fotografie, documenti storici e filmati evocano l'atmosfera in cui si svolsero i fatti: per non dimenticare...

Indirizzo: Prinsengracht 267 (nel quartiere Jordaan, vicino alla Westerkerk)

Musei ad Amsterdam

I Musei rappresentano una delle principali attrazioni turistiche. I più noti sono sicuramente Van Gogh Museum, Rijksmuseum e Stedelijk Museum. Ma la scelta è ampia, più di 50 musei che ogni anno attraggono milioni di visitatori accontentando i più svariati interessi. Accanto ai capolavori del Secolo d'Oro e dell'arte moderna e contemporanea troviamo cinema, teatro, fotografia, storia e musei 'tipicamente Olandesi' come ad esempio lo Scheepvaart Museum (con una replica di un veliero mercantile settecentesco ancorato all'esterno e visitabile) e l'Houseboat Museum. Molti musei posseggono sezioni didattiche per i bambini, i quali apprezzeranno molto anche la visita all'appariscente NEMO (Museo

di Scienza e Tecnologia ospitato in un moderno edificio verde a forma di nave).

Il modo più economico per visitare i Musei olandesi: Museumkaart

Esistono vari pass che vanno dal giornaliero al settimanale per l'ingresso a più musei convenzionati; a chi ha invece intenzione di visitare molti musei, e non solo ad Amsterdam, consigliamo l'acquisto della Museumkaart (Carta dei Musei). La card ha validità annuale e consente l'ingresso (ogni volta che lo si desidera) in più di 400 Musei in tutta l'Olanda e il costo (inclusa la commissione) si aggira intorno ai 40 Euro, è nominale e non è cedibile. Può essere acquistata dietro compilazione di un modulo in alcuni musei (Allard Pierson Museum, Amsterdams Historisch Museum, Hermitage Amsterdam, etc) e all'UIT Buro in Leidseplein.

Van Gogh Museum

Con i suoi 200 dipinti e 550 tra disegni e acquerelli, rappresenta una delle più grandi collezioni mondiali dedicate al pittore olandese; ospita anche oggetti personali e lettere scritte al fratello Theo, oltre alla collezione privata di Theo stesso.

Indirizzo: Paulus Potterstraat 7 (Quartiere dei Musei)

www.vangoghmuseum.nl

Rijksmuseum Amsterdam

È il più grande museo d'Olanda, con più di un milione di visitatori all'anno. Offre un'estesa panoramica sull'arte olandese, dalle prime pale medievali ai capolavori del Secolo d'Oro.

Indirizzo: Stadhouderskade 42 (Quartiere dei Musei)

www.rijksmuseum.nl

Rembrandthuis museum - Casa di Rembrandt

La casa dove il pittore visse dal 1639 al 1659 è oggi un museo che raccoglie, oltre a oggetti personali, un'ampia collezione di acqueforti del Maestro e dipinti di artisti che lo ispirarono (ad esempio Pieter Lastman).

Indirizzo: Jodenbreestraat 4

www.rembrandthuis.nl

Hermitage Amsterdam

Dopo una stretta collaborazione nell'organizzazione di mostre con la Nieuwe Kerk (Chiesa Nuova), a fine Febbraio 2004 ha finalmente aperto la sede di Amsterdam dell'Hermitage di San Pietroburgo. L'edificio che lo ospita, Neerlandia, rappresenta solo la prima fase (mostre temporanee a tema): entro il 2007 il Museo verrà completato e ampliato fino a raggiungere uno spazio espositivo di 4000 mq.

Indirizzo: Nieuwe Herengracht 14

www.hermitage.nl

Stedelijk Museum

Il più importante museo di arte moderna e contemporanea di Amsterdam con opere che vanno dal 1850 ai giorni nostri.

www.stedelijk.nl

Stedelijk Museum Bureau Amsterdam

È lo spazio-galleria dello Stedelijk Museum con esposizioni temporanee dei nuovi artisti di spicco. L'entrata è gratuita.

Indirizzo: Rozenstraat 59

www.smba.nl

[De Appel – Fondazione Appel](#)

Centro per l'arte contemporanea, propone mostre temporanee di nuovi artisti e forme d'arte.

Indirizzo: 1e Jacob van Campenstraat 59

www.deappel.nl

[Montevideo – arte multimediale](#)

Istituto Olandese di Arte Multimediale, presenta interessanti mostre temporanee che esplorano il campo del Video e del Multimedia.

Indirizzo: Keizersgracht, 264

www.montevideo.nl

[Film museum](#)

Situato in Vondelpark, è sia sala cinematografica (programmazione giornaliera, spesso di esclusivi capolavori della storia del cinema) che museo (archivio di foto, poster e script di film olandesi e internazionali, mostre temporanee).

Indirizzo: Vondelpark 3

www.filmmuseum.nl

[FOAM – fotografia](#)

Esteso museo dedicato alla fotografia in ogni suo aspetto artistico. Più mostre temporanee si svolgono all'interno della struttura che ospita spesso anche incontri e discussioni.

Indirizzo: Keizersgracht 609

www.foam.nl

[Huis Marseille – fotografia](#)

Situato in una dimora storica appartenente ad un benestante commerciante francese, il Museo organizza mostre temporanee della durata di 3 mesi. Anche qui enfasi alla fotografia come arte a 360°.

Indirizzo: Keizersgracht 401

www.huismarseille.nl

[Anne Frank House](#)

Nel retro di questa casa si nascosero Anne e la sua famiglia per più di due anni durante la Seconda Guerra Mondiale. Qui Anne Frank scrisse il suo famoso diario, esposto nella collezione permanente del Museo.

Indirizzo: Prinsengracht 267 (nel quartiere Jordaan, vicino alla Westerkerk)

www.annefrank.org

[Joods Historisch Museum – Museo Storico Ebraico](#)

Il museo è collocato in un complesso formato da 4 sinagoghe (la più vecchia risale al XVII secolo) e ospita una ricca collezione riguardante la cultura ebraica in Olanda.

Indirizzo: Jonas Daniel Meijerplein 2-4

www.jhm.nl

[Verzetsmuseum – Museo della Resistenza Olandese \(II Guerra Mondiale\)](#)

Il museo mostra, nella sua collezione permanente, l'opera e i volti della Resistenza olandese durante la II Guerra Mondiale in un percorso "ambientato" che presenta oggetti personali, filmati e spunti per la riflessione. Vengono allestite anche mostre temporanee.

Indirizzo: Plantage Kerklaan 61

www.verzetsmuseum.org

[Amsterdams Historisch Museum – Museo Storico](#)

Ubicato in quello che era una volta il convento di St. Luciene e in seguito un orfanatrofio, i locali del museo si aprono su spaziosi cortili. La collezione permanente mostra le varie fasi dello sviluppo di Amsterdam.

Indirizzo: Kalverstraat 92, Nieuwezijds Voorburgwal 357, St Luciensteeg.

www.ahm.nl

[Nieuwe Kerk – Chiesa Nuova](#)

L'assetto attuale risale al 1650-1660, è dal 1841 la chiesa in cui vengono incoronati i sovrani olandesi; non più adibita a funzioni religiose, ospita mostre temporanee a tema.

Indirizzo: Dam square

www.nieuwekerk.nl

[Koninklijk Paleis – Palazzo Reale](#)

Caratterizzato dall'imponente facciata neoclassica, fu sede originaria del Municipio; oggi è invece la residenza della Regina nei suoi soggiorni in città.

Le principali sale sono visitabili, maestose quanto l'esterno.

Indirizzo: Piazza Dam

www.koninklijkhuis.nl

[Bijbelmuseum – Museo della Bibbia](#)

Ubicato in una dimora storica, il museo racconta la storia della Bibbia: ritrovamenti archeologici, esemplari di diverse epoche, oggetti sacri e, negli antri che danno sul giardino, persino due sale con le essenze menzionate nella Bibbia.

Indirizzo: Herengracht 366- 368

www.bijbelmuseum.nl

[Nederlands Scheepvaart Museum – Museo di Storia Marittima](#)

Il museo ospita la più grande collezione al mondo di barche: modellini, cartine, mappe, dipinti e cimeli illustrano la storia navale olandese.

Indirizzo: Linnaeusstraat 2, quarter Plantage.

www.scheepvaartmuseum.nl

[Houseboat museum](#)

Vi siete mai chiesti come si vive in una delle tipiche case-barca sui canali di Amsterdam?

Ecco l'occasione per soddisfare la vostra curiosità!

Indirizzo: Prinsengracht, opposite 296

www.houseboatmuseum.nl

[Vakbondsmuseum – Museo Nazionale della Borsa](#)

L'imponente edificio fu costruito nel 1900 su progetto di H.P. Berlage per ospitare i lavoratori di diamanti, divenne sede della Borsa di Amsterdam, ed ora ne è diventato il museo, che ospita mostre a tema e spesso anche concerti di Musica Classica.

Indirizzo: Henri PolakLaan 9

www.deburcht-vakbondsmuseum.nl

[ARCAM – Centro di Architettura di Amsterdam](#)

La fondazione ARCAM esibisce in mostre temporanee tutti gli aspetti dell'architettura di Amsterdam, ed è situata all'ultimo piano di un edificio dal design veramente unico (su progetto di René van Zuuk).

Indirizzo: Prins Hendrikkade

www.arcam.nl

Museum Het Schip – Museo sulla ‘Scuola di Amsterdam’

Questo complesso (chiamato ‘la Nave’, progettato da M. de Klerk) appartiene al momento di massima fioritura del movimento architettonico denominato De Amsterdamse School (La Scuola di Amsterdam) sorto all’inizio del XX secolo. Il museo esplica il valore storico-culturale di tale periodo.

Indirizzo: Spaarndammerplantsoen 140

www.hetschip.nl

TIN – Museo del Teatro

Affreschi su pareti e soffitto, e la maestosa scalinata di marmo fanno da sfondo ad un viaggio nella storia del Teatro, dal Medio Evo fino alle sperimentazioni dei giorni nostri.

Indirizzo: Herengracht 168

www.tin.nl

Willet-Holthuysen Museum

Una visita ad una splendida dimora affacciata sul canale del XVII secolo: come viveva allora una famiglia benestante? L’arredamento originale, i dipinti e oggetti preziosi, la sala da tè e da concerti...buon viaggio a ritroso nel tempo!

Indirizzo: Herengracht 605 (a sud-est del centro, vicino al fiume Amstel)

www.willetholthuysen.nl

NEMO

Progettato da Renzo Piano, l’imponente edificio a forma di nave (vicino allo Scheepvaart Museum, poco distante dalla Stazione Centrale) ospita il più grande e futuristico museo di Scienza e Tecnologia d’Olanda. Particolarmente adatto ai bambini che qui potranno apprendere grazie al percorso interattivo del museo.

Indirizzo: Oosterdok 2

www.e-nemo.nl







Cartina di Amsterdam



Gastronomia e Ristoranti

La gastronomia di Amsterdam riflette il carattere liberale, multietnico e avventuroso della città. Portuale e commerciale e con un carattere di vero calderone, Amsterdam nella storia ha assorbito le influenze culinarie di lontane culture, tanto che oggi è possibile trovare in qualsiasi ristorante della città ogni tipo di cucina internazionale. Non per altro si dice che “ad Amsterdam si può mangiare in qualsiasi lingua”. L'argomento è senza dubbio “succulento” e la cucina olandese presenta delle abitudini alimentari per molti versi simili e per altri singolari. La colazione è tipica del nord Europa e comprende pane fresco con burro e marmellata, prosciutto e formaggio, ma anche dolci tipici (aromatizzati con cannella, zenzero e chiodi di garofano). Si beve il tè ed il caffè è lungo, molto lungo (forse molti direbbero annacquato, ma questi sono solo luoghi comuni e spesso tipici degli amanti del caffè espresso). Alle 10.00-10.30 anche ad Amsterdam si fa la pausa caffè, a casa e nei negozi, ovviamente a scuola e al lavoro. Il pranzo è leggero e spesso freddo, nel senso che viene servito ‘velocemente’ e fuori casa; gli ingredienti? pane e burro, carne fredda e verdure cotte, aringhe per chi le gradisce. In estate si mangia l'uitsmijter, pane con carne e formaggio, servito con uova fritte. Esistono moltissime varietà di formaggio, provatele, anche ai mercatini alimentari, dove i banchi fanno mostra di centinaia di forme rotonde e profumate. D'inverno si mangiano le zuppe, dove sono sempre presenti le patate. Provate la erwtensoep, zuppa di piselli e pancetta, e lo stampot, un purè di patate e radici, insaporito con la salsiccia. La pausa merenda la si fa verso le 16.00: tè, pasticcini, cialde profumate con burro e zucchero. Per chi ama il salato si trovano anche piccoli panini e patatine fritte. Una tendenza relativamente recente e popolare è la scena dei Grand Café, molto in voga in soprattutto nelle ore pomeridiane. La tradizione è quella di Parigi, Vienna e Torino, con stile, atmosfera, terrazze dove poter essere visti ed osservare. Le caffetterie di Amsterdam si distinguono per la loro enfasi sui prodotti alimentari e sulle bevande in offerta, ma anche soprattutto per architettura e lo stile. Dalle 17.00 in poi arriva l'ora di una birra, un bicchiere di vino o uno sherry, accompagnati da stuzzichini di formaggio, salumi e caratteristiche Bitterballen, saporite polpettine al ragù da prendere non con la forchetta ma con lo stuzzicadenti, e che si accompagnano bene alla mostarda. La birra ad Amsterdam è un vero e proprio rito, le marche più conosciute sono Heineken (è possibile anche visitare la fabbrica dove è in programma la degustazione) e Amstel. Un divertimento è poi scovare i beershop, dove vengono serviti centinaia di tipi diversi di birra in bicchieri di tutte le forme e dimensioni. La cena si arricchisce di verdure con carne (in genere biefstuk o Kip, bistecca o pollo) o pesce, e dolce. Durante la giornata avrete modo di fare incetta di pattatine fritte (Vlaamse frites) per accorgervi che il caro tubero è sempre molto presente nei piatti in giro per la città. Piatti di carne, di pesce, zuppe, vegetali, non mancano mai di fare compagnia alla mitica patata. Il pesce principe è l'aringa, come si suole nei Paesi nordici, che viene servita anche cruda, come ‘affettato’ in un panino o accompagnata da cipolle. Non si manchi l'assaggio (o più) dei formaggi, ce ne veramente per tutti i gusti, ottime nelle omelette Pannekoken. Ad Amsterdam ci sono centinaia di ristoranti con cucina da tutto il mondo, risultato del passato coloniale dell'Olanda e della coesistenza più recente di diverse culture e tradizioni. Dal-

le eleganti sale da pranzo del XVII secolo agli intimi bistrot lungo il canale, alle chiassose taverne greche agli esotici ristoranti indonesiani che per un po' sono capaci di farci dimenticare d'essere nell'emisfero boreale. Ritorniamo al nord con i classici kroegjes bruine, le caffetterie dal colore tipicamente marrone (per via del fumo acquisito nel tempo dalle pareti), che sono caratteristiche di Amsterdam. Il turista in giro per la città si ritrova ad affrontare la squisita agonia di poter scegliere solo uno o due locali della lunga lista (e in tutte le fasce di prezzo). Avrete modo di sicuro di imbattervi nel cosiddetto 'rijsttafel' indonesiano, arrivato in Olanda con la celebre Compagnia olandese delle Indie Orientali e introdotto ai ricchi borghesi di Amsterdam nel XVII secolo. Il rijsttafel (letteralmente, "tavola di riso") è diventato una tradizione in Olanda, rendendo la cucina indonesiana una voce standard del menu della città. Mangiare a buon mercato ad Amsterdam non è impossibile e fortunatamente, in alcuni casi si può anche mangiare a buon mercato in stile, con le candele sul tavolo, i fiori dalla finestra, e la musica... Si potrebbe scegliere tra un dagschotel (piatto del giorno) e un dagmenu (menu del giorno). In effetti agli olandesi non piace spendere inutilmente, per cui sono molti i ristoranti a prezzi contenuti.

Ristoranti consigliati:

1e Klas

Centraal Station, 2B Line

Area: Waterfront e Nord

Tram 1, 2, 4, 5, 6, 9, 13, 16, 17, 24, 25

Prezzo: circa € 16 - € 22.

Tipica Brasserie per i pendolari di prima classe. Ottima per un pasto completo o uno snack in attesa di un treno. Gli interni sono in stile Art Nouveau, del tardo XIX secolo.

A Fusion

Zeedijk 130

Area: Quartiere a luci rosse

Tram 4, 9, 14, 16, 24/Metro Nieuwmarkt 25

Prezzi: €7-€14.

Una lounge che ha preso spunti dall'orientale Chinatown di New York. Gli schermi giganti per video musicali, tè al lychee e alcuni dei più gustosi piatti della cucina pan-asiatica in città. Ottimo per gli amanti del sushi (quello più fresco).

Amnesia

Herengracht 133

Area: Canali

Tram 13, 14, 17

Un coffeshop arredato con comodi cuscini e pareti di un profondo rosso. Situato fuori delle rotte turistiche, è spesso tranquillo, anche se di tanto in tanto si riempie con i locali. In estate i posti a sedere si espandono all'aperto lungo il tranquillo canale.

Amsterdam

Watertorenplein 6

Zona: Ovest di Jordaan

Tram 10

Prezzi: €10.50-€17.60.

Un mulino, monumento spazioso appena ad ovest del quartiere Jordaan. Per circa mezzo secolo, pompava le acque dalle dune della costa e oggi serve piatti della cucina olandese e francese.

Balraj

Haarlemmerdijk 28

Area: Waterfront e Nord

Tram 3

Prezzi: €9.75-€17.50

Piccolo, accogliente, con decenni di esperienza. Il cibo è ad un prezzo ragionevole, ottimo anche per i vegetariani.

Bazar

Albert Cuypstraat 182

Area: Pijp

Tram 16, 24, 25

Colazione/pranzo: €4-€10; Cena: €8-€15.

L'ex chiesa, ora un caffè arabo-kitsch, è una delle glorie della zona di Albert Cuypmarkt.

Coffeeshop Downtown

Reguliersdwarsstraat 31,

Cintura di canali meridionale

Area: Canali

Tram 4, 9, 16, 24, 25

No cannabis in questo coffeshop, ma panini, torte, bevande e riviste internazionali.

Dampkring

Handboogstraat 29

Area: Side di New

Tram 1, 2, 5

Noto per gli indimenticabili arredamenti da interni, l'esperienza visiva acquisita dal Dampkring sa d'incredibile.

Eat at Jo's

Marnixstraat 409

Area: Canali

Tram 1, 2, 5, 6, 7, 10

Prezzi: €11-€13

Ogni giorno trovate pesce fresco, carne, piatti vegetariani nel menu di questa cucina internazionale, economica e gustosa. Anche i Vip non rimangono indifferenti...

Gartine

Taksteeg 7

Area: New Side

Tram 4, 9, 13, 14, 16, 17, 24, 25.

Aperto solo per la colazione, il pranzo e un tè pomeridiano, Gartine è un testamento per gli amanti del Slow Food, con prodotti più che genuini visto che la frutta, la verdura e le erbe vengono cresciute nell'orto di casa. Da non perdere.

Greenhouse

Oudezijds Voorburgwal 191

Area: centro storico

Tram 4, 9, 14, 16, 24, 25

Un leggendario coffeshop di Amsterdam, che vinto la Coppa Cannabis più di 30 volte dalla sua apertura. Occasionalmente si ha la possibilità anche di vedervi diversi i Vip. Se dovete visitare anche solo uno dei mitici coffeshop di Amsterdam, questo è di sicuro ai primi posti della lista, anche solo per l'arredamento interno.

Hap Hmm

1e Helmerstraat 33

Area: Museum Quarter

Tram 1, 6, 7, 10.

Prezzi: € 6 - € 10

Tipica cucina della nonna olandese servita in una mensa, vicino a Leidseplein. Uno dei nostri preferiti per un pasto veloce, appetitoso e abbondante, ad un prezzo molto economico.

Keuken van 1870

Spuistraat 4

Area: New Side

Tram 1, 2, 5

Prezzi: piatti principali € 6,50-€ 12. Menu di 3 portate € 7,50.

Una ex mensa rinnovata e reinventata di nuove tendenze conservando piatti tipicamente olandesi. Nei momenti più affollati capita spesso di condividere il tavolo con altri olandesi, quale occasione migliore per fare amicizia?

Loekie

Utrechtsestraat 57

1017 VJ

Area: Canali

Tram 4

Cucina francese e italiana con piccoli degustazioni come tortine salate, sandwich, cheese-cake...

Nam Kee

Zeedijk 111-113

Area: Quartiere a luci rosse

Tram 4, 9, 14, 16, 24, Nieuwmarkt 25/Metro

Prezzi: € 6,50, € 19

Economico e di qualità, uno dei migliori ristoranti cinesi di Amsterdam.

Proust

Noordermarkt 4

Area: Jordaan

Tram 1, 2, 5, 13, 17, 20

Uno dei locali-bar più trendy di Amsterdam, da non perdere.

Renato's Trattoria

Van der Helstplein 31

Area: Pijp

Tram 12, 25

Cucina: italiana

Se avete nostalgia di casa, una pizza è quello che fa al caso vostro.

Segugio

Van der Helstplein 31

Area Pijp

Tram: 12, 25

Piatti principali € 23 - € 36. Set menu 5 portate € 54,50

Se avete voglia di un po' di lusso...tutto italiano. Conosciuto in particolare per il migliore risotto della città. Provare per credere?

Vita Notturna

Una cosa è certa, ad Amsterdam non ci si annoia facilmente. Al tramonto, le strade del centro, già affollate di giorno, diventano ancora più affollate. I giovani in cerca di svago sono tanti. I canali sono strapieni di persone sedute ai locali lungo le rive; il gioco di luci è magico e l'atmosfera diventa davvero speciale. Immaginate quanti bar, coffishop, locali notturni, club, discoteche... Per vivere al meglio Amsterdam consigliamo di mescolarsi con la gente del posto e così facendo diventa impossibile negarsi un drink in un bar o in una delle tante caffetterie della città. Lo stile di vita olandese è tale che bar e simili diventano punto d'appoggio durante il giorno, tra una pausa e l'altra dal lavoro o dallo shopping, e centro di vita notturna dopo il tramonto. La maggior parte dei locali aprono al mattino e rimangono aperti fino alle 01:00 o le 03:00 durante il fine settimana. La gamma di scelta è così ampia che, inutile dirlo, ad Amsterdam non si soffrirà di certo la sete e la noia. Abbiamo avuto modo di conoscere di "Day by Day", un utile guida mensile in lingua inglese, pubblicata dall'ufficio del turismo di Amsterdam. Parla di tutto ciò che accade in città, dalla musica dal vivo agli spettacoli, dalle mostre ai musei. Come le sue consorelle, metropoli come da Londra a Barcellona, e poi Parigi, Berlino, Madrid e Lisbona anche Amsterdam è una città che non dorme mai, instancabile e piena d'energia. La vita notturna è frenetica e sembra non bastare mai. Sia che si scelga di viverla nell'area del Quartiere a luci rosse invasa dai turisti e dai locali, o che si opti per quartieri meno battuti dal flusso di curiosi. Visitare la capitale olandese significa soprattutto fare subito un giro di perlustrazione nei vari bar e coffeshop. Poi ci sono i brune café, letteralmente i "Caffè Marroni", ma non fatevi ingannare dal nome, in realtà la vita notturna di Amsterdam ferve in questi locali accoglienti, chiamati così perché nel corso del tempo il fumo ha macchiato le pareti di nicotina. Incredibile. Ciò nonostante questi posti invitanti, situati dappertutto nel vecchio centro e lungo i canali, sono i luoghi ideali per incontrare gli abitanti di Amsterdam e provare la birra olandese. Per ambienti alla moda, con DJ e aperti e fino a tardi, provate alcuni lounge bar intorno a Nieuwezujds Voorburgwal (non chiedeteci come si pronuncia), oppure i posti più tradizionali vicino a Rembrandtplein e Leisplein. Il panorama club e discoteche di Amsterdam non è così entusiasmante come ci si potrebbe aspettare, sebbene in centro si trovino alcuni buoni locali. Il Winston, sulla Warmoesstraat, è attualmente uno dei più alla moda, insieme al Melkweg, Lijbaansgracht, da sempre uno dei migliori, con musica dal vivo, e uno dei maggiori locali notturni di tendenza della città, conosciuto in particolare per le sue grandi

sale concerti, pronte ad ospitare un numero sempre maggiore di ospiti ogni anno. La maggior parte dei locali sono situati nel centro città, intorno alle zone di Piazza Dam, di De Pijp e di Leidseplein. Altra discoteca di ottimo livello è il Panama, mentre molti dei bar e dei locali gay & lesbian si trovano lungo Reguliersdwarsstraat. Come è ormai consuetudine in tutta Europa e non solo, la maggior parte delle discoteche non si riempiono sino alla mezzanotte e restano aperte sino alle 5/6 del mattino. Altri bar molto popolari includono il classico In 't Aepjen a Zeedijk, e cocktail bar moderni ed eleganti, come il VakZuid, vicino alla Amsterdam Arena. Il quartiere a luci rosse è una zona molto turistica, ma ospita alcuni antichi teatri molto interessanti che mettono in scena varietà e cabaret, ma anche le aree di Jordaan e Rembrandtplein non mancano di tenere alto il nome della città. Vi troviamo il Club More, celebre tra i personaggi dello spettacolo, anche internazionali, il The Mazzo (con musica house e techno), il Soul (Soul e R&B) e l'Escape, il club più grande di tutta la città. Il fresco Café Thijssen (Brouwersgracht 107) è anch'esso molto popolare e consigliamo di non mancarne la visita. La zona del canale di Singel è da non perdere e tra i bar da noi preferiti consigliamo il Odeon Bar (Singel 460) che offre un vista molto romantica sul canale. Ci è piaciuto per quella sua atmosfera 'vecchia Amsterdam' del Settecento) e perché nello stesso palazzo venne firmato nel 1782 uno dei primi contratti d'assistenza finanziaria olandese alla nuova nazione americana. In una delle vie più famose del centro, la Spuistraat, troviamo il locale Bitterzoet, un misto tra bar e teatro, mentre i Twee Zwaantjes e Wynand Fockink sono i favoriti della vecchia scuola. Un gruppo amante della musica si riunirà presso Kamer 401, mentre Prik è un vivace bar gay friendly. Consigliamo anche lo Struik (Rozengracht 160), un bar da perfetto 'chill out' per i creativi che amano la calma, la musica da strada e i locali design. L'accogliente caffetteria del quartiere è arricchita da una speciale cena eco-friendly per tutti i giorni della settimana, accompagnata sul tardi anche da DJ. Nell'area delle Docklands di Amsterdam, ad est, troviamo il nuovo teatro musicale Muziekgebouw aan't IJ. Progettato dallo studio di architetti danesi 3XNielsen, il complesso musicale è stato dichiarato tra i più innovativi in Europa; ospita la celebre Casa del jazz Bimhuis e una grande quantità di musica contemporanea, tra cui l'Ensemble Asko, Ives, Nieuw e Schönberg, il Orkest de Volharding e la Sinfonietta Amsterdam. È possibile scegliere tra un ricco programma di musica classica ed etnica, e concerti di multi-media, nonché l'esecuzione di brani tradizionali. Un argomento a parte meritano anche i vari Museo del Sesso e Museo d'Erotica di Amsterdam, rispettivamente situate nella Damrak 18 e nella Oudezijds Achterburgwal 54. Il primo è situato in uno dei punti più trafficati della città, passaggio obbligato di turisti e pendolari provenienti dalla vicina stazione ferroviaria. Il Sexmuseum Venustempel (nome ufficiale) raccoglie un insieme di collezioni relative al tema, come pezzi d'arte, oggetti e fotografie antiche, come quelle dell'Età Vittoriana. Il Museo d'Erotica, una versione un po' più 'leggera' del precedente, è sempre situato nel quartiere a luci rosse, e si caratterizza in particolare per i ricordi legati a John Lennon. I musei a detta di molti sono un po' deludenti e a loro vengono preferiti altri 'locali del sesso' come la Casa Rosso (Oudezijds Achterburgwal 106-108), la Casa Rosso Peepshow (Oudezijds Achterburgwal 84-92), dei teatri con in offerta spettacoli a tema, e il bar Bananenbar (Oudezijds Achterburgwal 37). Agli amanti del casinò, si ricorda che Amsterdam ha solo due posti dove è possibile

anche perdere la camicia durante il vostro soggiorno e sono situati nei pressi di Leidseplein, nella Max Euweplein 62, aperto ogni giorno a 1:30-03:00 (ultimo ingresso ore 02:00), e all'aeroporto di Schiphol, in Terminal West. Assicuratevi di portare il passaporto. Che dire? Ad Amsterdam c'è ne proprio per tutti!

Discoteche

Le discoteche sono tante, ma concentrate in uno spazio ben delimitato; da qui è nata la consuetudine di spostarsi da un locale all'altro per scoprire quale offra il meglio per trascorrere la notte in allegria. Un'anticipazione la potete ascoltare sull'Amsterdam FM 106,8 MHz, oppure la rivista Wild. Al Melkweg, che nel fine settimana si trasforma in discoteca, troverete la gente più strana.

Paradiso

Una suggestiva chiesa sconsecrata ospita il Paradiso (Weteringschans 6-8) dove si esibiscono i grandi del rock e della world music. Propone un concerto dal vivo ogni giovedì.

Melkweg

Il Melkweg (Lijnbaansgracht 234A) è la 'Via Lattea', un centro multimediale, allestito in un vecchio stabilimento caseario che negli anni sessanta e settanta era il punto d'incontro per i 'figli dei fiori', ma già dagli anni venti era diventato uno dei centri europei della musica e della cultura. Nella sala concerti si alternano rock, reggae, ritmi afrocubani, sudamericani, world music, gruppi olandesi, inglesi e americani più o meno famosi.

Richter

Richter (Reguliersdwarsstraat 36), un locale di autentico glamour, in cui vi capiterà di incontrare anche qualche personaggio 'in'.

Roxy

Il **mistico** Roxy (Singel 465-467) è la discoteca che si cela in un teatro degli anni venti e in cui qualche anno fa cominciò ad imporsi l'housemagic. Oggi il ritmo è meno martellante, ma la folla è sempre numerosa e stravagante.

Escape

Escape (Rembrandtplein 11). Esiste dal 1987 ed è la discoteca più grande di Amsterdam, può contenere oltre 2000 persone. Propone musica moderna, dance, luci hi-tech. Apre dal giovedì al sabato e cambia aspetto ogni sera: Rush al giovedì a base di house music. L'abbigliamento è sexy.

Odeon

L'Odeon (Singel 460) è la raffinata discoteca ricavata in un'abitazione seicentesca, musica leggera di tutti i tempi.

Night club

Se di giorno Amsterdam è una città molto vivace, sono soprattutto le sue notti movimentate a far felici i turisti in cerca di divertimento e allegre trasgressioni. Non mancano teatri, cinema, concerti, ma neppure gli spettacoli improvvisati dagli artisti di strada. La sera si accende dopo le 17, alla chiusura dei negozi: è l'ora dell'aperitivo (borreluur) da prendere con gli amici in un bar o in un tipico 'Cafè Scuro'. Dopo la cena, consumata in uno dei tanti ristoranti, cominciano ad animarsi i punti caldi della vita notturna: Leidesplein, Rembrandtplein, la Reguliersdwarsstraat e il Red Light District (De Walleijes) il Quartiere

a Luci Rosse regno della prostituzione, della droga e della delinquenza.

Panama

Il Panama (Oostelijke Handelskade 4) localizzato in un monumento industriale è tutto assieme discoteca e teatro, caffè e ristorante, ed è in grado di offrire un misto di differenti culture, stili, musica e arte.

Sinners

Sinners (Wagenstraat 3-7). Il locale intimo arredato con stile e pieno di specchi è sviluppato su 3 piani dove riproduce 3 ambientazioni differenti: Disco, Mistero e Moulin Rouge. Offre della musica che varia dal R&B del Giovedì sera al Deephouse del Venerdì e Sabato. Nei weekend ci sono i Dj locali.

Ministry

Il Ministry (Reguliersdwarsstraat 12) club intimo propone diversi stili musicali: House music, 2-step e speedgarage, classici e ReB.

It

L' It (Amstelstraat 24) e' certamente il posto più stravagante con un ambiente molto Hot. Il sabato sera è riservato ai gay.

Power Zone

Il Power Zone (Daniel Goedkoopstraat 1) è il più importante mega club stile happy house di Amsterdam in grado di ospitare oltre 5.000 persone. Gli ambienti interni e la pista sono molto spaziosi, E' disponibile anche un terrazzo, mentre al 2° piano potreste riposarvi nella Comfort Zone.

Hotel Arena

Quello che cento anni fa era una splendida chiesa oggi, restaurata con intatti gli ambienti originari, è l'Hotel Arena (Gravesandestraat 51) che offre agli ospiti dell'hotel e a studenti della musica stile techno e house oltre che mix di rock. Nel weekend propone serate con DJ locali e internazionali.

Shopping ad Amsterdam

L'anima nel commercio

Fin dalle origini, Amsterdam è sempre stata una città dedita al commercio: i prodotti di lusso che oggi si vendono negli esclusivi negozi delle vie commerciali sono gli stessi che i mercanti olandesi importavano nell'Epoca d'oro, nel 1600, così come sono rimaste uguali le cianfrusaglie del mercatino delle pulci sul Waterlooplein. Tutto il passato coloniale della città è rappresentato nei negozi: le vetrine si riempiono di artigianato etnico, e i proprietari sono appassionati e autentici conoscitori dei propri prodotti. La caratteristica di Amsterdam è la specializzazione: difficilmente troverete i negozi in cui si vende un po' di tutto, mentre noterete una grande competenza nei settori più vari e disparati, dai fiori all'arte aborigena. Amsterdam offre tantissime possibilità di acquisti, dal mercatino al centro commerciale, al negozio artigianale in cui ogni pezzo è unico. Il gusto e la raffinatezza di questo popolo si esprime soprattutto nella decorazione delle vetrine, nell'accostamento dei colori, nella cura attenta dei particolari ed in una miscela sapiente di prodotti locali ed etnici. Oggi ad Amsterdam si comprano diamanti, porcellane, tulipani, sigari, formaggi,

stoffe e spezie da tutto il mondo, e i famosissimi zoccoli di legno dei contadini olandesi.

Diamanti e porcellane

Amsterdam è la patria dei tagliatori di diamanti fin dal '500, quando i rifugiati ebrei in fuga da Anversa introdussero le tecniche di lavorazione di queste pietre preziose, e certamente qui costano di meno che in qualsiasi altra parte del mondo. Molti punti vendita offrono tour guidati per assistere al taglio e alla lucidatura dei diamanti, fino alla realizzazione del prodotto finito. Sia che vogliate acquistare uno o che vogliate semplicemente rifarvi gli occhi, potete visitare l'Amsterdam Diamond Center, in Rokin 1-5. Trovate diamanti anche al duty free dell'aeroporto di Schiphol. Le porcellane di Delft sono bianche e blu, con motivi floreali. Delft è una cittadina che si trova a un'ora di treno da Amsterdam: nei suoi laboratori, la ceramica si dipinge con tecniche immutate da 350 anni. Ogni pezzo è dipinto a mano e, come tutto l'artigianato, il prezzo dipende dalla qualità della decorazione. La ceramica più famosa proviene dalla Reale Fabbrica di Delft, e ogni pezzo si riconosce dal marchio: se guardate sotto, trovate un vaso sovrastato da una linea dritta e una F stilizzata sotto la scritta "Delft". Inoltre, un regalo insolito e non troppo costoso può essere un braccialetto, un portachiavi o una collanina in argento con il tradizionale Zeeuwse knop, nodo della Zelanda, una rosellina in filigrana d'argento. La trovate in tutte le gioiellerie. Shopping ad Amsterdam? Una vera festa! Il Centro è letteralmente affollato di negozi; oltre agli articoli per i quali la città è famosa (antiquariato, diamanti, fiori, souvenirs come ad esempio le ceramiche di Delft e i classici zoccoli di legno), potrete davvero trovare di tutto, dal bizzarro al kitsch. Le principali vie del centro sono pedonali (attenzione però a biciclette e a mezzi pubblici!) e rendono lo shopping ancora più piacevole. I negozi sono solitamente aperti dalle 13:00 alle 18:00 il lunedì, dalle 9/10:00 alle 18:00 dal martedì al venerdì, il giovedì l'apertura è prolungata fino alle 21:00, mentre il sabato molti chiudono alle 17:00. Alcuni supermercati (come la catena Albert Heijn) rimangono aperti fino alle 20/22:00, fino a mezzanotte aperti invece alcuni supermercati denominati 'nightshops'. La domenica negozi aperti in Kalverstraat, Damrak, Leidsestraat e vicino alla Westerkerk. Da dove cominciare? Partendo da Piazza Dam, voltando le spalle a Palazzo Reale, a destra si ha Kalverstraat e a sinistra Nieuwedijk, due delle vie più affollate dai turisti, quasi un km di negozi! Risalendo Nieuwedijk ci si avvicina alla Stazione Centrale e la via pullula di negozi d'abbigliamento, di souvenir, coffeeshops, fast food; proseguendo in Haarlemmerstraat, si trovano negozi d'usato (abbigliamento e libri), affollati pub e café. Parallela a Nieuwedijk (partendo dalla Stazione Centrale) la Damrak, sulla quale si affacciano ristoranti, pub, hotels e negozi di souvenirs; se si prosegue oltre Piazza Dam si arriva nella Rokin, dove troviamo anche i venditori di diamanti. Kalverstraat presenta più o meno lo stesso scenario di Nieuwedijk, più numerosi i negozi di abbigliamento, dischi, essenze profumate; in questa via si trovano interessanti librerie quali l'English Bookshop e l'American Book Center. Alla fine di Kalverstraat, risalendo il mercato dei fiori (vicino a Piazza Munt), si arriva in Leidsestraat (che conduce a Leidseplein) con, tra i tanti, negozi dal design innovativo. Capitolo a parte merita il quartiere De Jordaan e la zona attorno alla Westerkerk: negozi d'antiquariato, di abbigliamento e oggettistica a volte alquanto bizzarra vi sorprenderanno mentre passeggiate tra le viuzze che collegano il ring dei tre canali principali. (Una curiosità: molti olandesi amano addobbare le proprie finestre come se fossero delle vetrine, attenzione a non confonderle per negozi).

Questa famosa area (tra Prinsengracht, Keizersgracht, Herengracht e Singel) è denominata 'le 9 stradine' (De Negen Straatjes), perché è proprio in queste piccole strade (Reestraat, Hartenstraat, Gasthuis Molenstraat, Berenstraat, Wolvenstraat, Oude Sijdelstraat, Runstraat, Huidenstraat e Wijde Heisteeg) che vi è una concentrazione di negozi particolari e designer che vanno dall'abbigliamento, alle borse e scarpe, agli accessori, ai gioielli contemporanei per poi passare al vintage, alle delicatessen e alle gallerie d'arte. Vale la pena di fare una passeggiata lungo queste vie anche se non si è intenzionati a fare shopping, vi si trovano comunque anche popolari café e ristoranti. L'architettura dell'area poi risale alla prima metà del XVII secolo, ed era già all'epoca ricca di botteghe di artigiani. Nella zona vicino al Rijksmuseum, per la precisione in P.C. Hoofstraat, troverete invece botiques con i nomi più famosi dell'alta moda specialmente italiana. Di fronte al Rijksmuseum (dal lato della facciata, che da sul canale Spiegelgracht) si dipana Singelstraat: questa zona è particolarmente famosa per i negozi d'arte e antiquariato, e per le gallerie d'arte contemporanea. Per chi ama invece i centri commerciali, ecco i principali nel cuore della città: Magna Plaza (in Nieuwezijds Voorburgwal, vicino a Piazza Dam, alle spalle del Palazzo Reale), Kalvertoren (in Kalverstraat), Bijenkorf (sull'angolo tra Piazza Dam e la Damrak).

Le strade dello shopping

La quintessenza dello shopping si trova tra la stazione centrale e la Muntplein, e tra il Dam e la Kalverstraat. Da una parte all'altra trovate empori e negozi di calzature, antiquari e negozi alternativi, negozi specializzati in gioielli, moda e arredamento, ed in mezzo, pub e café in cui fermarsi a mangiare le patatine fritte con la maionese. Se non avete voglia di camminare tanto e volete portare un pensiero in Italia, fermatevi al Kalvertoren Shopping Center: qui ci sono 45 negozi su più livelli, e, naturalmente, café e ristoranti. L'area intorno al Vondelpark, quella intorno al Rijksmuseum e lungo lo Spiegelgracht sono dedicate agli antiquari, alla moda e all'arte: negozietti da ammirare con calma, in cui ogni cosa è deliziosa: bambole e pupazzetti cinesi e indonesiani, tappeti orientali, sete e stoffe pregiate, e persino stampe, Bibbie rilegate in ottone, candelieri, vecchi orologi olandesi, e gli specchietti che gli olandesi appendono alle finestre per sapere chi bussa alla loro porta. Le botteghe di antiquari lungo lo Spiegelgracht sono considerate tra le più belle d'Europa. I negozi di tendenza, l'artigianato bizzarro e le creazioni insolite si trovano nel Quartiere Vecchio della città: cerciate sulla mappa il Westermarkt, e passeggiate in quella zona, nelle stradine tra i canali. Le boutique alla moda si concentrano invece all'angolo di Heiligeweg, lungo la Koningsplein e la Leidsestraat: qui i negozi sono eleganti, e i prezzi adeguati.

I mercatini di strada

In poche altre città europee troverete tanta varietà di mercatini: gli olandesi vendono qualsiasi cosa ogni giorno, perfino mentre festeggiano il compleanno della Regina. Amsterdam conta almeno 26 mercati diversi, che si tengono per 6 giorni alla settimana. Dal lunedì al sabato, sul Waterlooplein, c'è il mercatino delle pulci: è aperto dalle 10 alle 17 e si può arrivare con le linee 9 e 14 del tram. Qui trovate di tutto: vecchi dischi e giacche di pelle, antichità e vasellame, e, con un po' di occhio, vedute e stampe di città olandesi. Il mercato più grande e più variopinto della città si tiene dal lunedì al sabato in Albert Cuypstraat: abbigliamento, cibo, piante, fiori e stoffe etniche, e il famoso formaggio olandese Edam. Il mercato è aperto dalle 9 alle 18 e si raggiunge in tram dalla stazione centrale con le linee 16, 24 e 25.

Per i lettori appassionati, ogni venerdì allo Spui c'è il mercato del libro: 25 bancarelle di libri usati, tra cui molti in inglese e autentiche rarità. Il mercato è aperto dalle 10 alle 18 da aprile a novembre, e di domenica gli artisti espongono le proprie opere. Ci si arriva in tram con le linee 1, 2 e 5. Nel Jordaan, sul canale Elandsgracht al numero 109, c'è il Kunst- & Antiekcentrum De Looier, un grande mercato al chiuso di antichità artistiche. Potete girare ore per gli stand e trovare vecchie armature, arredi tradizionali olandesi, stampe e porcellane, gioielli e giocattoli del 1800. Il mercato è aperto dal sabato al giovedì dalle 11 alle 17 e si raggiunge in tram con le linee 7, 10 e 17. Anche il biologico è di casa ad Amsterdam: ogni sabato, dalle 9 alle 17, al Noordermarkt si tiene il Boerenmarkt, anche conosciuto come il mercato Bio. Difatti, qui potete comprare quello che in Italia si trova soltanto nelle erboristerie specializzate, dagli alimenti bio ai prodotti naturali. Il mercato si raggiunge in tram con le linee 3 e 10. Bloemenmarkt, il Mercato dei Fiori galleggiante Di fianco alla Koningsplein, sul Singel, c'è il mercato permanente dei fiori. Dal 1600, su chiatte ancorate al canale, 15 bancarelle espongono una moltitudine di fiori recisi, arbusti ornamentali e piante in ottima salute, in una festa per gli occhi e il naso. Oltre ai famosi tulipani olandesi, ad un prezzo leggermente più basso rispetto ai fiorai della città, qui trovate tutto il necessario per il giardinaggio e i fioristi sono molto competenti: vi sanno consigliare sulle piante che attecchiscono meglio e su quelle da esportare. Il mercato è aperto tutti i giorni, dalle 8 di mattina alle 8 di sera. Come arrivare: Il mercato dei fiori dista circa due km dalla piazza del Dam, e si può raggiungere a piedi seguendo le indicazioni per la Koningsplein, oppure in tram dalla stazione centrale con le linee 4, 9, 14, 16, 24 e 25 in direzione Muntplein.

Eventi

Festival e eventi culturali di ogni genere si susseguono ad Amsterdam durante tutto l'anno, alcuni si svolgono in lingua inglese. La stagione culturale è in pieno fermento da Settembre a Maggio, per maggiori informazioni visitate il sito ufficiale dell'Ente Turismo di Amsterdam: www.visitamsterdam.nl.

Festività olandesi

Visitare Amsterdam durante una delle ricorrenze nazionali aggiunge sicuramente un tocco alla propria vacanza ma ricordatevi che troverete banche, musei e la maggior parte dei negozi chiusi, e i trasporti pubblici ad operare con orari limitati.

Festività principali:

- Primo Gennaio
- Venerdì Santo, Pasqua, Pasquetta
- Ascensione (giovedì, 40 giorni dopo Pasqua)
- 30 Aprile: Queen's Day (Giorno della Regina, compleanno della Regina Beatrice)
- Pentecoste (7a domenica dopo Pasqua e lunedì)
- Natale e Santo Stefano
- Oltre a queste, vi sono due giorni di commemorazioni riguardanti la Seconda Guerra Mondiale: 4 maggio (in memoria dei caduti) e 5 maggio (giorno della Liberazione).

Escursioni

Scoprite la regione di cui Amsterdam fa parte (Noord Holland) e le altre meraviglie dei Paesi Bassi, prendendo proprio come punto di partenza la capitale del divertimento.

Per pianificare la vostra escursione, abbiamo suddiviso alcune delle maggiori attrazioni in Olanda in categorie legate ad usi e costumi e artigianato locale. Ogni escursione presenta informazioni su come raggiungere la destinazione (la partenza di treni e bus si intende dalla stazione di Amsterdam Centraal). Ogni escursione può essere compiuta nell'arco di una giornata. Il mezzo più famoso per muoversi è sicuramente la bicicletta: ecco le proposte del Tour Operator Zeppelin per visitare l'Olanda in bici.

Mulini a vento

Da secoli uno dei simboli d'Olanda, mezzo principale per prosciugare l'acqua dai polder, è parte integrante della cultura olandese tanto che vi è una festività proprio ai mulini. Nelle campagne olandesi è ancora possibile osservarne di funzionanti.

Tulipani

Amsterdam possiede il famoso mercato dei fiori galleggiante, ma per ammirare fiori e tulipani in tutto il loro splendore bisogna recarsi fuori dalla città, nelle località dove si trovano famosi parchi e giardini (e persino aste dei fiori!).

Formaggio

Altro simbolo dell'Olanda tipica! Tutti i più conosciuti formaggi olandesi possono essere acquistati in qualsiasi negozio ma non perdetevi l'occasione durante la vostra vacanza di assistere ad un tradizionale mercato del formaggio!

Villaggi e costumi tipici

Ancora oggi è possibile ammirare gente vestita con i tradizionali costumi olandesi, e in alcuni dei villaggi di pescatori l'usanza è legata all'orgoglio della tradizione e non al turismo.

Città storiche

Fuori dai confini di Amsterdam si trovano altre città che sono dei gioielli di storia e cultura: dall'epoca romana al Medioevo al Secolo D'Oro alle architetture ultra-moderne. Ecco le destinazioni da non mancare.

Località balneari

Non aspettatevi temperature tropicali, tuttavia una giornata d'estate passata in spiaggia in Olanda può risultare piacevole: distese chilometriche di sabbia e tanta voglia di divertirsi.

Castelli

Dai castelli medievali alle fortificazioni di difesa: l'area attorno ad Amsterdam conserva ancora le tracce ben visibili di quelle che costituivano le barriere per fare della città un centro inespugnabile. Alcune di queste sono visitabili.

Parchi naturali

Il popolo olandese esprime un alto rispetto per la Natura e lo si può ammirare nei parchi e riserve naturali disseminati sul territorio, che spesso abbinano arte e risorse didattiche alle bellezze del paesaggio.

Trasporti

A chi intende muoversi con i mezzi pubblici (treno e bus) consigliamo di consultare il sito

dell'Ente Ferrovie Olandesi (il sito è anche in lingua inglese e controllando on line orari e destinazioni viene fornito anche il costo del biglietto): www.ns.nl

La rete di collegamenti in bus fuori Amsterdam è gestita da Connexion, eccone il sito ufficiale: www.connexion.nl

A chi invece sceglie l'auto (propria o a noleggio), ricordiamo che le autostrade in Olanda sono gratuite (e che i controlli della velocità sono frequenti, quindi attenzione alle multe).

Numeri utili

Ambasciata Italiana

Alexanderstraat 12, the Hague (L'Aia): tel. 0031 70 3021030

Consolato italiano

Herengracht, 581, Amsterdam: tel. 0031 20 6240043

Servizi turistici

ATAS (Servizio assistenza turistica di Amsterdam) Nieuwezijds Voorburgwal 104-108, Amsterdam: tel. 0031 20 625346

VVV Centraal Station Tourist Office

Centraal Station

accanto all'ufficio prenotazioni internazionali

tel: 020 551 25 25 (informazioni)

Orario: da lunedì a sabato 8.30 - 20 ,domenica 9 - 16.30

Centro informazioni del Municipio

Amstel 1

ingresso di Waterlooplein

tel: 020 624 11 11 (informazioni)

Orario: da lunedì a venerdì 8.30 - 17

The Amsterdam Uitburo

Leidseplein 26

tel: 020 621 12 88 (informazioni)

Orario: giovedì 10 - 21 ,da venerdì a mercoledì 10 - 18

Numeri di Emergenza

Ambulanza, Polizia e Pompieri: tel. 112

Soccorso Auto: tel. 060888

Polizia: 0900 8844

Ufficio oggetti smarriti (Gevonden Voorwerpen) per oggetti smarriti sui treni rivolgersi all'ufficio della stazione (tel 65598005) aperto dal lunedì al sabato 24 ore su 24

Assistenza auto

Dutch Automobile Association (ANWB)

Distribuisce cartine gratuite o a prezzi fortemente scontati.

Museumplein 5

tel: 020 673 08 44 (informazioni)

Orario: da lunedì a venerdì 9.30 - 18 ,sabato 9.30 - 17

Frase utili

Frase e parole di uso comune

ciao	daag	come	zoals
come ?	hoe ?	già	reeds, al
giusto	juist, rechtvaardig	perchè	waarom ?
buongiorno	goedendag goede morgen	buonasera	goeden avond
buonanotte	goedenacht	arrivederci	tot ziens
salve	proost	salve	gegroet
alla salute!	op onze gezondheid !	piacere !	aangenaam !
per piacere	alstublieft		
può aiutarvi, per favore ?		kunt u mij alstublieft helpen ?	
si	ja	no	neen
e	en	oppure	of wel
grazie	dank u	se ne vada	ga heen !
non lo voglio	ik wil khrakh	attenzione	opgepast
non capisco	ik begrijp het niet		
parli lentamente, per favore		spreekt u astublieft langzaam	
me lo scriva, per piacere	schrijft u het astublieft even voor mij op		
che cosa è questo ?	wat is dit ?	dov'è ?	waar is ?
come va? hoe gaat het?		va bene	in orde
molto bene, grazie	goed dank u	non va bene	niet in orde
aiuto	hulp	auguri	gelukwensen
amo	angel	amore	liefde

Al Ristorante: Pasti e Bevande

ristorante	restaurant	mangiare	eten
colazione	ont bijt	pranzo	middagmaal
cena	avondmaal	pesce	vis
aringa	haring	sgombro	makreel
salmone	zalm	trota	forel
carne	vlees	salame	worst
bistecca	biefstuk	tacchino	kalkoen
verdure	groente	insalata	salade, sia
formaggio	kaas	formaggio cremoso	roomkaas
pane	brood	riso	rijst
brindisi	toost	acqua	water
acqua naturale	natuurlijk water	acqua minerale gasata	mineraalwater gazeuse
un bicchiere d'acqua minerale		een glas mineraalwater	
acqua non gasata	mineraalwater niet gazeuse		
bere	drinken	bibita	drank
birra	bier	bottiglia	fles
caraffa	karaf	aranciata	sinaas appellimo nade

Corpo

mano	hand
piede	voet

braccio	arm
schiena	rug

Salute

medico	medicus, arts
medicina	geneesmiddel
alcol denaturato	brands piritus
ambulatorio	spreekkamer
farmacia	apotheek
mi può chiamare un medico ?	

dentista	tandarts
acqua ossigenata	waterstof peroxyde
raffreddore	verkoudheid
ospedale	ziekenhuis
tosse	hoest
kunt u een dokter voor mij roepen ?	

Acquisti

quanto costa ?	hoeveel kost het ?
troppo caro	te duur
negozio	winkel
fotografo	fotograaf
sconto	korting
vendere	verkopen
scarpa	schoen
sciarpas	das
diamante	diamant
francobollo	postzegel

quant'è	hoeveel is het ?
gioielleria	juweliers/winkel
mercato	markt
saldi	opruiming
svendita	uitverkoop
reclamo	klacht
sapone	zeep
sedia	stoel
fiori	bloemen
garofano	anjelier

Indicazioni e Cartelli

Indicazioni

può dirmi dov'è ?	kunt u mij zeggen waar .. is ?
può indicarmi la strada per .. ?	kunt u mij de weg wijzen naar .. ?
dove ?	waar ?
gira a destra	draai naar rechts
destra	rechterhand
a sinistra	links
sempre dritto	steeds maar rechtdoor
quanto ci vorrà a piedi ?	hoe ver is het te voet ?
quanto dista la Stazione ?	hoe ver is het station weg ?
a che ora arriva a.. ?	hoe laat komen we te .. aan ?
quanto manca a .. ?	hoe ver is het nog naar .. ?

Cartelli

aperto	open	chiuso	gesloten
completo	alles bezet	occupato	bezet
libero	vrij	informazioni	inlichtingen
ingresso	ingang (sulle strade : inrit)	uscita	uitgang (sulle strade: uitrit)

Al Telefono, Servizi Strade e Ora

Al Telefono

chiamare	roepen	telefono	telefoon
Pronto ! Chi parla ?	Hallo ! Met wie spreek ik ?		
posso parlare con .. ?	zou ik kunnen spreken met .. ?		
scusi, ho sbagliato numero	pardon, ik heb een verkeerd nummer gedraaid		

Servizi Strade

ufficio del turismo	toeristen informatie (VVV)		posta
post			
polizia	politie	banca	bank
via	straat, weg	viale	laan
diga	dijk	canale	gracht
piazza	plein	viale	laan
passeggiata	wandeling	multa	boete
vigile (sost)	politieagent	diritto	recht

mi hanno derubato, chiamate la polizia
men heeft mijn .. gestolen Roep de politie

Ora

che ore sono ?	hoe laat is het?	e' l'una	het is een
sono le due	het is twee	sono le tre	het is drie uur
Le quattro meno un quarto		kwart tien twintig	
Le quattro meno dieci		kwart tien voor	
Le quattro meno venti		kwart tien vier	
aspetti un momento	wacht U een ogenblik		

ITINERARIO TIPO AMSTERDAM

Che sia uno o più giorni, Amsterdam è una città che ha tantissimo da offrire ed è semplice da esplorare grazie alla compattezza del suo centro storico pieno di vicoli e quartieri affascinanti. Si può decidere di visitarla senza una guida alla mano, ma lasciandosi catturare dalle stradine acciottolate e dai suggestivi canali, seguendo la folla o la musica dei violini alla scoperta di giardini segreti, antichi edifici e locali che sprigionano un odore delizioso. Se, invece, decidete di programmare la vostra visita, di seguito troverete l'itinerario consigliato da noi.

1 Giorno

Appena arrivati a Schiphol, potete raggiungere tranquillamente la città in treno, in 20 minuti al costo di 3 euro circa. I treni olandesi costano molto, e gli sconti si ottengono solo sottoscrivendo una specie di Amicotreno, dal costo di circa 50 euro, che dà diritto al 40% di sconto fino a 4 persone e vale un anno. Come giungete alla stazione, vi appare davanti uno scenario da "paese dei balocchi", specie se arrivate di sera: luci ovunque, rumori non troppo intensi, chiese illuminate, canali, e tram, oltre a persone di tutti i colori. Amsterdam, infatti, è molto differente dall'Olanda: solo il 10 % degli Amstelodamesi vi abita ancora,

il resto viene da fuori. Dalla stazione, il 99 % dei turisti imbocca lo stradone che arriva a piazza Dam (la Damrak). Non ve la consiglio, se non avete urgenza: molto più bello passare dietro la St Nikolas Kerk (kerk vuol dire chiesa), così da avere chiari i motivi per i quali questa città viene chiamata la “Venezia del Nord”. Appena dietro la chiesa, costeggiate per un canale sulla sinistra, svoltate a destra, e subito a sinistra. Siete appena entrati nel quartiere a luci rosse. Ovvio, perché la St Nikolas era la chiesa che accoglieva i naviganti, ed il quartiere del porto, come sempre, ospitava non solo la compagnia degli armatori, la borsa, la compagnia delle indie dell’est (edifici tuttora presenti), ma anche i bordelli. Oggi, più politically correct, chiamate “vetrine”. Che rimangono comunque una prerogativa della città (anche se si trovano ad Anversa, Brugge, Rotterdam), perché ce ne sono tantissimi. Un consiglio: se siete appena arrivati, carichi di valigie, prima andate in albergo, poi fate questo percorso. Amsterdam è una città indubbiamente molto più sicura e tranquilla di qualsiasi città italiana sopra i 200mila abitanti, credetemi. Intendo dire che una ragazza può andarsene tranquillamente a piedi, sola, di notte, per la città, senza avere timori o problemi. Una cosa del genere non è possibile da tempo a Bologna, per dirne una. Una delle prime cose da fare assolutamente è una passeggiata nel centro storico, lungo il “canal ring”, chiamato così perché ha le sembianze di un anello che si sviluppa intorno al canale principale. Qui assaporerai l’atmosfera e l’architettura dell’Amsterdam Golden Age. Nella pausa sosta in uno dei tanti Brown Cafe olandesi o pranza con cibo locale in un ristorantino tipico. Dopo pranzo ti consigliamo di visitare il Museo di Van Gogh o il Rijksmuseum, magari entrambi se le code agli ingressi non sono eccessive. Ti ricordiamo che per ottimizzare i tempi puoi acquistare gli ingressi ai musei online. Se la visita a uno o più musei ti ha rubato troppe energie, puoi riposare al Vondelpark gustando una bevanda a Leidsplein Square così da recuperare le forze e andare a fare compere nella principale zona di Amsterdam dedicata allo shopping, partendo da Leidsstraat e arrivando alla Galleria Kalverstraat. La cucina locale non è molto rinomata, a cena, quindi, puoi scegliere di mangiare in un ristorante Thai in Chinatown e poi fare un giro per il Red Light District (quartiere a luci rosse) per visitare il quartiere europeo più conosciuto al mondo. Una passeggiata attraverso il famoso “quartiere a luci rosse” di Zeedijk (o ‘Rossebuurt’, come viene chiamato dalla gente locale), uno dei più famosi della città, vale sicuramente la pena, almeno come esperienza. Si tratta di una zona tranquilla sia durante il giorno che di notte (cercate comunque di non attardarvi), e costituisce una delle parti più vecchie e affascinanti della città, ricca di locali di spogliarello, lap-dance, gay bar, sexy shops e di veri e propri musei del sesso. Tuttavia, attenzione: non scattate foto alle ragazze in vetrina e neppure al quartiere o rischiate il sequestro del rullino fotografico e dei guai, e di notte state comunque attenti a borseggiatori e malintenzionati. La via principale del quartiere è affollata di turisti. Di notte c’è ovviamente molto più movimento. Se avete voglia potete finire la giornata a Rembrandtplein e divertirvi fino al mattino.

2 Giorno

Se vuoi sfruttare al massimo la tua permanenza ad Amsterdam la nottata al Rembrandtplein si può evitare e concludere la giornata in un locale nel Red Light District così da svegliarsi ben presto di mattina e cominciare alla grande il tuo secondo giorno in questa splendida città. Dal quartiere a luci rosse, si può prendere a sinistra per Neuemarkt, la zona ebraica. Vi trovate la casa di Rembrandt, proprio vicino a Waterlooplein, dove ogni mattina c’è il mercato delle pulci (fleamarket): vi si trovano autentici gioielli di culto (tipo le magliette dell’Olanda dei

mondiali del 1974). Vicino al mercatino c'è l'Opera, il teatro. Se da Waterlooplein, andando in direzione del teatro, girate a destra per il ponte, vi trovate in piena zona universitaria: l'UVA, Universiteit Van Amsterdam, ha all'interno un pub ed una mensa, dove può mangiare chiunque, a prezzi contenuti. Gli orari sono olandesi, e i pasti anche, quindi sappiate che alle 19 chiude tutto, mentre il pranzo è dalle 12 alle 13:30 circa. Nei pressi dell'UVA, si trova anche un locale molto ampio e ben illuminato, dove godersi caffè o bevande: è il De Jahre, decisamente da visitare. Soprattutto dalla primavera, quando apre le terrazze sul canale. Due cose da sapere: nei pressi del De Jahre, si possono noleggiare piccoli battelli, coi quali girare per i canali. Non servono patenti per guidarli, ricordate però che le norme di navigazione sono comunque come quelle stradali, quindi tenere la destra, precedenza nell'immissione in canali principali (comunque, non è difficile). Altrimenti, più romantico fare il giro notturno dei canali, con le imbarcazioni coi tavolini, a lume di candela, in cui viene servito anche qualche stuzzichino, e del buon vino. Per mangiare, in effetti, la dieta olandese, contrariamente a quanto si pensi, non è così malvagia. Molto ricca di verdure e patate, annovera molto pesce (soprattutto aringhe, servite in chioschetti per strada, con cipolle e cetriolini, nel pane morbido tagliato a metà, sane e gustose), e ottima carne. Oltre ai conosciutissimi formaggi: nella strada dal quartiere a luci rosse a piazza Dam, c'è una bottega con tantissimi tipi di formaggio. Anche se, per gli amanti del genere è d'obbligo recarsi ad Alkmaar, a nord di Amsterdam, dove ogni venerdì c'è il mercato dei formaggi. Inoltre, l'Olanda, essendo un crocevia di culture, è fornitissima di prodotti di tutta Europa (i vini si trovano tutti, a prezzi non molto dissimili dai nostri, così come la pasta e l'olio), e di tutto il mondo. Mangiate cinese, thailandese, argentino, messicano, giapponese e italiano con la stessa facilità, e trovate ottimi ristoranti per ogni nazione. Se doveste fare la spesa, non è difficile trovare gli alimentari (due catene sono diffusissime, Albert Hein e Dirk Van der Broek, il primo migliore, ma più costoso). Dalla zona universitaria, potete ora arrivare comodamente a Rembrandtplein, cuore pulsante della vita notturna olandese. Pieno di locali, alcuni anche poco costosi dove ballare più o meno tutti i tipi di musica. Altro centro della vita olandese è Leidseplein, in cui si trovano due locali conosciutissimi: il primo, Paradiso Club, il secondo, il Melkweg (o Milky Way, Via Lattea), il tempio hippie, ricordato da almeno due generazioni. Ogni novembre vi si svolge la rinomatissima festa della marijuana (la Cannabis Cup), dove si attribuisce il premio alla migliore erba. Un premio vinto diverse volte dalla Green House, mini catena di locali (ce ne sono due o tre). Vale la pena di visitarla, per capire meglio il mondo che c'è intorno a questa cosa che in Italia viene vista come strega o come dea, senza mezze misure. Da Leidseplein andate verso Vondelpark, fermandovi ai chioschetti in cui vendono i Poffertjes, dolcetti di pasta passati in uno stampo e guarniti di zucchero. In alternativa per la cena vi consigliamo di visitare uno dei quartieri più multietnici di Amsterdam, quello chiamato De Pijp, vicino al Sarphatipark.

3 Giorno

Alzandoti di buon mattino, recati in qualsiasi posto consigliato che non sei riuscito a vedere nei giorni precedenti. Se non sei stanco di vedere musei e arte, allora ti consigliamo di visitare il Museum AmstelKring e fare un giro nella chiesa clandestina costruita nella soffitta dell'edificio. Se avete intenzione di visitare diversi musei olandesi, valutate

se fare la carta dei musei (trovate tutti i dettagli all'interno della sezione apposita nella nostra guida) oppure se volete fare una minicrociera e visitare i musei più importanti, potete prendere il Battello dei musei: parte di fronte alla stazione centrale, ogni 30 minuti d'estate e ogni 45 minuti d'inverno, dalle 10 di mattina alle 5 di sera. Le fermate principali sono: Rijksmuseum, Museo Van Gogh, Museo Stedelijk, Casa di Anna Frank, Leidseplein, Vondelpark, Museo storico di Amsterdam, Mercato dei Fiori, Casa di Rembrandt, Museo della storia ebraica, Museo dei Tropici, Museo marittimo. Il biglietto giornaliero costa circa 15 € e dà diritto allo sconto sull'ingresso ai diversi musei. Imperdibile il mercato dei fiori tra la zona universitaria e Rembrandtplein. È carino comprare alcuni bulbi di tulipani da piantare al ritorno. Poco più su c'è Spui, una piazzetta davvero incantevole, dove si trova il Begijnhof, ex convento. E' un quartiere praticamente intatto dal seicento. L'ingresso è gratuito, ma informatevi sugli orari. La zona ovest invece è dominata dalla Westerkerk, bellissima chiesa tipica nordica. Mi sembra si possa salire sul campanile. Proprio lì accanto c'è la casa di Anna Frank. Interessante, ma è un magone sappiatelo. Da lì inizia il quartiere dello Jordaan. Come accade frequentemente, un tempo era il quartiere più povero della città, oggi il più rinomato, perché estremamente signorile e silenzioso, con alcuni localini romantici da visitare. Altrimenti un percorso piacevole e suggestivo potrebbe sicuramente essere quello fatto in bici prendendo il ferry dietro la stazione centrale per arrivare a nord di Amsterdam e fare un giro per i mulini, le dighe e i villaggi olandesi, dove mangiare e trascorrere un po' di tempo in relax. Se la partenza si avvicina, si può decidere di trascorrere il pomeriggio visitando il mercato, dove comprare gli ultimi souvenir e poi prepararsi magari ad una cena e serata movimentate in un locale famoso in città, come l'Odeon, ospitato in un edificio storico della seconda metà del '600, o al Panama, locale trendy, con serate di musica latina, big band cubane e atmosfere tipo Ibiza. In alternativa, se volete assaporare qualcosa che sia di olandese al 100%, recatevi a Zandaam, raggiungibile con un treno locale a soli 10 minuti dalla stazione centrale, lì potrete fotografare i classici mulini a vento e restare incantati dalle meravigliose distese di tulipani. Purtroppo è giunto il momento di lasciare questa splendida città, e, con buon anticipo rispetto alla partenza del volo, raggiungete l'aeroporto e, con un pizzico di amarezza... si parte!!!