Carnet de voyage

Sud Sardegna

CARNET DE VOYAGE

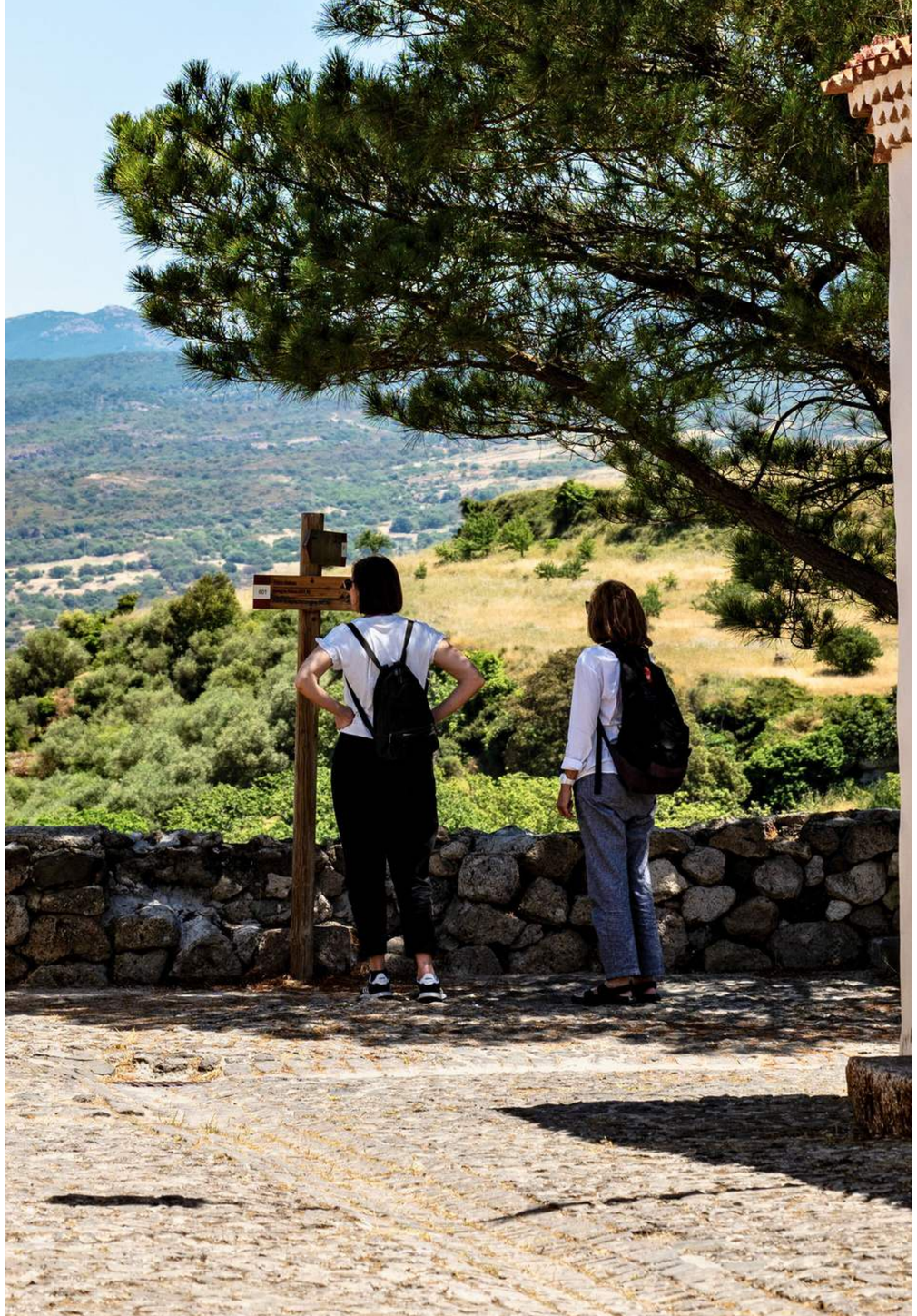
WORKSHOP DI FOTOGRAFIA LENTA E CIANOTIPIA NELLE TERRE SILENZIOSE

Immergiti nel cuore della Sardegna, un'isola incantevole dove il tempo sembra sospeso. Tra paesaggi mozzafiato, borghi autentici e tradizioni ancestrali, rt1oi ò diario di viaggio personale per catturare l'essenza di ogni momento vissuto. **OraBluLab** ti invita a vivere un soggiorno unico, pensato per chi desidera scoprire la bellezza dell'isola in modo lento, sensibile e creativo, soggiornando in affascinanti hotel.
Non è necessaria alcuna esperienza in fotografia: questo viaggio è aperto a tutti, tti, principianti e appassionati. L'importante non è la tecnica, ma lo sguardo personale e il piacere di esplorare.

Il diario di viaggio è l'arte di raccontare un luogo attraverso immagini e parole, trasformando le emozioni in ricordi visivi. Insieme, interpreteremo la Sardegna in modo libero e creativo, per costruire una storia intima e autentica.
Il soggiorno alterna visite, passeggiate, momenti di osservazione, scatti e scoperta di un'antica e affascinante tecnica fotografica: **il cianotipo.**

Questa antica tecnica artigianale ti permetterà di creare un racconto visivo poetico e unico.

Sarai accompagnato passo dopo passo da Massimiliano, fotografo professionista, ed Eva, specialista di cianotopia vegetale, che ti guideranno con semplicità e gentilezza durante tutta l'esperienza.



PERCHÉ CONDIVIDERE L’AVVENTURA CON NOI?

Scoprite la Sardegna autentica, i suoi paesaggi incontaminati e i suoi siti archeologici di grande interesse, lontano dai consueti itinerari turistici.
Questo stage vi propone di sviluppare il vostro sguardo artistico e narrativo in un contesto stimolante, accompagnati da esperti. Attraverso la fotografia, la scrittura e l’osservazione, esplorerete il potenziale dell’immagine come punto di partenza per storie e racconti.
Stimolerete i vostri cinque sensi, imparerete a osservare il mondo con maggiore attenzione e a cogliere i dettagli, i colori, i profumi e le atmosfere che rendono unico ogni luogo.
Un’esperienza umana e creativa per riconnettersi con se stessi e con gli altri, condividere momenti privilegiati e realizzare un carnet di viaggio personale composto da fotografie, parole, piante raccolte e impronte del sole.

I punti di forza dello stage
Piccolo gruppo da 4 a 8 partecipanti
Sistemazione di charme, ideale per il riposo e l’ispirazione
Accompagnamento personalizzato da parte di due esperti (francese/italiano)
Analisi e confronto sulle fotografie di ogni partecipante
Scoperta di luoghi autentici della Sardegna, lontano dalla folla
Accessibile a tutti: principianti, appassionati di fotografia o semplici utenti di smartphone

Il fotografo
Il workshop è condotto da Massimiliano Marraffa, fotografo e fondatore di Orablulab.
Laureato in arte, filosofia ed estetica a Parigi, sviluppa un approccio che unisce fotografia, viaggio e narrazione.
Più che un apprendimento tecnico, accompagna i partecipanti nello sviluppo di uno sguardo personale, sensibile e consapevole.
Il suo approccio è ludico, intuitivo e accessibile a tutti. La fotografia diventa così un linguaggio per entrare in relazione con i luoghi, coglierne l’atmosfera e costruire una memoria visiva autentica.

ITINERARIO

GIORNO 1 _ SITO ARCHEOLOGICO DI NORA

Tema: entrare nella magia del luogo

Trasferimento dall’aeroporto di Cagliari a Gli Orti di Nora: circa 45 minuti.
Accoglienza in hotel e sistemazione nelle camere.

Nel pomeriggio, passeggiata introduttiva lungo la spiaggia di Nora e visita del sito archeologico:
camminata lenta tra spiaggia, rovine e vegetazione;
prime fotografie;
raccolta di elementi naturali.

Il tramonto segna un primo momento di profonda immersione: la luce radente sulle pietre antiche crea un’atmosfera sospesa.

Cena conviviale e presentazione del workshop in hotel.

GIORNO 2 _ CAGLIARI, UNA CITTÀ STRATIFICATA

Tema: la città come paesaggio emotivo

Cagliari è una città complessa e stratificata, dove convivono il mare, le colline, i quartieri storici e gli spazi archeologici.
Non è una città “da cartolina”, ma una città da esplorare lentamente.

Mattina – la città nascosta
Esplorazione di zone poco turistiche:
Stampace: vicoli stretti, ombre profonde, texture urbane;
Necropoli di Tuvixeddu, sospesa tra città e natura;
Orto Botanico di Cagliari: un microcosmo vegetale con tracce romane e atmosfere tranquille.

Pranzo tipico da Sa Domu Sarda, cucina tradizionale e condivisione delle prime impressioni.

Pomeriggio – la città alta
Quartiere di Castello: pietra chiara, vicoli verticali, silenzi sospesi;
Bastione di Saint-Rémy: uno dei punti panoramici più emblematici della città.
Il tramonto è qui un momento chiave: la città si apre sul mare e la luce diventa narrativa.

Rientro in hotel (circa 45 minuti) e cena libera.

GIORNO 3 _ DA NORA A CHIA

Tema: paesaggio mediterraneo e mare

Giornata di escursione a piedi su un’antica strada romana.
Camminata facile, circa 5 km, 3 ore

Passeggiata panoramica lungo la costa verso la zona di Bithia, antico insediamento fenicio situato vicino a Chia.
Questo sentiero permette di osservare la macchia mediterranea, ascoltare il rumore del mare e raccogliere piccoli elementi naturali che arricchiranno il nostro carnet di viaggio.
Il percorso tra Nora e Chia è breve ma estremamente spettacolare: uno dei paesaggi costieri più belli del sud della Sardegna, dove la strada stessa diventa parte integrante dell’esperienza fotografica.
Il paesaggio cambia continuamente: mare aperto, pinete, torri costiere e lagune.
Camminata facile di 6 km, circa 3 ore, per vivere un’esperienza sensoriale completa.

Tra le piante più comuni:
mirto;
lentisco;
rosmarino selvatico;
ginepro;
cisto;
corbezzolo.

Durante le giornate calde, quando soffia il maestrale, l’aria si riempie di profumi intensi e balsamici: note resinose, aromatiche e iodate che mescolano essenze vegetali e odore del mare. Questi aromi accompagnano la camminata e diventano parte integrante dell’esperienza sensoriale e del racconto fotografico.

(Accompagnati da una guida.)
Pranzo al sacco.
Rientro in hotel (circa 35 minuti) e cena libera.

GIORNO 4 _ LABORATORIO DI CUCINA E RELAX

Mattina - Corso di cucina locale a Pula (facoltativo)

Al BB 1987 Pula Cooking Class saremo accolti in una tipica casa campidanese e guidati nella preparazione dei ravioli sardi e dei culurgiones, secondo ricette tramandate di generazione in generazione.
L'attività dura circa quattro ore e si conclude con la degustazione dei piatti preparati.

Pomeriggio
Tempo libero.
Lavoro personale: supporto nella realizzazione del carnet di viaggio.

Cena libera.

GIORNO 5 _ SAN SPERATE E BARUMINI

Tema: arte e radici profonde

Mattina – San Sperate, un museo a cielo aperto.

I muri raccontano storie attraverso gli affreschi murali: colori intensi, narrazione sociale, arte diffusa nello spazio quotidiano.
È un luogo ideale per lavorare sulla relazione tra fotografia e arte pubblica.

Visita al Giardino sonoro di Pinuccio Sciola.

Pranzo al sacco.

Pomeriggio – Barumini

Su Nuraxi di Barumini è uno dei siti archeologici più importanti del Mediterraneo.
Qui la pietra diventa struttura, sistema, memoria collettiva.
Il nuraghe è imponente, quasi geometrico, e invita a una fotografia più contemplativa e architettonica.

Spostamenti:
hotel → San Sperate: circa 1 ora;
San Sperate → Barumini: circa 45 minuti;
Barumini → hotel: circa 1 ora e 30 minuti.

Rientro in hotel e cena libera.

GIORNO 6 _ CARNET DE VOYAGE

Tema: costruire il racconto
L’ultima giornata è dedicata alla sintesi e al tempo libero.

Lavoro su la selezione delle immagini;

l’integrazione dei materiali raccolti (fiori, appunti).

Ogni partecipante costruisce il proprio racconto visivo della Sardegna: non un portfolio tecnico, ma una memoria sensoriale.
La giornata si conclude con una presentazione collettiva e una cena finale.

La mattina, dopo la colazione e prima del trasferimento all’aeroporto per il volo di ritorno in Francia, ci sarà un momento tranquillo dedicato alla finalizzazione del vostro carnet di viaggio.

Accompagnati dal fotografo, sarete guidati passo dopo passo nella selezione delle immagini, nell’organizzazione dei ricordi, nell’impaginazione e nella creazione del vostro racconto personale. Questo momento di scambio e di creazione vi permetterà di raccogliere tutte le vostre esperienze e di ripartire con un carnet completo, pronto per essere portato con voi come memoria viva del vostro soggiorno.

CARNET DE VOYAGE

A PARTIRE DA 4 PERSONE

MASSIMO 8 PARTECIPANTI

PERIODO: DA MARZO A OTTOBRE 2026

RICHIEDICI UN PREVENTIVO PERSONALIZZATO

INFO@ORABLULAB.IT

+39 3450244524

+33 673976198

ORABLULAB.IT

IL CARNET DE VOYAGE è realizzato da ORABLULAB in collaborazione con SET e CCN Cagliari Centro Storico

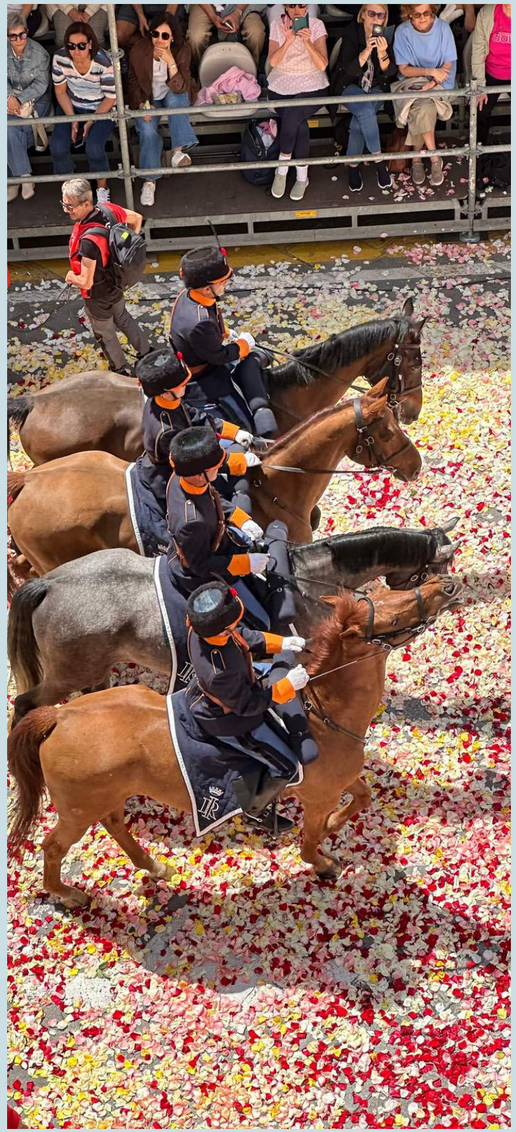
OraBluLab è uno studio fotografico specializzato nelle antiche tecniche di stampa, in particolare nella cianotipia dalle caratteristiche tonalità blu. Ogni stampa è realizzata a mano, rendendola un pezzo unico.

Ispirato alla filosofia della fotografia slow, OraBluLab invita a rallentare, osservare e creare con attenzione, restituendo al tempo e al gesto artigianale tutto il loro valore.

Lo studio propone workshop immersivi in italiano, inglese e francese, permettendo di scoprire la fotografia lenta e la cianotipia in contesti naturali e culturali unici, nel cuore della Sardegna.

info@orablulab.it
+39 3450244524
+33 673976198
orablulab.it

orablulab



SET – Sardinia Experience Tourism sviluppa un turismo lento e responsabile, valorizzando borghi, produttori e tradizioni locali.

- **Il Consorzio Cagliari Centro Storico, ambasciatore del patrimonio vivo del centro storico di Cagliari, per scoprire l'anima di questa città, tra patrimonio, gastronomia, artigianato e vita culturale.**

SET
Sardinia Experience Tourism

Il Centro Commerciale Naturale Consorzio Cagliari Centro Storico, ambasciatore del patrimonio vivo del centro storico di Cagliari, per scoprire l'anima di questa città, tra patrimonio, gastronomia, artigianato e vita culturale.

consorzio
CAGLIARI
Centro Storico
centro commerciale naturale