



# TURISMO DENTALE CROAZIA



**ARENA**  
policlinico odontoiatrico

Miglior Centro  
Odontoiatrico



• Berlino

Parigi •

Milano •

Roma •

CROAZIA  
ZAGABRIA

• Budapest



# ARENA

policlinico odontoiatrico

# INDICE

	PAGINA
<b>01. INFORMAZIONI GENERALI SU POLICLINICO ARENA</b>	<b>02</b>
<b>02. ZAGABRIA E DINTORNI</b>	<b>36</b>
<b>03. TRASPORTO</b>	<b>38</b>
<b>04. ARENA ALLOGGIO</b>	<b>40</b>
<b>05. NELLE VICINANZE DELL'APPARTAMENTO</b>	<b>42</b>
<b>06. RISTORANTI</b>	<b>44</b>
<b>07. RACCOMANDAZIONI PER IL TEMPO LIBERO</b>	<b>48</b>
<b>08. EVENTI</b>	<b>64</b>
<b>09. MUSEI</b>	<b>66</b>
<b>10. AVVENTO A ZAGABRIA</b>	<b>70</b>
<b>11. SHOPPING</b>	<b>72</b>
<b>12. TERME</b>	<b>76</b>
<b>13. CROAZIA IN GENERALE</b>	<b>80</b>
<b>14. INFORMAZIONI UTILI</b>	<b>94</b>
<b>15. EMERGENZE</b>	<b>96</b>
<b>16. ITALIA A ZAGABRIA</b>	<b>97</b>
<b>17. CONTATTI</b>	<b>98</b>

# INFORMAZIONI GENERALI SU POLICLINICO

Il **Policlinico odontoiatrico ARENA** è un centro all'avanguardia, specializzato nei servizi di odontoiatria nel campo di parodontologia, implantologia, protetica, ortodonzia e chirurgia orale.

Ogni giorno cerchiamo di dare la miglior assistenza e professionalità ai nostri pazienti, attraverso il lavoro di squadra, affinché il paziente possa avere il trattamento completo e **l'approccio individuale**, che sono il fondamento di qualità, buone relazioni e soddisfazione reciproca. Oggi abbiamo molti pazienti soddisfatti e fedeli che sono la nostra più grande motivazione.

**La formula di questo successo è un team di specialisti, professionisti, tecnologia moderna e un sistema che unisce tutti i servizi in un unico centro.**



*"Speriamo che leggendo questa guida avrete le idee più chiare sul nostro sistema, ma anche generalmente sulla città di Zagabria e sulla Croazia. Il nostro team sarà sempre a vostra disposizione nel corso del vostro soggiorno qui per eventuali ulteriori spiegazioni. Siamo felici che abbiate deciso di visitare proprio il nostro centro odontoiatrico."*

*Benvenuti e vi auguriamo un soggiorno piacevole!*

Direttore del policlinico  
**Dott. SRDJAK SREČKO**  
medico dentista,  
spec. in parodontologia





## CERTIFICATI

**AAA**<sup>®</sup>

Eccellenza di credito



**Siamo orgogliosi possessori di 3 certificati:** certificati ISO 9001:2015, AAA eccellenza di credito e siamo la prima istituzione sanitaria nel mondo che ha il certificato ICERTIAS Customers Friend. Per noi, questi certificati non sono solo semplici parole sulla carta, ma sono le regole d'affari. Essi sono la prova della qualità dei nostri servizi e del rapporto con i pazienti.



**11 sale operatorie  
modernamente  
attrezzate**



**14 specialisti  
in odontoiatria**



**+ 75 000  
pazienti  
soddisfatti**

Prezzi convenienti, ambiente confortevole, professionalità e competenza rendono il nostro policlinico una scelta ideale per i vostri denti belli e sani. La barriera linguistica con i pazienti italiani non esiste, in quanto tutto il personale parla italiano!

# LO STAFF PROFESSIONALE

---

Il **Policlinico ARENA** raccoglie un team di specialisti di tutti i campi dell'odontoiatria con numerosi riconoscimenti internazionali e ricca esperienza professionale. Il nostro team è composto di odontotecnici, assistenti dentali e radiologi che sono a disposizione di medici e pazienti durante tutta la terapia.



**DOTT. SREĆKO SRDJAK**

medico dentista, spec. in parodontologia  
direttore della clinica



**DOTT. ANDRIJA BOŠNJAK**

medico dentista, spec. in chirurgia orale,  
impiantologia ed parodontologia





DOTT. **LUKAS DŽODAN**  
medico dentista



DOTT. **FILIP MARIJAN**  
medico dentista



DOTT. **TOMISLAV RADIĆ**  
medico dentista



DOTT.SSA. **VALERIJA BABIĆ**  
medico dentista



DOTT.SSA. **BRANKA HORVAT**  
medico dentista



DOTT.SSA. **ANA PRKIĆ**  
medico dentista



DOTT.SSA. **ANTONIJA BAČIĆ**  
medico dentista



**MATEJ MATOSIN, ING. MED. RAD.**

# STABILIRE DIAGNOSI

---

## RADIOGRAFIA

La diagnostica tramite **3D CBCT e 2D ortopantomica dentale** dell'ultima generazione, ci offre un'immagine dettagliata delle arcate del paziente e della struttura anatomica della bocca, per poter proseguire con la terapia in modo più opportuno. Lo scatto dell'immagine richiede al massimo 30 secondi per arcata e le immagini radiografiche le ottenete immediatamente su un CD o ve le inviamo via e-mail.





# LABORATORIO ODONTOTECNICO

---

## REALIZZAZIONE DI LAVORI PROTESICI

Con l'aiuto del nostro **laboratorio odontotecnico**, ogni giorno ci impegniamo nel soddisfare gli standard professionali e soprattutto le aspettative dei pazienti. Ogni lavoro è unico e perciò nella preparazione dei supplementi protesici utilizziamo solo i materiali biocompatibili. Il laboratorio contiene la più moderna tecnologia e le attrezzature come il CAD/CAM (produzione assistita da computer).





# GLI STUDI

Nel **Policlinico ARENA** abbiamo **11 studi modernamente attrezzati**, tra cui uno è la sala chirurgica. Essi sono progettati per far fronte a qualsiasi esigenza del cliente, a partire da parodontologia e chirurgia fino a diverse soluzioni protesiche.

L'attrezzatura moderna in linea con le norme e le tendenze internazionali ci aiuta a offrire servizi di massima qualità.



## IGIENE E PULIZIA

Tutti gli strumenti nelle nostre sale operatorie sono sterilizzati, disinfettati e vengono utilizzati solo una volta (grembiuli, guanti, maschere, occhiali, pompe, aghi per l'anestesia, aghi per il risciacquo di canali radicolari) perché la sicurezza e la protezione dei nostri pazienti sono al primo posto. È importante notare che gli elevati standard di sterilizzazione e disinfezione degli strumenti si applichino anche ad altri oggetti e parti di mobili, attrezzature e apparecchiature.



# PROTETICA

---

I **lavori protesici** sono per le persone che hanno un danno lieve o grave sui denti o per le persone alle quali manca uno o più denti.

Si installano principalmente per ragioni estetiche, ma anche per restituire la funzionalità ai denti, in questo ci aiuta la tecnologia CAD/CAM. La protetica offre diverse soluzioni come ponti dentali, corone dentali in metallo-ceramica, completamente in ceramica e in zirconio, protesi dentali e facette.







## PONTI DENTALI

I ponti dentali possono essere fissati ai denti naturali o agli impianti dentali. Sono dei supplementi protesici permanenti, usati per riempire lo spazio vuoto tra due denti, per impedire la dislocazione dei denti adiacenti e per evitare possibili danneggiamenti alle articolazioni mascellari ed alle gengive.



**Le corone dentali** sono dei supplementi protesici che si fissano in modo permanente al dente limato o all'impianto dentale ripristinandone la funzione e l'estetica del dente.

Si fanno nel caso in cui il dente è troppo danneggiato per fare l'otturazione, quando è indebolito dalle troppe carie, dopo la cura endodontica oppure per il deterioramento del supplemento protetico.






# IMPLANTOLOGIA

---

**Implantologia** è il processo che si occupa di tutte le forme di perdita dei denti. L'obiettivo principale di implantologia si riferisce all'installazione di impianti dentali come le soluzioni più moderne per la perdita dei denti.

L'intervento di implantologia nel Policlinico ARENA viene svolto da dottori con esperienza pluriennale, specialisti nel campo della chirurgia orale e implantologia, che svolgono il loro lavoro professionalmente e con grande responsabilità verso ogni paziente.





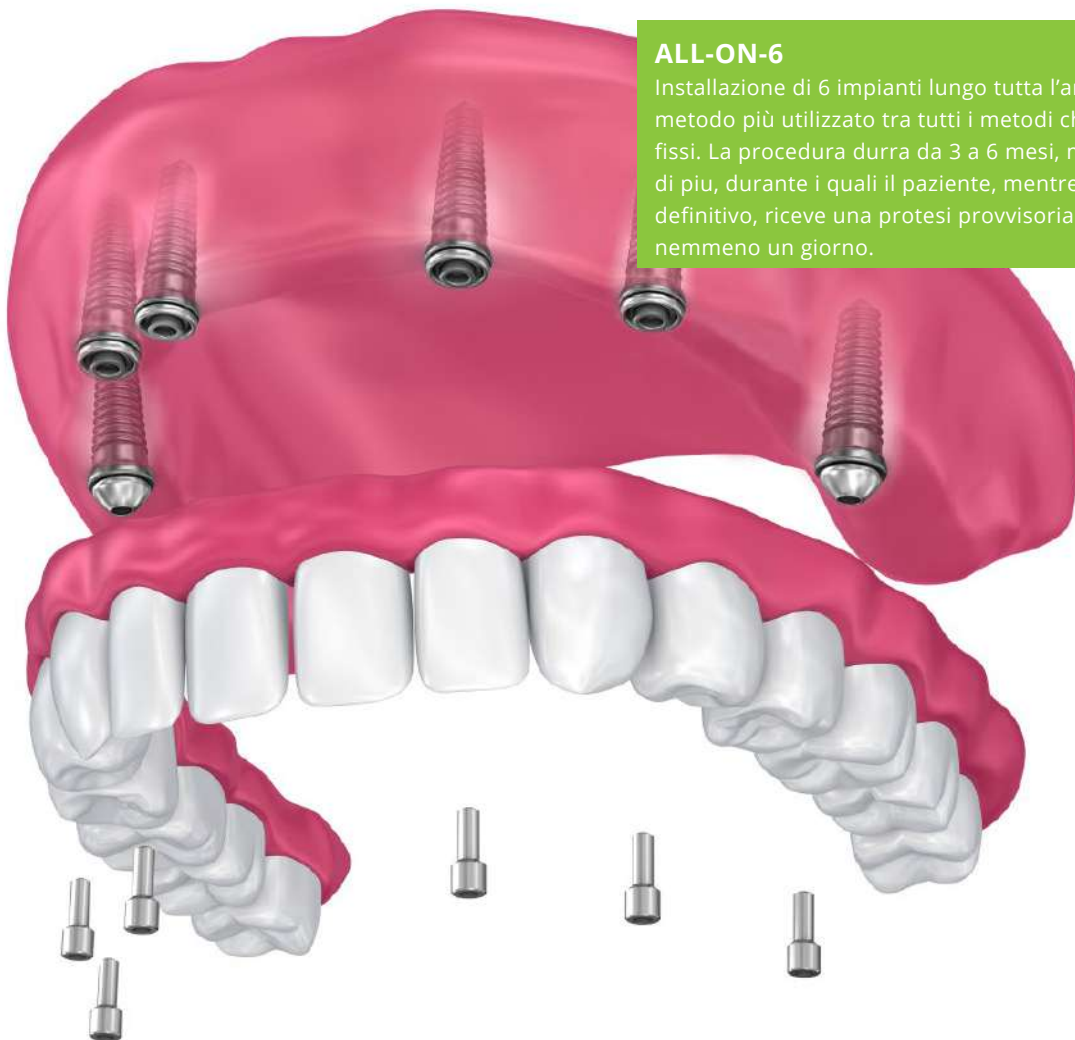
L'operazione per l'innesto dell'impianto è uno degli interventi più sicuri in odontoiatria. Nel Policlinico ARENA abbiamo gli impianti di marca Paltop e Nobel Biocare e tutti hanno una garanzia a vita.



## IMPIANTI DENTALI

Gli impianti sono delle viti in titanio che con un processo chirurgico vengono immessi nell'osso dell'arcata superiore e/o inferiore. **Rappresentano la soluzione migliore per tutte le forme di edentulia: per la perdita di uno, più o tutti i denti.** Nel Policlinico ARENA forniamo continuamente le informazioni dettagliate sia durante che dopo l'installazione degli impianti dentali, prestano particolare attenzione alla soddisfazione del paziente.





### **ALL-ON-6**

Installazione di 6 impianti lungo tutta l'arcata rappresenta il metodo più utilizzato tra tutti i metodi che riguardano i lavori fissi. La procedura dura da 3 a 6 mesi, ma possibilmente anche di più, durante i quali il paziente, mentre aspetta il lavoro definitivo, riceve una protesi provvisoria e non sta senza denti nemmeno un giorno.

# ODONTOIATRIA ESTETICA

---

**Un sorriso bello e raggianti è il miglior indicatore della salute**, ma è anche fondamentale per un aspetto giovane. Siamo coscienti che nel mondo odierno, l'aspetto fisico conta tanto e noi, appunto, creiamo un sorriso da star. L'odontoiatria estetica comprende: **sbiancamento dei denti, faccette in ceramica, corone senza metallo, pulizia professionale e lucidatura dei denti**, "Smile design" e "Hollywood smile". Rappresenta la parte più interessante dell'odontoiatria moderna e, vale a dire, che qualsiasi trattamento odontoiatrico, oltre a ripristinare la funzionalità, dovrebbe fornire anche un sorriso esteticamente perfetto.







I nostri esperti cercano di soddisfare tutte le esigenze estetiche dei pazienti.

## LO SBIANCAMENTO DEI DENTI

Avere denti belli e bianchi è il sogno di ogni persona. Non è che un bello sorriso solo riempia una persona con un senso di fiducia in se stessi, ma rappresenta una componente importante della salute generale. Per questo motivo, non è sorprendente che un gran numero di nostri pazienti oggi decidano di sbiancare i denti.



## PHILIPS ZOOM TECNOLOGIA

Lo sbiancamento dei denti è un trattamento estetico che modifica il colore dei denti esistenti in tonalità più luminose. I denti possono essere sbiancati in modi e con metodi diversi, ma con la tecnologia ZOOM di Philips il risultato dello sbiancamento dei denti è più efficace ed è visibile dopo soli 45 minuti.

Con questo tipo di sbiancamento si può raggiungere uno schiarimento del colore dei denti di 8-10 tonalità, a secondo del condizione dello smalto dentale e della predisposizione genetica per l'aspetto della sensibilità dei denti dal paziente.

Con le soluzioni protesiche, questo processo è uno dei trattamenti estetici più richiesti nel Policlinico odontoiatrico ARENA. Il suo effetto può durare per anni, ma il risultato è diverso da persona a persona e dipende in gran parte dallo stile di vita.



# PARODONTOLOGIA

La **parodontologia** è una branca della medicina dentale che si occupa della cura delle strutture di supporto del dente (osso, cemento, parodonto, gengiva). L'infiammazione della gengiva viene chiamata gengivite e se l'infiammazione amplia agli altri tessuti, parliamo di parodontite. Le cause della parodontite sono milioni di batteri che vivono nella nostra bocca, tartaro, residui di cibo e sostituzioni protesiche scarse. La parodontite può essere una malattia ereditaria.

Nel Policlinico ARENA, con specialisti in parodontologia e i nuovi metodi di cura abbiamo raggiunto i risultati straordinari.



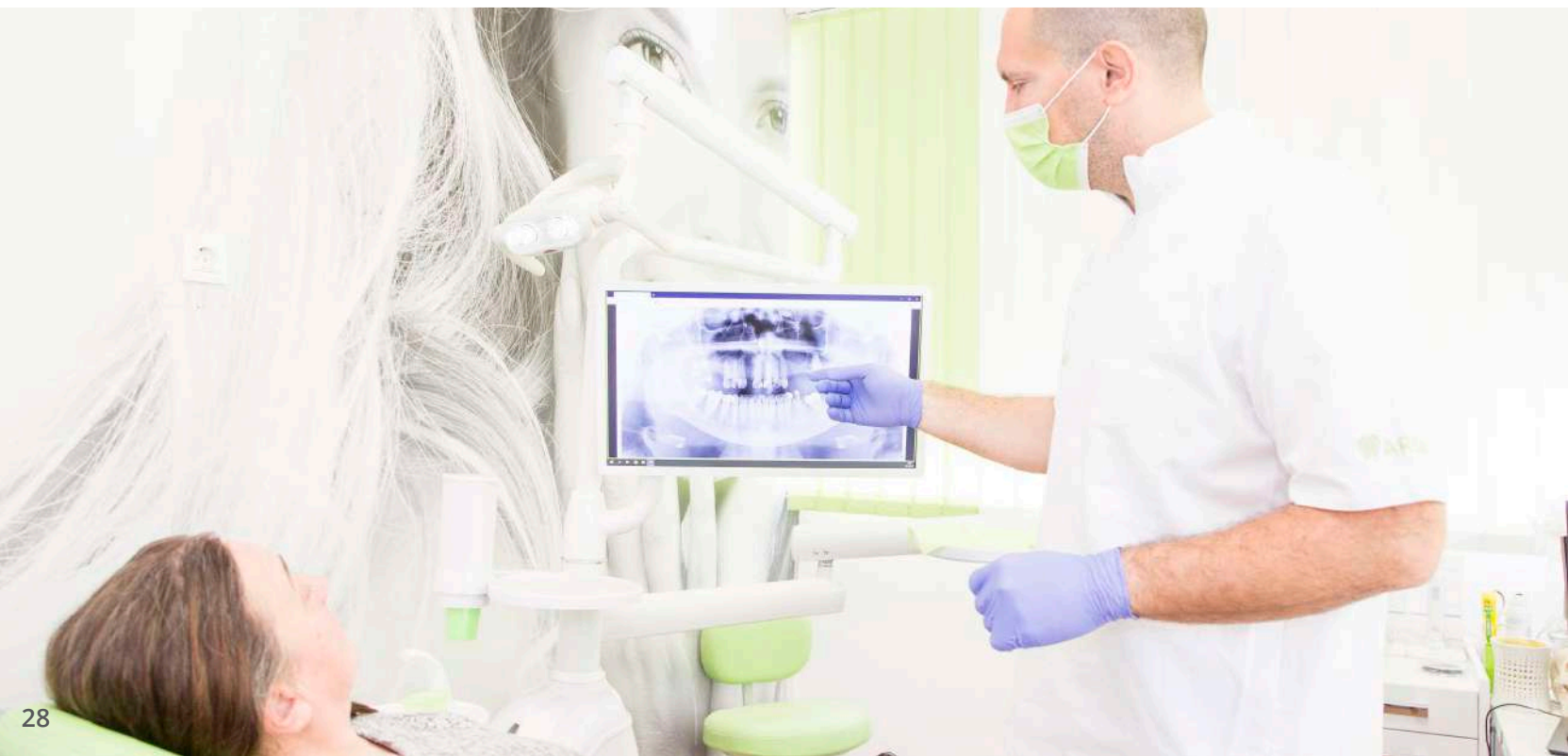


Alcune malattie parodontali sono ereditarie, ma con le tecniche moderne i nostri specialisti li tengono sotto controllo e così rallentano la progressione della malattia.

# L'APPROCCIO INDIVIDUALE

L'atmosfera piacevole, l'approccio individuale e amichevole fanno parte di ogni trattamento dentale.

Nel Policlinico ARENA lavora un team di specialisti eccellenti che amano il proprio lavoro e amano lavorare con i pazienti. Tutti i nostri assistenti sono sempre a disposizione dei pazienti, perché desideriamo che la visita presso il nostro policlinico sia un'esperienza unica e piacevole.



**Non vediamo l'ora di vedervi,  
perché sappiamo che insieme possiamo creare una nuova amicizia  
e un bel sorriso!**



# GARANZIA

Oltre alla garanzia sui lavori di implantologia e lavori protesici, diamo la garanzia anche per il materiale utilizzato e per la professionalità dei nostri dottori specialisti.

La garanzia sui lavori protesici è di 5 anni, mentre sugli impianti dentali è a vita.





# PREZZI E RISPARMIO RISPETTO ALL' ITALIA



NOSTRI PREZZI



PREZZI ITALIANI



RISPARMIO

PRIMA VISITA		80 €	80 €
VISITA SPECIALISTICA, CONSULTO, LETTURA DI PANORAMICA, PIANO DI CURA		50 €	50 €
IMPIANTO	600 €	1020 €	420 €
SOVRASTRUTTURA	210 €	312 €	102 €
CORONA IN METALLO-CERAMICA	223 €	340 €	117 €
CORONA IN ZIRCONIO	324 €	350 €	26 €
ESTRAZIONE DEL DENTE	51 €	70 €	19 €
RIALZAMENTO DEL SENO MASCELLARE	709 €	1275 €	566 €
PROTESI FISSA (4 IMP. / 4 SOV / 12 MC CORONE)	6593 €	8000 €	1407 €

## TESTIMONIANZE DEI PAZIENTI



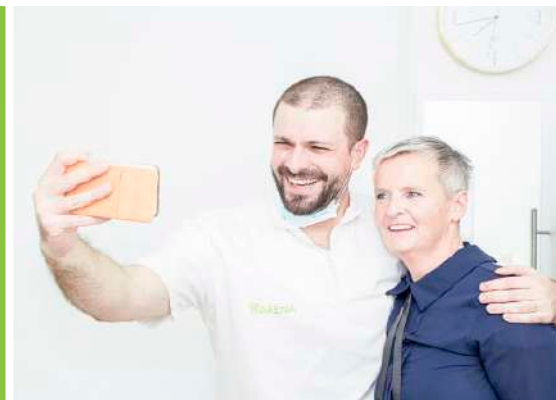
“Fidatevi sono dei veri professionisti io mi sono trovato benissimo un saluto e un abbraccio a tutti.”

Gavino (54)



“Stupendamente perfetto, cortesia, professionalità e ospitalità al top. Alloggi moderni e puliti, personale pronto ad ascoltarti e consigliarti al meglio. Grazie a tutti.”

Annick (50)



“Fatto la prima visita stamattina... Ambiente bellissimo... Personale molto preparato e molto gentile... Hanno risposto a tutti i miei dubbi sempre con gentilezza e sorriso!!!”

Stefania (55)



“Un policlinico organizzato..un ambiente sereno,molto cordiali,e ti fanno sentire a tuo agio,molto professionali...”

Marisa (62)



“Molto professionali, molto gentili ed organizzati, ma la differenza la fa la passione nel loro lavoro e la tecnologia che usano.”  
Andrea (53)



“Sono super felice di esserci stata. Sono tutti gentili, professionali e soprattutto sanno metterti a tuo agio. Grazie a tutto lo staff!”  
Anna (43)



“Ambiente bellissimo e personale molto preparato. Hanno risposto a tutti i miei dubbi sempre con gentilezza e sorriso!”  
Daniel (34)



“Complimenti, siete stati davvero molto bravi professionalmente è anche soprattutto onestamente parlando di tutto lo staff medico ed infermieristico compreso il personale della reception compreso gli autisti. Grazie di cuore.”  
Francisca (59)



# ESEMPI DI SOLUZIONI DENTALI

---

I sorrisi soddisfatti dei nostri pazienti e i loro volti felici sono la nostra migliore raccomandazione.



## PROTESI SEMI FISSA – PROTESI WIRON:

La protesi parziale Wironit è una delle migliori soluzioni protesiche mobili per le persone con edentulia parziale. Queste protesi estremamente solide e confortevoli ripristineranno la normale funzione dei denti, ti permetteranno di parlare completamente indisturbato e metteranno un bel sorriso radioso sul tuo viso.

**Durata della procedura:** 1-2 arrivi



## CORONE IN METALLO CERAMICA:

Le corone in metallo-ceramica si distinguono come soluzione standard per la ricostruzione della funzione e dell'estetica dei denti danneggiati. Sono una soluzione ideale per i denti della regione posteriore della mandibola grazie alla loro forza e stabilità, ma sono ugualmente spesso usati per sostituire i denti anteriori. Installando una corona in metallo-ceramica, ripristineremo con successo la tua funzione precedente e il bell'aspetto dei tuoi denti.

**Durata della procedura:** 1-2 arrivi



## CORONE IN ZIRCONIO CERAMICA:

Il zirconio ceramica è una sorta di rivoluzione nella produzione di corone dentali perché offre ai pazienti una resistenza e una biocompatibilità eccezionali. La corona in zirconio-ceramica si adatta perfettamente esteticamente e funzionalmente ai denti naturali, è ipoallergenica ed è soluzione ideale per sostituire i denti danneggiati.

**Durata della procedura:** 1-2 visite



## PROTESI SU IMPIANTI:

L'odontoiatria moderna offre una soluzione protesica semifissa come una "protesi su barra", cioè una protesi che arriva senza palato e viene posizionata su quattro impianti dentali. Questa è una soluzione ideale per i pazienti che vogliono risolvere per sempre il problema della mancanza di denti e ripristinare completamente la funzionalità e l'estetica del loro sorriso.

**Durata della procedura:** 2-3 visite



## ALL ON 4 / ALL ON 6:

L'edentulia totale o parziale può influenzare significativamente la qualità della vita, l'autostima e la salute orale del paziente. Fortunatamente, il problema della mancanza di denti e della fiducia in se stessi può essere risolto con l'aiuto di soluzioni permanenti, fisse e di alta qualità sotto forma di protesi fisse.

**Durata della procedura:** 2-3 visite

# ZAGABRIA E DINTORNI

## BENVENUTI A ZAGABRIA

Zagabria è la capitale e la maggiore città della Croazia. È un centro culturale, scientifico, economico, politico e amministrativo. Secondo il censimento della popolazione del 2011, la città conta 790,017 abitanti nei suoi confini amministrativi. Con le zone limitrofe costituisce un grande centro urbano con più di un milione di abitanti.



## COLLEGAMENTI E TRASPORTO



La rete autostradale croata è tra le più moderne d'Europa. Nell'alta stagione turistica (mesi estivi) si creano spesso grandi folle, soprattutto in valichi di frontiera Rupa e Pasjak, ed è necessario partire in tempo, per evitare le lunghissime attese. Oltre che in contanti, è possibile pagare con la carta di credito e di pagamento dalla ETC (Toll Collection elettronico) telepass, il pagamento del pedaggio è possibile anche con una carta abbonata (smart card), via messaggi SMS e attraverso il sito web.

**L'autostrada da Trieste a Zagabria si può raggiungere in due modi:**

1. **Trieste - Lubiana (E61, A2) - Zagabria (E70)**
2. **Trieste - Fiume (E61) - Zagabria (E65)**

Per ulteriori informazioni consultare [www.hak.hr](http://www.hak.hr) e [www.hac.hr](http://www.hac.hr)

## TRASPORTO AEREO



Il nuovo aeroporto "Franjo Tudman" è stato aperto nel marzo del 2017. Grazie al collegamento diretto con 39 destinazioni rappresenta l'aeroporto più grande del paese. Si trova a Velika Gorica e dista 10 km dal Policlinico ARENA.

- 24 compagnie aeree
- 2,8 milioni di passeggeri nel 2016
- voli diretti **Zagabria - Milano**

Maggiori informazioni sul sito [www.zagreb-airport.hr](http://www.zagreb-airport.hr)

## TRASPORTO FERROVIARIO



Zagabria è anche un importante centro ferroviario. Due di tre corridoi europei più importanti in Croazia passano per Zagabria. Questo corridoio si chiama V Pan European (braccio B) che va da Botovo a Fiume ed è la più importante tratta ferroviaria nella Repubblica di Croazia. Inoltre, a Zagabria si collegano le tratte per Karlovac e Sisak. Anche il trasporto suburbano per pendolari è sviluppato. Il trasporto delle merci avviene per circonvallazione e Zagabria ha un grande scalo merci.

Per maggiori informazioni consultare il sito [www.hzpp.hr](http://www.hzpp.hr)

# TRASPORTO

## TRASPORTO ORGANIZZATO DA PARTE DEL POLICLINICO ARENA

Organizziamo il trasporto tre volte alla settimana. Potete rilassarvi e godervi un viaggio piacevole con i nostri autisti a prezzi accessibili.

### DISTANZE DA ZAGABRIA

**Milano - 626,96 km / 6 h 30 min**

**Bergamo - 583,42 km / 5 h 48 min**

**Brescia - 537,84 km / 5 h 24 min**

**Verona - 477,37 km / 4 h 53 min**

**Vicenza - 431,09 km / 4 h 24 min**

**Padova - 395,56 km / 4 h 10 min**

**Venezia - 376,00 km / 3 h 53 min**

**Treviso - 363,57 km / 3 h 52 min**

**Trieste - 172,32 km / 2 h 36 min**

Dal 1 luglio 2013 la Croazia è ufficialmente un paese membro dell'Unione europea. Ciò significa che è possibile entrare e uscire dal paese con la carta d'identità valida. Inoltre nel paese si può entrare con un passaporto in corso di validità. Il visto per il soggiorno che non supera 90 giorni non è necessario.



I nostri pulmini





### **SERVIZIO TAXI**

Vicino al Policlinico ARENA c'è la fermata di **Radio Taxi** ((385)1717; il prezzo di partenza è 10 kn, ogni chilometro successivo costa 6 kn).  
Maggiori informazioni possono essere trovate sul: [www.radiotaxizagreb.com](http://www.radiotaxizagreb.com)

### **UBER**

Scaricate l'applicazione e girate a prezzi accessibili.  
Maggiori informazioni possono essere trovate sul: [www.uber.com](http://www.uber.com)



### **TRASPORTO PUBBLICO (ZET)**

2 minuti a piedi dagli appartamenti si trova la fermata di tram. Ci sono le linee 7, 14 (vi porta fino alla piazza di Josip Jelacic).  
La linea del autobus 234 va fino alla stazione centrale.

Maggiori informazioni possono essere trovate sul: [www.zet.hr](http://www.zet.hr)



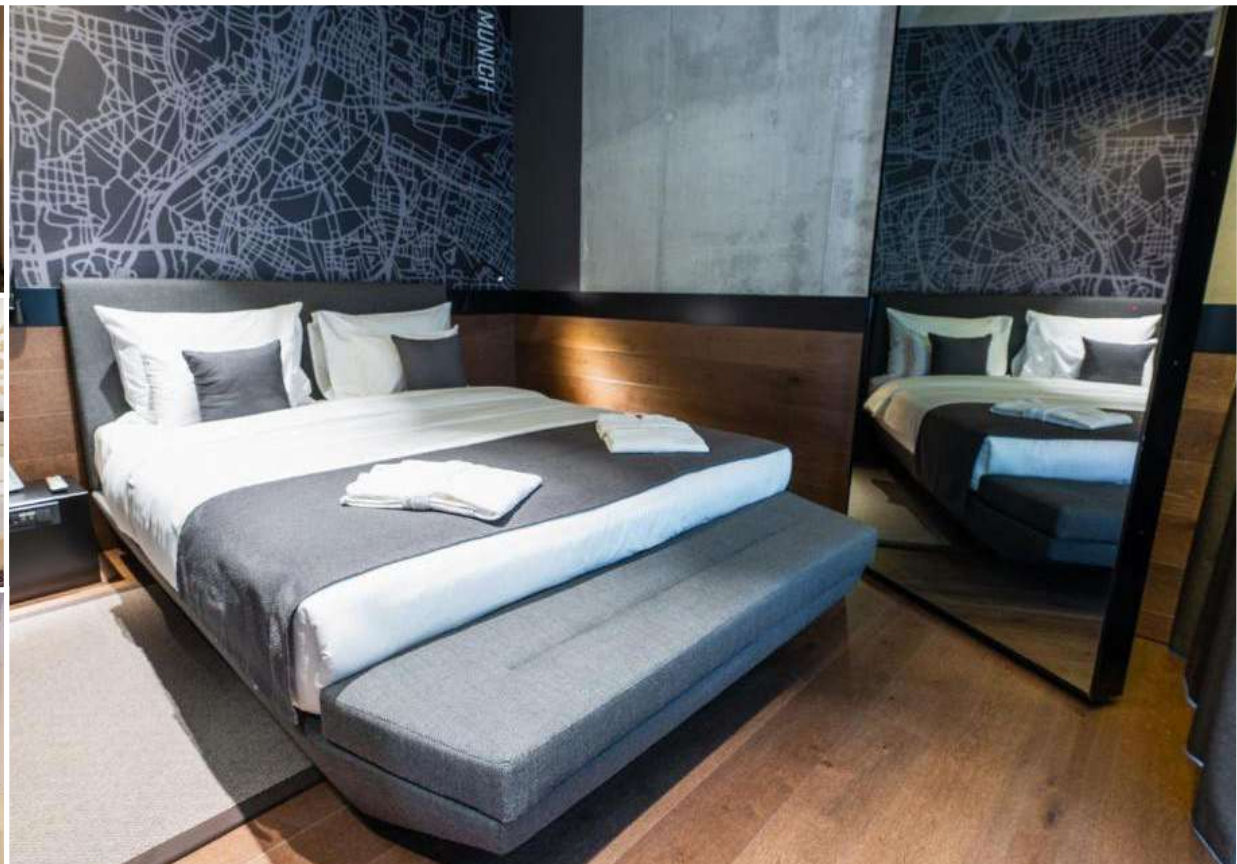
### **AEROPORTO "FRANJO TUDMAN" AEROPORTO INTERNAZIONALE DI ZAGABRIA**

Si trova ad una distanza di circa 10 km dal Policlinico ARENA  
- linea diretta **Zagabria - Milano - Zagabria**  
**Zagabria - Roma - Zagabria**

Maggiori informazioni possono essere trovate sul: [www.zagreb-airport.hr](http://www.zagreb-airport.hr)

# ARENA ALLOGGIO

Alla vostra disposizione ci sono molti nostri appartamenti moderni e completamente arredati i hotel che si trovano nelle immediate vicinanze del Policlinico ARENA. L'acqua dal rubinetto è sicura da bere. A seconda della disponibilità, i pazienti del policlinico Arena vengono alloggiati in appartamenti completamente attrezzati o alberghi moderni situati nelle vicinanze del policlinico.



# INDICAZIONI SPECIALI COVID-19

## ASSISTENZA DENTALE DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

La Clinica Odontoiatrica ARENA adotta continuamente tutte le misure epidemiologiche e di sicurezza necessarie per essere sempre a disposizione ai tutti i suoi pazienti.

I nostri cari pazienti hanno a loro disposizione il nostro Centro di supporto per i pazienti ARENA, che è molto felice di aiutare a organizzare un arrivo più facile al intervento e rispondere a tutte le domande dei pazienti riguardo ai modi per venire in ARENA dall'estero.

Diamo il benvenuto a tutti i nostri pazienti vecchi e nuovi, manteniamo un atteggiamento positivo perché sappiamo tutti quanto la risata sia una cura. Chiediamo gentilmente ai nostri cari pazienti di agire secondo le raccomandazioni del Ministero della Salute:

- non venire alla prima visita e/o intervento odontoiatrico se nelle ultime 2 settimane sono stati in autoisolamento o a contatto con una persona positiva al Covid-19
- quando entrano nel policlinico si disinfettano le mani
- compilare un questionario epidemiologico e misurare la temperatura corporea
- indossare sicuramente sempre una maschera sul viso perché proteggono se stessi e gli altri
- sostituiamo il solito abbraccio e stretta di mano con un gomito oppure possiamo semplicemente salutare

Restiamo sani con il sorriso più bello che nasce dal cuore!



# NELLE VICINANZE DELL'APPARTAMENTO

## NEGOZI NELL'IMMEDIATA VICINANZA DEL POLICLINICO ARENA



### KONZUM

Supermercato dove potete comprare cibi, bibite e le cose che vi servono per l'igiene personale.



### INTERSPAR

Si trova nel Arena Centro ed è un negozio di alimentari.



### LIDL

Questo supermercato di alimentari si trova di fronte al palazzo sportivo Arena.



### PLODINE

Negozio di alimentari di fronte al palazzo sportivo Arena.



### KAUFLAND

Negozio di alimentari di fronte vicinanza del centro commerciale Arena.

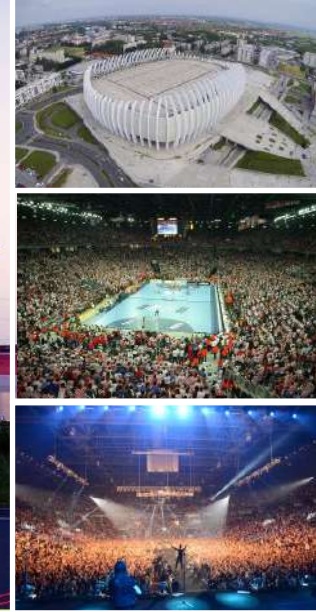


### FARMACIA FILIPOVIC

Si trova nell'immediata vicinanza dell'appartamento all'indirizzo Jaruscica 11, 10020 Zagabria.



Arena Zagabria



## ARENA ZAGABRIA

Arena di Zagabria è un palazzo dello sport polivalente che è stato ufficialmente aperto nel 2009. La struttura dispone di 15 000 posti a sedere e questo la rende la sala più grande della Croazia. Oltre allo sport, è destinata per lo svolgimento degli eventi culturali (mostre e fiere), business (convegni e congressi) e eventi di intrattenimento (concerti).

Maggiori informazioni possono essere trovate sul: [www.zagrebarena.hr](http://www.zagrebarena.hr)

# RISTORANTI

## RISTORANTI VICINI AL POLICLINICO ARENA



**PONISTRA**  
cucina mediterranea

€€€



**PAESANO**  
cucina italiana

€€

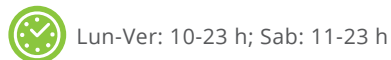


**FIANONA**  
cucina italiana

€ €



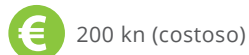
Remetinecka cesta 131



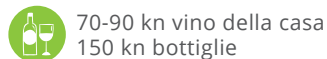
Lun-Ver: 10-23 h; Sab: 11-23 h



pesce alla griglia, zuppa a base di acciughe, lessi marinate, risotti ...



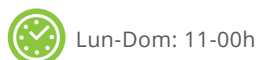
200 kn (costoso)



70-90 kn vino della casa  
150 kn bottiglie



Laniste 26



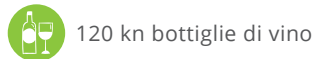
Lun-Dom: 11-00h



pizza, pasta, risotti



40-100 kn (relativamente costoso)



120 kn bottiglie di vino



Laniste 16



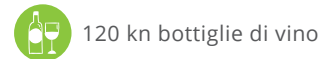
Lun-Dom: 8-24 h



pizza, pasta, risotti



25-100 kn (relativamente costoso)



120 kn bottiglie di vino



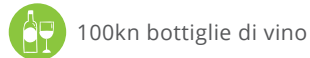
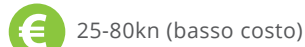
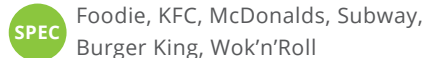
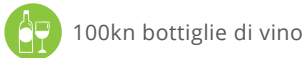
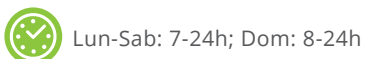
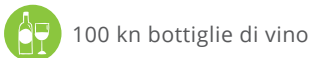
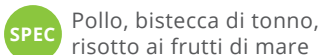
**BICKO**  
cucina tradizionale



**ŠPICA**  
pizzeria



**ARENA CENTAR FOOD COURT**



# PIATTI TIPICI CROATI

## BISTECCA ZAGABRESE



Fettina di carne di vitello impanata e ripiena di formaggio e prosciutto cotto.

## FORMAGGIO E PANNA



Formaggio e panna vengono acquistati separatamente (al mercato) e poi si mescolano.

## STRUDEL DI MELE O DI CILIEGIE



Pasta ripiena con mele o ciliegie.

## ŠTRUKLI



Un piatto che ogni zagabrese vi raccomanderà, si preparano in modi diversi: cotti, gratinati o dolci.



## PAŠTICADA



Paštica è il piatto di bovino tradizionale e rappresentativo. La preparazione e la cottura sono molto lunghe e comportano la marinatura della carne per 24 ore, quindi la cottura per 4-6 ore.

## PIATTO DI ĆEVAPČIĆI



I ćevapčići sono un piatto a base di carne trita, variamente speziata, tipico della cucina dei paesi della penisola balcanica.

## BUREK



Burek si prepara generalmente con la pasta fillo, la quale viene farcita con diversi ingredienti, dalla carne macinata al formaggio.

## SARMA



Sarma è costituita principalmente da cavolo o foglie di vite avvolto intorno ad un ripieno e bollite per ore prima di servire. Questo riempimento è tipicamente fatto con tritato o carne.

# RACCOMANDAZIONI PER IL TEMPO LIBERO

## VIA TKALČIĆEVA

Nelle immediate vicinanze della piazza Ban Jelačić, si trova questa via, piena di birre craft della produzione nazionale e ristoranti aperti giorno e notte. Vi si possono trovare un buon kebab, cocktail, gelati, pizza, ecc.

Ricordatevi che le regole gastronomiche in Croazia sono diverse da quelle in Italia, e quindi:

- scegliete la vostra posizione ovunque sulla terrazza / nel pub
- tutti i posti in un bar hanno gli stessi prezzi di servizio
- mettetevi comodi e sentitevi liberi di fermarvi quanto volete, perché in Croazia prendere il caffè di corsa è peccato
- non c'è bisogno di ordinare al bar – accomodatevi e aspettate di essere serviti

I ristoranti sono aperti più o meno fino alle ore 23.



L'atmosfera notturna in via Tkalciceva



Vista sul Mercato Dolac



## MERCATO DOLAC

È uno dei luoghi preferiti che viene visitato quotidianamente e amato sia da gente locale sia dai turisti. È situato di fronte alla piazza principale del bano Jelačić. Questa varietà di colori del cibo tradizionale è imperdibile.

Distanza dall'appartamento: incirca 7km.

Tempo necessario con i mezzi pubblici: 30-40 minuti (tram 14 o bus 234 fino alla Stazione Centrale poi il tram 6 e 13 (2 stazioni, fino alla piazza del bano Jelačić).

Tempo necessario con taxi: incirca 15 min

Orari di apertura: lun-dom 6:30 - 15:00h



## PARCO ZRINJEVAC

Il parco più conosciuto è, senz'altro, Zrinjevac. Riconoscibile per la fila di platani importati da Trieste più di un secolo fa. Le fontane, il Padiglione della Musica e i busti di grandi personaggi storici vi portano a fare un viaggio nel passato.

## PIAZZA DEL RE TOMISLAV

Prende il nome dal primo re croato. Chi arriva con il treno, può godersi la vista del Padiglione dell'arte e della Cattedrale. Nel mese di dicembre si trasforma in un grande parco di ghiaccio con una pista di pattinaggio.



Piazza del re Tomislav



## ORTO BOTANICO

L'Orto botanico è la famosa zona verde della città. Dispone di una delle collezioni di piante più ricche in Europa e conserva circa 10 mila specie vegetali. È chiuso da dicembre a marzo.

Tempo di lavoro: lunedì, martedì: 09:00 - 14:30h  
mercoledì, giovedì, venerdì, sabato, domenica: 09:00 - 19:00

Ulteriori informazioni sull'orto le potete trovare su [www.hirc.botanic.hr](http://www.hirc.botanic.hr)



ponte di legno nel orto Botanico



Teatro Nazionale



## TEATRO NAZIONALE CROATO

Le molteplici espressioni artistiche, professionali o amatoriali, classiche o d'avanguardia, pubbliche o private rappresentano un riflesso di sensibilità artistica, presente in ogni abitante di Zagabria. Il Teatro Nazionale Croato ospita spettacoli di balletto, opera e teatro.

Più informazioni: [www.hnk.hr](http://www.hnk.hr)



Chiesa di San Marco

## CHIESA DI SAN MARCO

La chiesa è situata nella piazza di San Marco, nello stesso luogo in cui si trova il Parlamento croato. Rappresenta uno dei più antichi monumenti, costruiti nel periodo gotico dell'architettura croata.



## CATTEDRALE DI ZAGABRIA

Si trova nella città alta (Kaptol) e rappresenta uno dei più grandi monumenti sacrali in Croazia di stile neogotico. La sua altezza è di 105 metri e la sua cinta muraria medievale si trova in uno stato di conservazione, raramente visto in questa parte d'Europa. Oggi rappresenta un luogo di culto importante per i fedeli in Croazia.



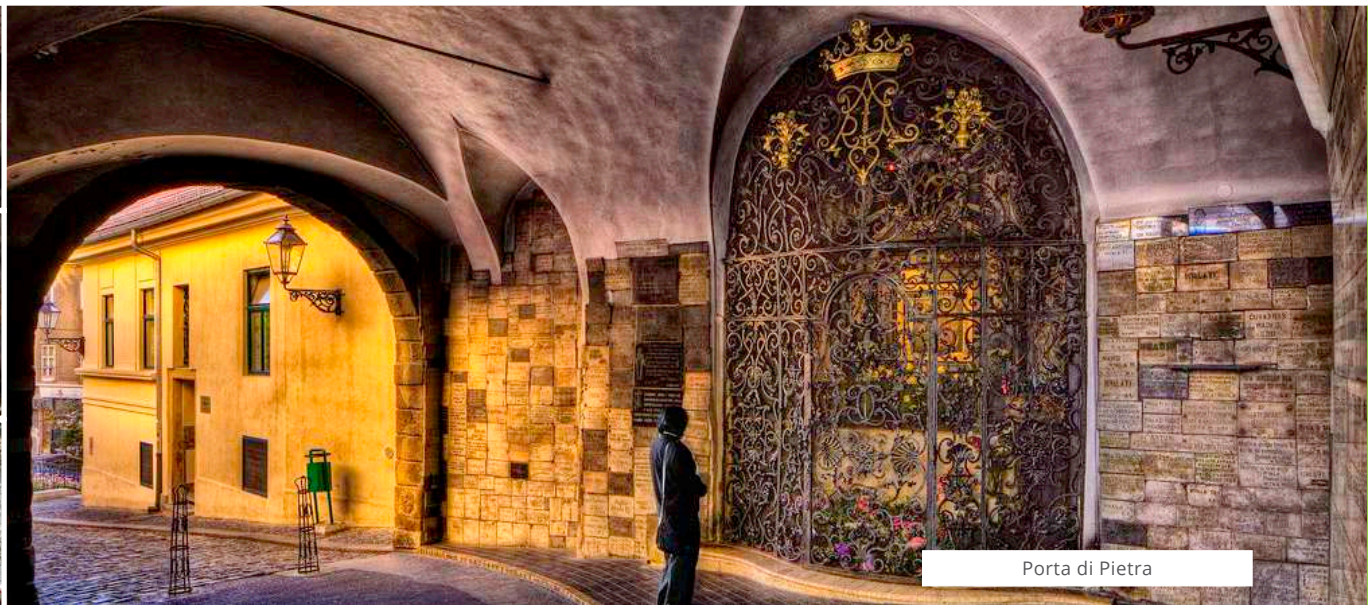
Vista della Cattedrale di Zagabria



## PORTA DI PIETRA

La porta rappresenta un simbolo della vecchia Zagabria.

Legenda: nei secoli XVII e XVIII, Porta di Pietra fu stata colpita dall'incendio quattro volte. È sopravvissuta solo l'immagine di Santa Maria col bambino. L'immagine si trova sull'altare nella Porta di Pietra e oggi è conosciuta come la Madre di Dio della Pietra. Qui si può accendere una candela in preghiera o, semplicemente, sentire l'atmosfera sacra.



Porta di Pietra



Cannone di Grič

## CANNONE DI GRIČ

Cannone (di Grič) si trova sulla Torre di Lotrščak alta 19m, è uno dei simboli di Zagabria. Ogni giorno il cannone spara a mezzogiorno, per segnalare l'orario. Se vi trovate in centro, non spaventatevi.



## JARUN

Il lago di Jarun è un centro ricreativo e sportivo, costruito in un ramo del fiume Sava nel 1987, in occasione di Universiadi. Offre le piste per ciclismo e passaggi. Viene soprannominato "il mare di Zagabria poiché le spiagge si riempiono di bagnanti".

Più informazioni potete trovare sul sito: [www.sportskiobjekti.hr](http://www.sportskiobjekti.hr)

## BUNDEK

Come Jarun, Bundek è un luogo dove si riuniscono molte persone che praticano lo sport. È ideale per passeggiare. La sua superficie è di 545 000m<sup>2</sup>.

Più informazioni potete trovare sul sito: [www.sportskiobjekti.hr](http://www.sportskiobjekti.hr)



Bundek



## PARCO NATURALE MEDVEDNICA

La destinazione che offre ottime possibilità per fare gite ed escursioni. La vetta più alta di Medvednica è Sljeme (1032 m). Nelle parti alte si trovano particolarmente conosciuti rifugi di montagna. Sljeme è raggiungibile con i mezzi pubblici, da Mihaljevac con una linea di autobus.

Più informazioni potete trovare sul sito: [www.pp-medvednica.hr](http://www.pp-medvednica.hr)



Sljeme 1033m



## ZOO MAKSIMIR

Si trova nel più grande parco di Zagabria – Maksimir, chiamato anche “i polmoni della città”. È uno di tre giardini zoologici in Croazia, e si estende su una superficie di 7 ettari. Ci sono 275 specie e 2225 animali, provenienti da tutti i continenti.

Cassa: 9:00 - 17:00

tempo di lavoro: lun-dom: 6:30 - 15:00h

Giardino zoologico: 9:00 - 18:00h

Prezzo del biglietto per adulti: 30, il lunedì 20kn

Più informazioni potete trovare sul sito: [www.zoo.hr](http://www.zoo.hr)



Funicolare di Zagabria

## FUNICOLARE DI ZAGABRIA

Funicolare di Zagabria con il filo lungo 66m è il più breve del mondo. Il viaggio dura 64 secondi e il prezzo è 4kn. La stazione di base è in via Tomičeva.

Orari di lavoro: ogni giorno 6:30 - 22:00h.

**Più informazioni potete trovare sul sito: [www.zet.hr](http://www.zet.hr)**



## BELVEDERE ZAGABRIA 360°

Situato in piazza del bano Jelačić a Zagabria, in cima del grattacielo (16 piano) di Zagabria in via Ilica 1a. Si vedono particolarmente bene Mandusevac, Gradec, Città Alta e gli importanti edifici storici e culturali di Zagabria, piazze, strade e parchi. È possibile godersi la vista, ma anche mangiare e bere.

Indirizzo: Ilica 1A, 10000 Zagrebačka

Orari di lavoro: 10:00 – 23:45h.

Più informazioni potete trovare sul sito: [www.zagreb360.hr](http://www.zagreb360.hr)



Belvedere Zagreb Eye

## EVENTI

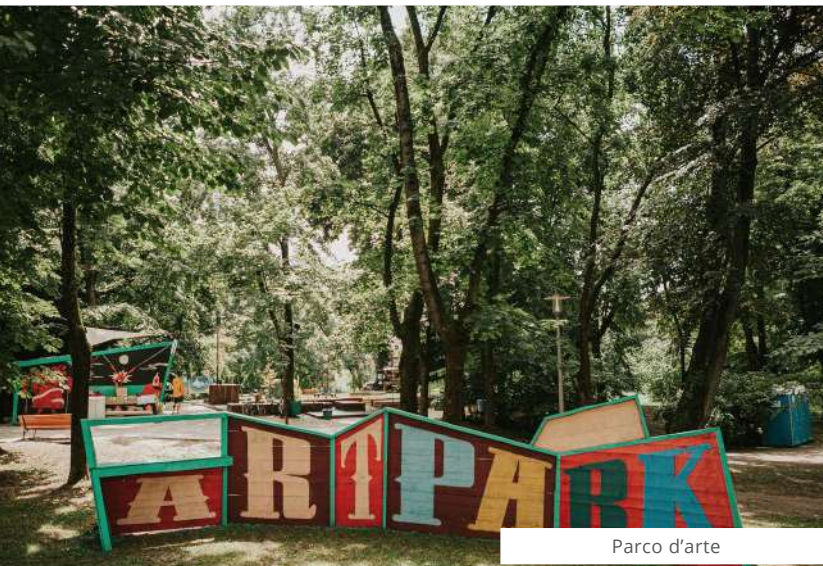
### ESTATE SULLO STROSS

La Strossmayer Promenade è sicuramente una delle passeggiate più romantiche della nostra città.

L'estate sullo Stross o "Strossmartre" porta qualcosa dello spirito di quel quartiere parigino. Programma musicale accuratamente selezionato, installazioni artistiche integrate nello spazio, azioni e giochi a premi insoliti e divertenti, un'atmosfera un po' nostalgica del cinema all'aperto, pittori con le loro tele e un bicchiere di ottimo vino.



Estate sullo stross (Strossmartre)



Parco d'arte



### PARCO D'ARTE

Un bellissimo parco nel centro di Zagabria è stato trasformato in un luogo di ogni tipo di arte, incontri estivi informali e una buona atmosfera. Nei mesi di giugno e luglio, il Parco d'Arte di Ribnjak ospita numerosi artisti dalla Croazia e dal mondo che, lasciando il segno, fanno questo posto una galleria d'arte a cielo aperto. Sono mantenuti vari laboratori per grandi e piccini, proiezioni di film, tornei di ping-pong, serate musicali per tutti i gusti.

## CEST IS D'BEST

Il carnevale dei re delle strade "Cest is d'Best" è un festival di strada internazionale e multimediale che alimenta l'identità di Zagabria, fa rivivere le piazze e le strade della città e ripristina il loro fascino e ottimismo. Il programma su 6 palchi, con centinaia di artisti provenienti da tutto il mondo, 5 giorni pieni di spettacoli, musica, teatro, arte, sport e altri eventi faranno sorridere i volti degli appassionati, ma anche tutti i passanti occasionali- da e ospiti della città.



Cest is d'Best



Zagreb film festival



## FESTIVAL DEL CINEMA DI ZAGABRIA

Il Zagreb Film Festival è uno degli eventi culturali centrali più visitati e il più grande festival cinematografico internazionale in Croazia, che presenta al pubblico il meglio della recente produzione cinematografica indipendente internazionale e nazionale. Fin dal suo inizio, ZFF si è concentrato sulla scoperta e la promozione del cinema indipendente contemporaneo e sul debutto di registi di tutto il mondo.

# MUSEI

## MUSEO ARCHEOLOGICO

Il museo archeologico conserva la misteriosa mummia di Zagabria. La mummia di una donna della città egiziana Tebe, avvolta in un telo di lino, sul quale è riportato uno dei più estesi testi etruschi, che fino ad oggi non è stato decifrato.

Biglietto per adulti: 30kn (4€).

Orari di lavoro: mar, mer, ven, sab: 10:00 - 18:00h,  
gio: 10:00 - 20:00h, dom: 10:00 - 13:00h.

Indirizzo: Piazza Nikola Subic Zrinski 18, 10000 Zagabria.

Telefono: +385 1 4873 101

[www.amz.hr](http://www.amz.hr)



Museo Archeologico



Museo Mimara

## MUSEO MIMARA

Una collezione unica di pezzi d'arte è esposta nel Museo Mimara che è stato aperto nel 1987. Rappresenta la più grande donazione d'arte che è stata fatta alla città di Zagabria e conserva i dipinti di grandi artisti come Velasquez, Ruben e Rembrandt.

Prezzo di biglietto: 40kn (5€).

Orari di lavoro: mar, mer, ven, sab: 10:00 - 18:00h,  
gio: 10:00 - 20:00h, dom: 10:00 - 13:00h.

Indirizzo: Piazza Roosevelt 5, 10000 Zagabria.

Telefono: +385 1 4828 101

[www.mimara.hr](http://www.mimara.hr)



## MUSEO DI ARTE CONTEMPORANEA

La mostra permanente "collezione in movimento" si può vedere ogni giorno tranne il lunedì e il prezzo del biglietto è 30kn.

Prezzo di biglietto: 30kn (4€).

Orari di lavoro: mar, mer, gio, ven, dom: 11:00 - 18:00h,  
sab: 11:00 - 20:00h.

Indirizzo: Viale Dubrovnik 17, 10000 Zagabria.

Telefono: +385 1 6052 700

[www.msu.hr](http://www.msu.hr)



Museo di Arte Contemporanea



Klovicevi dvori



## GALLERIA KLOVIČEVI DVORI

Rappresenta la più grande galleria in Croazia e si trova in un bellissimo palazzo della Città Alta. Dispone di 4 mostre e le più importanti sono quelle di Van Gogh e Picasso. Si può visitare ogni giorno da ore 11 a 19 tranne il lunedì, quando è chiusa.

Prezzo di biglietto: da 10 a 40kn (1-5€).

Orari di lavoro: mer-dom: 11:00 - 19:00h.

Indirizzo: Piazza Jezuitski 4, 10000 Zagabria.

Telefono: +385 1 4851 920

[www.gkd.hr](http://www.gkd.hr)

## MUSEO CIVICO DI ZAGABRIA

In maniera moderna interpreta i fatti storici, avvenuti a Zagabria dalla preistoria al giorno d'oggi.

Prezzo di biglietto: 30kn (4€).

Orari di lavoro: mar-ven: 10:00 - 19:00h

dom: 10:00 - 14:00h.

Indirizzo: via Opaticka 20, 10000 Zagabria.

Telefono: +385 1 4851 361

[www.mgz.hr](http://www.mgz.hr)



Museo Civico di Zagabria



Museo Tecnico di Zagabria

## MUSEO TECNICO DI ZAGABRIA

Il museo tecnico è stato fondato nel 1954. Oggi possiede più di 6000 oggetti, provenienti dalla Croazia e dall'estero.

Prezzo di biglietto: 20kn (2,5€), il planetario: 15kn (2€).

Orari di lavoro: mar-ven: 9:00 - 17:00h

sab, dom: 9:00 - 13:00h.

Indirizzo: via Savska 18, 10000 Zagabria.

Telefono: +385 1 4844-050

[www.tehnicki-muzej.hr](http://www.tehnicki-muzej.hr)



## MUSEO DELLE ILLUSIONI

Il Museo delle Illusioni a Zagabria è un'avventura alla scoperta di stupefacenti illusioni ottiche, con le quali è possibile integrare in persona, per il divertimento di grandi e piccini.

\*Comprende la mostra in italiano.

Prezzo di biglietto: 40kn (5€).

Orari di lavoro: lun-dom: 9:00 - 22:00h

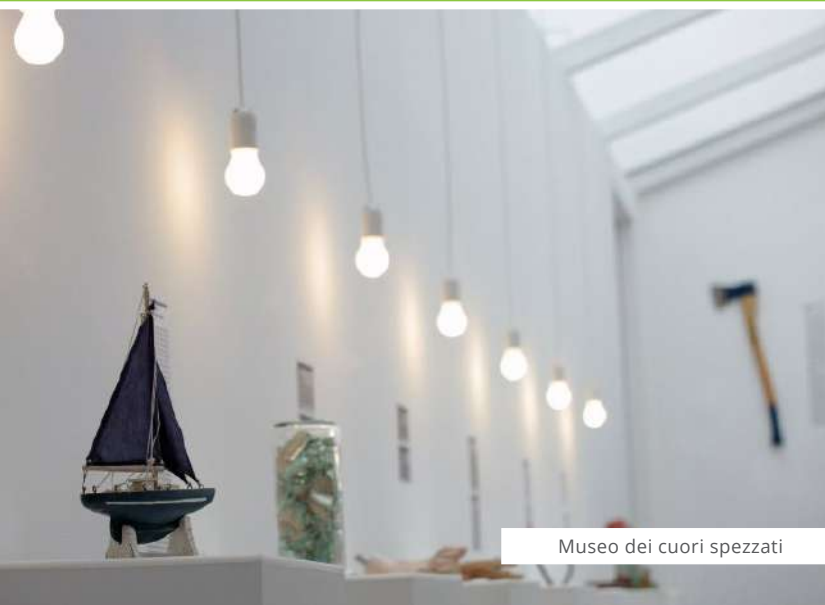
Indirizzo: via Ilica 72, 10000 Zagabria.

Telefono: +385 1 7999 609

[www.muzejiluzija.com](http://www.muzejiluzija.com)



Museo Delle Illusioni



Museo dei cuori spezzati

## MUSEO DEI CUORI SPEZZATI

La mostra nel museo situato in Città Alta è dedicata al fallimento dell'amore. Questa mostra interessante comprende gli oggetti personali che sono stati lasciati da ex amanti, e sono accompagnati da brevi descrizioni.

\*La configurazione include un libretto con la traduzione in italiano

Prezzo di biglietto: 30kn (4€).

Orari di lavoro: lun-dom: 9:00 - 22:30h.

Indirizzo: via Cirilmetodska 2, 10000 Zagabria.

Telefono: +385 1 4851 021

[www.brokenships.com](http://www.brokenships.com)

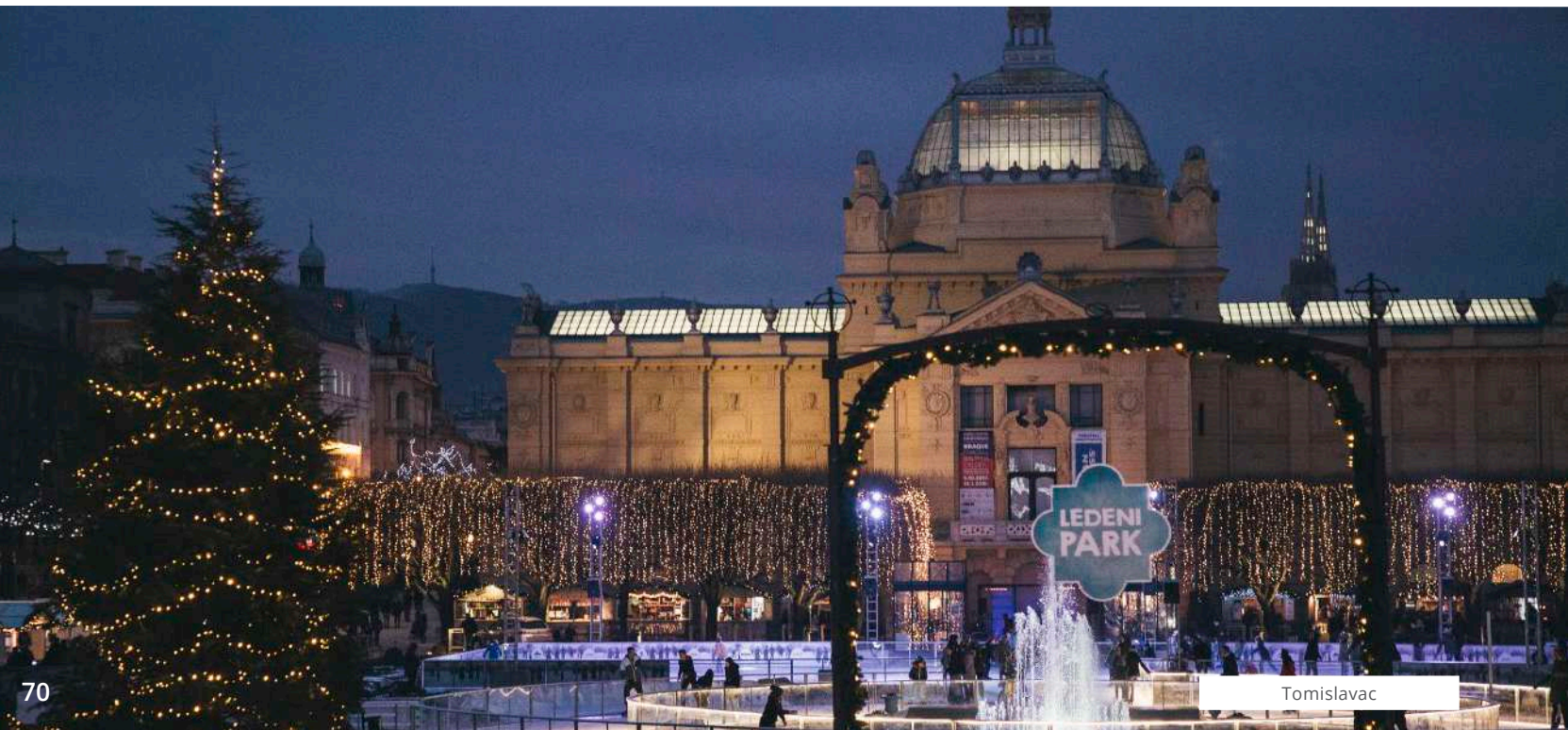


## AVVENTO A ZAGABRIA

---

La manifestazione tradizionale prefestiva presso diverse località nel centro di Zagabria con un ricco programma culturale e di spettacoli.

Inizia con la tradizionale accensione della prima candela d'avvento nella Piazza di bano Josip Jelačić. Nelle strade intorno alla Piazza si tiene il mercato di Natale. Ovunque si possono trovare i regali tipici per Natale- pan di zenzero, ornamenti, souvenir, ma è possibile anche esplorare la vasta offerta gastronomica e bere vino brulè. Avvento svolto nel 2015, 2016 e nel 2017 è stato nominato il migliore d'Europa.







Rilascio di lanterne sul mercato Dolac



Zrinjevac d'inverno



Pista di pattinaggio a Tomislavac



Avvento a Zagabria

# SHOPPING



## ARENA CENTAR

Indirizzo: via Vice Vukova 6  
 Orari di lavoro: 09:00 - 22:00h  
 Telefono: +385 1 6661 411  
[www.arenacentar.hr](http://www.arenacentar.hr)  
 Superficie: 175.000 m2  
 Numero di negozi: più di 180



## AVENUE MALL

Indirizzo: viale Dubrovnik 16  
 Orari di lavoro: 08:00 - 22:00h  
 Telefono: +385 1 6661 411  
[www.avenuemall.hr](http://www.avenuemall.hr)  
 Superficie: 80.000 m2  
 Numero di negozi: più di 100



## CITY CENTER WEST

Indirizzo: Jankomir 33  
 Orari di lavoro: 09:00 - 21:00h  
 Telefono: +385 1 5494 070  
[www.citycenterone.hr](http://www.citycenterone.hr)  
 Superficie: 46.000 m2  
 Numero di negozi: più di 120



## GARDEN MALL - SUPERNOVA

Indirizzo: Oprovecki odvojak 14

Orari di lavoro: 09:00 - 21:00h

Telefono: +385 1 5005 644

[www.supernova.hr](http://www.supernova.hr)

Superficie: 65.000 m<sup>2</sup>

Numero di negozi: più di 80



## WEST GATE

Indirizzo: Zapresicka via 2

Orari di lavoro: 10:00 - 21:00h

Telefono: +385 1 5553 333

[www.westgate-shopping.com](http://www.westgate-shopping.com)

Superficie: 250.000 m<sup>2</sup>

Numero di negozi: più di 240



## CITY CENTAR EAST

Indirizzo: viale Slavonska

Orari di lavoro: 10:00 - 21:00h

Telefono: +385 1 5556 969

[www.citycenterone.hr](http://www.citycenterone.hr)

Superficie: 57.000 m<sup>2</sup>

Numero di negozi: più di 135

# ARENA CENTAR

Arena Centar non è solo il più grande centro commerciale della metropoli Croata, ma anche una destinazione inevitabile per l'intrattenimento e lo shopping per tutta la famiglia.

A sera potete visitare una delle 10 sale cinematografiche. IMAX Arena Zagreb è il cinema più moderno e lussuoso di questa parte d'Europa, che fa il guardare del film diventare completamente diverso.

Più informazioni potete trovare sul sito: [www.arenacentar.hr](http://www.arenacentar.hr)





Il parco del Arena centro



IMAX cinema



Negozi alimentari



l'ambiente del Arena centro

# TERME

Ci sono tanti centri e bagni tradizionali e termali in Croazia. I sorgenti caldi sono situati in pianura pannonica e nel nord-ovest a Zagorje. I posti più famosi sono i seguenti:

## TERME KRAPINA

Terme Krapina sono note per l'acqua termale che aiuta gli atleti a ridurre la tensione muscolare, favorisce la circolazione e rafforza il sistema immunitario del corpo. I prezzi si possono trovare sul sito ufficiale [www.krapinsketoplice.com](http://www.krapinsketoplice.com)

Distanza da Zagabria: 50 km

Indirizzo: Ljudevita Gaja 2, 49217, Krapinske Toplice

Telefono: +385 49 383 100

E-mail: [info@krapinsketoplice.com](mailto:info@krapinsketoplice.com)



Terme Krapina



Terme Tuhelj



## TERME TUHELJ

Fango termale medicinale che si trova nelle terme Tuhelj normalmente matura in fondo a una fonte d'acqua. Percio le terme Tuhelj appartengono alle terme più benefiche d'Europa. Il fango la rigenerazione della pelle. I prezzi possono essere trovati sul sito ufficiale: [www.termes-tuhelj.hr](http://www.termes-tuhelj.hr)

Distanza da Zagabria: 40 km

Indirizzo: Ljudevita Gaja 4, 49215, Tuhelj

Telefono: +385 49 203 000

E-mail: [info@tuheljsketoplice.com](mailto:info@tuheljsketoplice.com)



Aquapark Adamovec

## **AQUAPARK ADAMOVEC**

All'interno della struttura principale c'è una piscina ricreativa con massaggi, scivoli, acqua calda e altri effetti interessanti, nonché una piscina a onde. Nei giorni feriali il prezzo del biglietto è 60 kn, ma nel fine settimana costa 70 kn. Ulteriori informazioni possono essere trovate sul sito ufficiale: [www.aquaparkadamovec.hr](http://www.aquaparkadamovec.hr)

Distanza da Zagabria: 28 km

Indirizzo: Dragutina Domjanića 39, 10363, Adamovec

Telefono: +385 1 2043 014

E-mail: [info@aquaparkadamovec.hr](mailto:info@aquaparkadamovec.hr)



## TERME SAN MARTIN

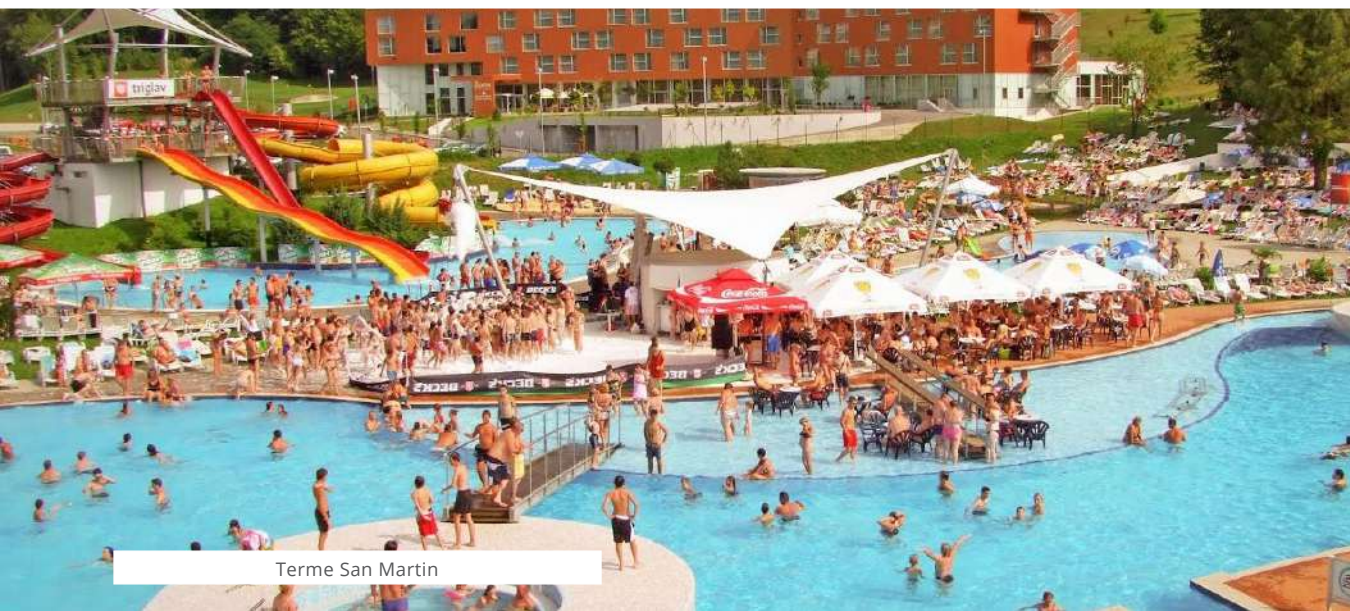
Spa con più di 100 anni di tradizione nel settore del turismo termale. Dispone di strutture per il benessere indimenticabili e offre una ricca gamma di trattamenti per professionisti e dilettanti atleti. I prezzi possono essere trovati sul sito ufficiale: [www.spa-sport.hr](http://www.spa-sport.hr)

Distanza da Zagabria: 114 km

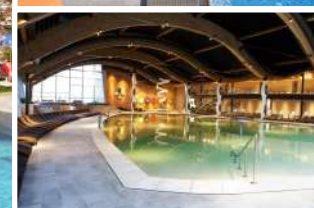
Indirizzo: Izvorska 3, 40313, Sveti Martin na Muri

Telefono: 040 371 111

E-mail: [info@termesvetimartin.com](mailto:info@termesvetimartin.com)



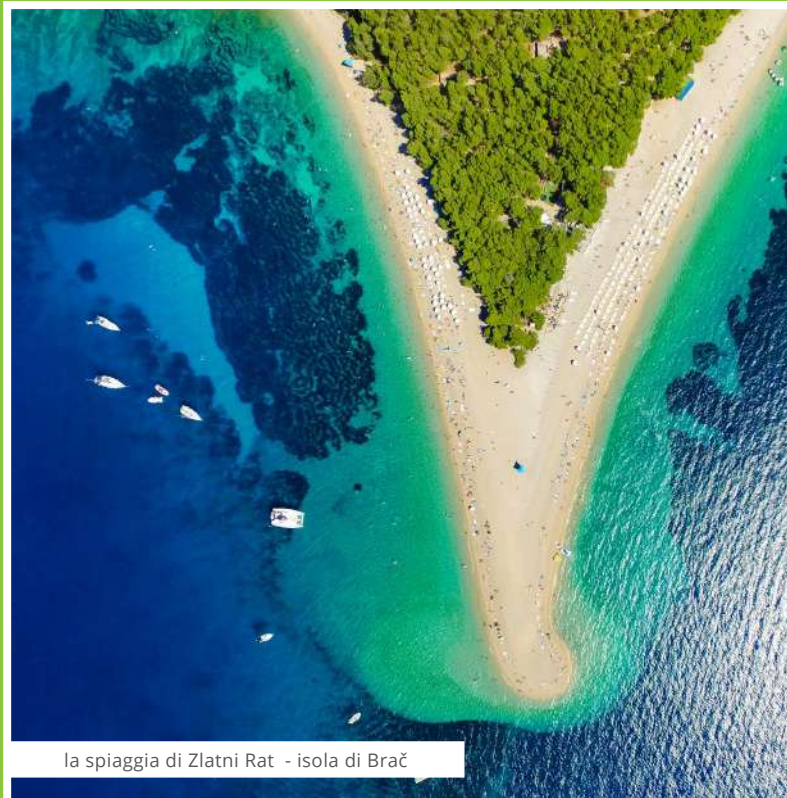
Terme San Martin



# CROAZIA IN GENERALE

## CROAZIA - PAESE CON PIÙ DI 1000 ISOLE

Ospitalità, prezzi ragionevoli, mare caldo, limpido e azzurro, belle città, villaggi idillici, parchi nazionali indimenticabili, sole, cibo e bevande eccellenti e deliziosi, intrattenimento e tante altre cose sono il motivo sufficiente per visitare il nostro bel paese.

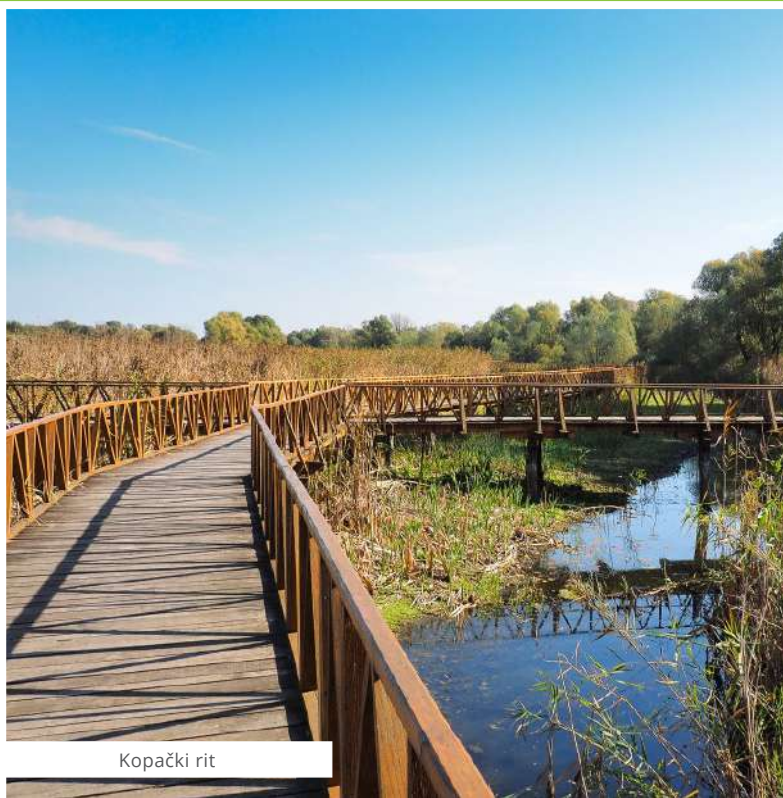






La Croazia si estende dalle pendici delle Alpi Giulie nel nord-ovest e dalla pianura pannonica ad est, sopra la montagna Dinara nella parte centrale fino alla costa adriatica al sud.

La Croazia è situata a nord del parallelo di latitudine nord 45°, che si trova nella parte centrale dell'emisfero settentrionale. La forma specifica del territorio rende la Croazia riconoscibile. I paesi confinanti sono Bosnia-Erzegovina, Italia, Montenegro, Ungheria, Serbia e Slovenia.



Kopački rit

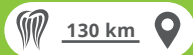


città vecchia di Varazdin

# PARCHI NAZIONALI

## PN DEI LAGHI DI PLITVICE

Il parco Nazionale dei Laghi di Plitvice si trova a metà strada tra Zagabria e Zara. Sopra i laghi troviamo le foreste fitte di abeti e faggi che formano l'habitat ideale per cervi, lupi, linci ed orsi bruni.



PN dei laghi di Plitvice



PN Paklenica



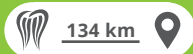
## PN PAKLENICA

Splendide gole Mala e Velika Paklenica rimangono impresse per sempre nella memoria.

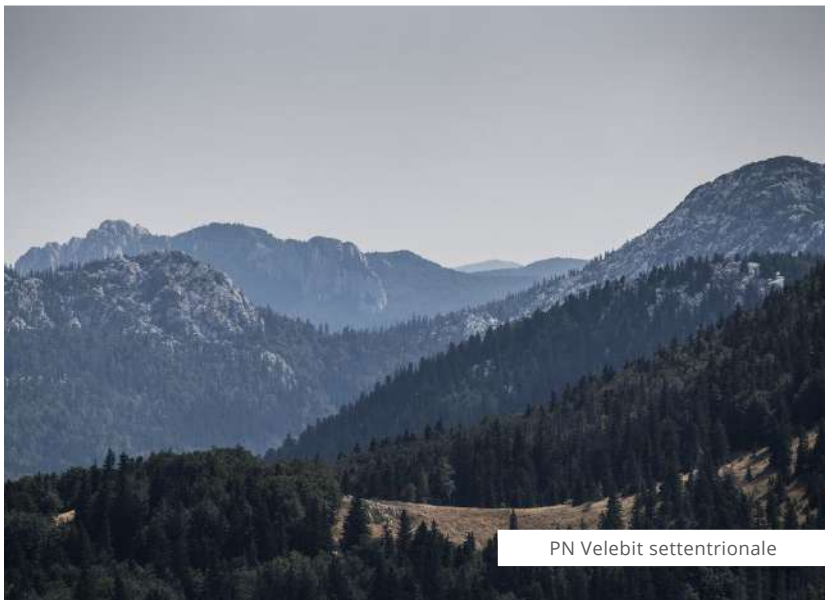


## PN RISNJAK

Il Parco si trova nella parte nord-occidentale della regione di Gorski kotar, vicino alla città di Fiume ed è raggiungibile in macchina, seguendo l'autostrada A6 Fiume-Zagabria. È necessario vestirsi adeguatamente, portarsi l'acqua e il cibo e seguire i sentieri segnati. Inoltre, bisogna prestare attenzione alle previsioni del tempo.



PN Risnjak



PN Velebit settentrionale



## PN VELEBIT SETTENTRIONALE

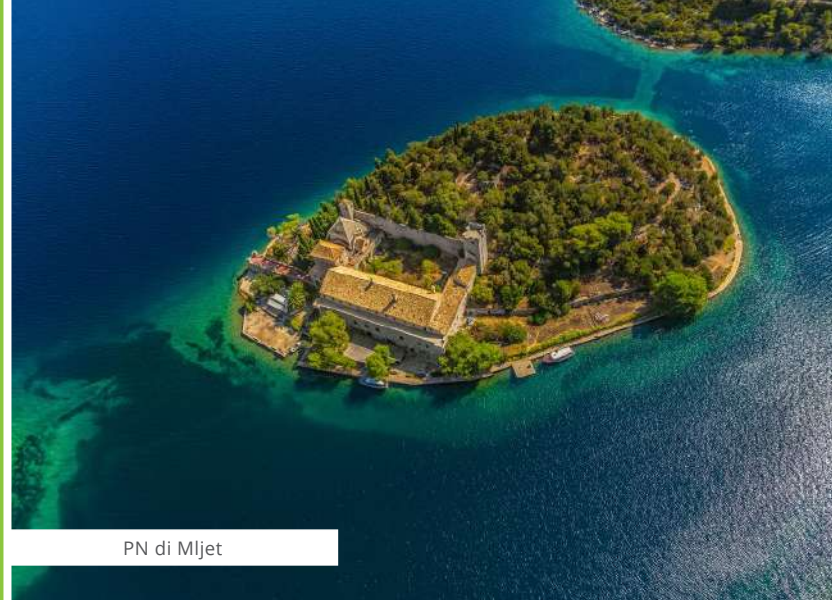
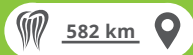
Il Parco nazionale Velebit settentrionale è una parte della montagna Velebit, riconoscibile per la sua biodiversità naturale conservata e per la possibilità di vedere i luoghi selvaggi autentici.



## PN DI MLJET

Dal punto di vista naturale, la parte più bella di Mljet è la zona nord-occidentale, il parco nazionale che occupa un terzo di territorio dell'isola.

I laghi nel parco possono essere esplorati a piedi o in bicicletta, percorrendo i sentieri ombreggiati che li costeggiano, oppure in canoa.



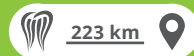
PN di Mljet



PN Kornati

## PN KORNATI

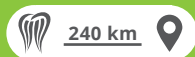
Nella zona del Parco Nazionale vi sono otto sentieri per trekking, dotati di segnalazione, che conducono a punti con viste panoramiche, dai quali è possibile vedere le Incoronate nel loro insieme. Formano il gruppo di isole più frastagliato del Mediterraneo.





## PN BRIONI

Isole di Brioni sono state create dopo la separazione della campania istriana. Per la loro vegetazione sono considerate particolari e preziose.



PN Brioni



PN Krka



## PN KRKA

Il Parco nazionale Krka è uno dei luoghi che assolutamente dovrete visitare, mentre in vacanza in Croazia. Qui troverete la natura bellissima di Skradinski buk, la cascata di Roški slap e la piccola isola di Visovac.



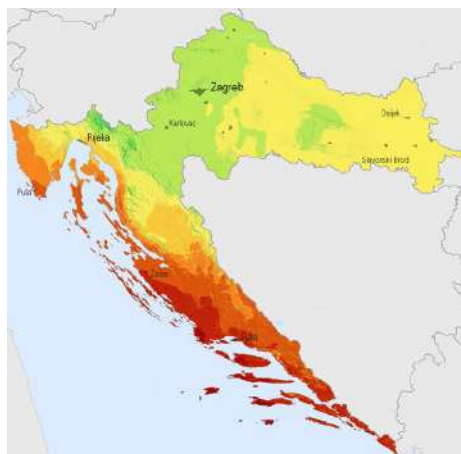
Maggiori informazioni sul viaggio per i parchi nazionali potete leggerli qui [www.parkovihrvatske.hr](http://www.parkovihrvatske.hr)



# CLIMA IN CROAZIA

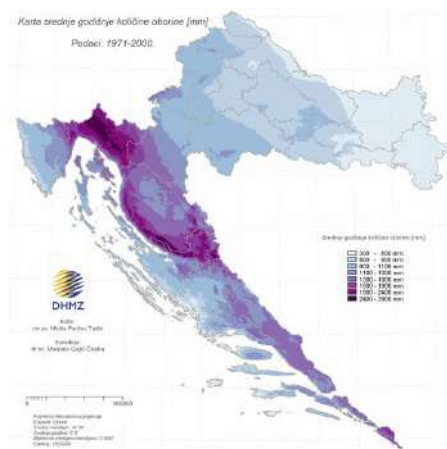
In Croazia prevale il clima moderato tutte le quattro stagioni sono espresse bene. L'estate è calda, i freddi invernali estremi sono rari, e quando appaiono, durano per un breve periodo, mentre la primavera e l'autunno sono stagioni piacevoli.

## Temperatura media



Gennaio	-0.3
Febbraio	1.8
Marzo	6.3
Aprile	11.3
Maggio	16.1
Giugno	19.5
Luglio	21.2
Agosto	20.4
Settembre	16.0
Ottobre	10.8
Novembre	5.7
Dicembre	1.2

## Precipitazioni (mm)



Gennaio	47.1
Febbraio	40.4
Marzo	51.0
Aprile	62.5
Maggio	76.3
Giugno	96.4
Luglio	80.7
Agosto	87.6
Settembre	86.4
Ottobre	73.6
Novembre	81.6
Dicembre	64.7

Maggiori informazioni sulle previsioni del tempo potete trovare sul sito [www.meteo.hr](http://www.meteo.hr)

## COME VESTIRSI PER OGNI STAGIONE

Siccome in Croazia c'è un clima continentale, l'estate è molto calda e le temperature possono raggiungere 35 gradi Celsius. D'inverno fa freddo ed è raccomandato vestirsi a strati. In autunno dovrete contare sulle precipitazioni frequenti in termini di pioggia.

## AVVERTENZA PER L'ESTATE E RADIAZIONI UV

I mesi estivi tendono ad essere abbastanza caldi e per proteggervi dai raggi UV dannosi, consigliamo di utilizzare la protezione solare capelli per coprire la testa e occhiali da sole.

## ALLERGIE

L'allergia che più comunemente colpisce gli abitanti della Croazia è l'allergia al polline e si stima che ne soffre 7 al 10% di popolazione totale. Nella parte continentale della Croazia, che comprende anche la città di Zagabria, nei mesi primaverili l'allergene più forte sono le nocchie e betulle. Nel mese di maggio inizia la fioritura di erba, mentre gli allergeni estivi tardivi sono polline di varie erbacce, in particolare l'ambrosia.

Come aiutare se stessi:

- tenere le finestre chiuse nel periodo della fioritura di piante,
- evitare la permanenza e l'attività fisica nella zona di vegetazione fitta durante la concentrazione alta di polline nell'aria (dalle 5 alle 10 di mattina),
- evitare la ventilazione dei locali in mattina, quando la concentrazione di polline è più alta,
- è utile accendere l'aria condizionata, perché riduce la quantità di polline fino al 90%,
- non trascorrere il tempo all'aperto nel tardo pomeriggio o la sera,
- nelle giornate secche e ventose, ridurre le gite fuori casa o appartamento al minimo possibile.



# COSTUMI SOCIALI



Fumare è generalmente accettabile, tranne nei mezzi di trasporto pubblico e nella maggior parte di istituzioni pubbliche. In alcuni ristoranti sono state introdotte le aree per non fumatori.



Per legge, i cani per strada devono essere tenuti al guinzaglio. Escremento dei cani deve essere raccolto in sacchetto di plastica e poi gettato in un cestino più vicino.



Prendere il sole in topless è accettabile in tutte le spiagge, ma il nudismo è consentito solo in aree appositamente designate. Naturalmente, sulla nostra costa è sempre possibile trovare la spiaggia isolata.



Negozi e punti di vendita in Croazia regolarmente sono aperti dalle 8 alle 20 di sera, e la domenica e i giorni festivi fino alle 14, salvo eccezioni.



La gente normalmente si stringe la mano quando si incontra.

## VACANZE IN CROAZIA

- 01. 01. Capodanno
- 06. 01. Epifania
- 21. 04. Festa di Pasqua
- 22. 04. Pasquetta
- 01. 05. Festa del Lavoro
- 20. 06. La festa del Corpus Domini
- 22. 06. Giorno della lotta antifascista
- 25. 06. Festa della Repubblica
- 05. 08. Festa del ringraziamento alla patria
- 15. 08. Assunzione
- 08. 10. Giorno dell'indipendenza
- 01. 11. Ognisanti
- 25. 12. Natale
- 26. 12. Festa di San Stefano

# DIZIONARIO

## FRASI UTILI

- Ciao! - **Bok!**
- Benvenuti! - **Dobrodošli!**
- Buongiorno - **Dobar dan**
- Buonasera - **Dobra večer**
- Buona notte - **Laku noć**
- Arrivederci! - **Doviđenja!**

- Come sta? (formale) - **Kako ste?**
- Come stai? (informale) - **Kako si?**
- Bene, grazie - **Dobro sam, hvala**
- Che ore sono? - **Koliko je sati?**
- Come ti chiami? (informale) - **Kako se zoveš?**
- Come si chiama? (formale) - **Kako se zovete?**
- Mi chiamo... - **Zovem se ...**
- Piacere - **Drago mi je**
- Da dove viene? (formale) - **Odakle ste?**
- Di dove sei? - **Odakle si?**

## PAROLE CORTESI IN CROATO

- Scusi! - **Oprostite! / Ispričavam se! / Žao mi je.**
- Prego - **Molim**
- Prego - **Izvoli**
- Grazie - **Hvala**
- Di niente - **Nema na čemu**

- Evviva - **Živjeli! / Uzdravlje!**
- Buon appetito - **Dobar tek!**
- Buon viaggio - **Sretan put!**
- Capisco - **Razumijem**
- Non capisco - **Ne razumijem**
- Sì - **Da**
- No - **Ne**
- Non lo so - **Ne znam**
- Quanto costa questo? - **Koliko ovo košta?**
- Dov'è il bagno? - **Gdje je toalet?**

# L'ENTE NAZIONALE PER IL TURISMO

---

L'ente nazionale per il turismo è stato fondato per creare e promuovere l'identità e la reputazione del turismo in Croazia. I suoi compiti sono la pianificazione e l'attuazione della strategia dell'ente, la concezione della sua promozione, la realizzazione di attività di promozione nel paese e all'estero di interesse comune per tutti gli operatori del settore del turismo, e migliorare l'offerta completa del turismo croato.

I suoi compiti principali sono:

- il consolidamento dell'offerta turistica complessiva della Croazia
- il rinnovo di attività d'informazione generali e turistiche
- la preparazione di piani e programmi per promuovere il prodotto turistico croato

Più informazioni potete trovare sul sito: [www.croatia.hr](http://www.croatia.hr)



# L'ENTE PER IL TURISMO DELLA CITTÀ DI ZAGABRIA

---

Il capo dell'ente per il turismo della città di Zagabria è il sindaco di Zagabria. L'ente è stato fondato il 29 aprile 1992, conformemente con la legge sul turismo. Sul loro sito web è possibile trovare tutte le informazioni inerenti al quadro legislativo, i piani e controllare le notizie e tutte le altre attività.

Più informazioni potete trovare sul sito: [www.tzgz.hr](http://www.tzgz.hr)



# INFORMAZIONI UTILI

## VALUTA

La moneta ufficiale in Croazia dal 1994 è KUNA CROATA e si utilizza come mezzo di pagamento.

Banconote sono disponibili in tagli da 10, 20, 50, 100, 200, 500 e 1000kn.

Le monete sono disponibili in tagli da 1lp, 2lp, 5lp, 10lp, 20lp, 50lp, 1kn, 2kn, 5kn.

**Rapporto di Kuna e Euro:**  
**1€ = 7,4 - 7,6 HRK**



## CAMBIO VALUTE

I soldi possono essere cambiati nelle banche, uffici postali e uffici di cambio.

Vicino al Policlinico ARENA, all'indirizzo Karlovacka cesta 101, si trova un ufficio di cambiavalute con il cambio favorevole, e anche al primo piano di Shopping Centar Arena.

## CARTE DI CREDITO

Dispositivi POS e sportelli bancomat accettano le carte bancarie di queste società.



**IMPORTANTE!** Prelievi di contanti tramite ATM è possibile con il 5000kn (650 €) limite a giorno.



## INTERNET



Nella maggior parte di bar e ristoranti si può trovare la connessione Wi-Fi, lo stesso vale per gli appartamenti del Policlinico ARENA.

## ROAMING



Il 16 giugno 2017 è stato abolito il roaming all'interno dell'Unione Europea. In base a questa decisione, tutti i cittadini dell'UE possono utilizzare il proprio cellulare all'estero a prezzi che sono già stati concordati nel loro paese.

## OPERATORI CELLULARI



In Croazia ci sono tre operatori con la propria infrastruttura. Si tratta di T-Mobile, A1 e Tele2.

## M - PARKING



Parcheggio a Zagabria è possibile pagarlo con le monete nella macchinetta ma anche attraverso gli SMS, inserendo la targa inviandoli al numero di: **I. Zona** / n 700.101 - 12 kn/h, **II. Zona** / no. 700.102 - 5kn/h, **III. Zona** / no. 700.103 - 2 kn/h, **IV. Zona** / no. 700.104-10 kn/giorno.

# EMERGENZE

**192 - POLIZIA**

**193 - VIGILI DEL FUOCO**

**194 - AMBULANZA**

**195 - SALVATAGGIO IN MARE**

**1987 - AUTOMOBILE CLUB DI CROAZIA**



## BCHIAMATE IL NUMERO 112 SE SI DISPONE URGENTEMENTE:

- assistenza medica di emergenza
- aiuto di vigili del fuoco
- aiuto di polizia
- aiuto di soccorso in montagna
- assistenza di altri servizi di emergenza e le forze operative di protezione e di salvataggio.

## QUANDO CHIAMATE 112, DITE:

- che cosa è successo • dove è accaduto • quando è successo • quante vittime ci sono • che tipo di aiuto è necessario • chi chiama •

Maggiori informazioni possono essere trovate sul: [www.duzs.hr](http://www.duzs.hr)

**NUMERO 112** potete chiamare in qualsiasi momento, giorno o notte, a prescindere dove siete in Croazia. La telefonata è gratuita e si può fare attraverso tutte le reti mobili e fisse e con tutti i telefoni semplicemente componendo 112.

L'operatore che riceve la chiamata tempestivamente informerà il professionista e territoriali pertinenti servizi di emergenza e di ispezione che aiuteranno ad ognuno, prendendo le misure di protezione.

## O SE NOTATE:

- fuoco
- fuoriuscita di materiali pericolosi,
- l'inquinamento di acqua potabile, ruscelli, fiumi o mare
- altri fenomeni che costituiscono una minaccia per la vita umana o la salute di animali o mettono in pericolo proprietà, ambiente e beni culturali.

# ITALIA A ZAGABRIA

---

## ISTITUTO ITALIANO DI CULTURA

Indirizzo: Preobraženska 4, 10000 Zagabria

Ms. STEFANIA DEL BRAVO, Direttore

Telefono: +385 1 48 30 208

+385 1 48 30 207

E-mail: [iiczagabria@esteri.it](mailto:iiczagabria@esteri.it)

[www.iiczagabria.esteri.it](http://www.iiczagabria.esteri.it)

## AMBASCIATA D'ITALIA

Indirizzo: via Meduliceva 22, 10000 Zagabria

Sg. ADRIANO CHIODI CIANFARANI,  
Ambasciatore straordinario e plenipotenziario

Telefono: +385 1 48 46 386

Consolato: +385 1 48 46 238

E-mail: [amb.zagabria@esteri.it](mailto:amb.zagabria@esteri.it), [consolare.ambzagabria@esteri.it](mailto:consolare.ambzagabria@esteri.it)

[www.ambzagabria.esteri.it](http://www.ambzagabria.esteri.it)



# CONTATTI

## CENTRO DI SUPPORTO

per fissare un appuntamento contattateci al:

**800 722 070**

### EMERGENZE

Per tutte le informazioni che riguardano gli interventi, La preghiamo di contattarci al numero:

**+385 91 22 44 156**

### TRASPORTO E ALLOGGIO

Per quanto riguarda l'alloggio e trasporto, La preghiamo di contattarci al numero:

**+385 91 2244 000**



**“Saremo lieti di aiutarvi ad organizzare la vostra visita nel Policlinico ARENA.”**

**“Siamo a vostra disposizione per tutte le informazioni.”**

**Indirizzo**

Remetinecki gaj 2k, 10 020 Zagabria

**E-mail**

info@arenapoliclinico.it

**Orari di lavoro**

lun-ven 7:00 - 21:00

**Web**

www.arenapoliclinico.it

**Numero verde**

800 722 070

**Facebook**

www.facebook.com/ArenaPoliclinico

**Whatsapp / Viber**

+39 347 675 2570

**Instagram**

arenapoliclinico





Numero verde 800 722 070



Whatsapp / Viber +39 347 675 2570



Remetinecki gaj 2k, 10 020 Zagabria



info@arenapoliclinico.it



www.arenapoliclinico.it