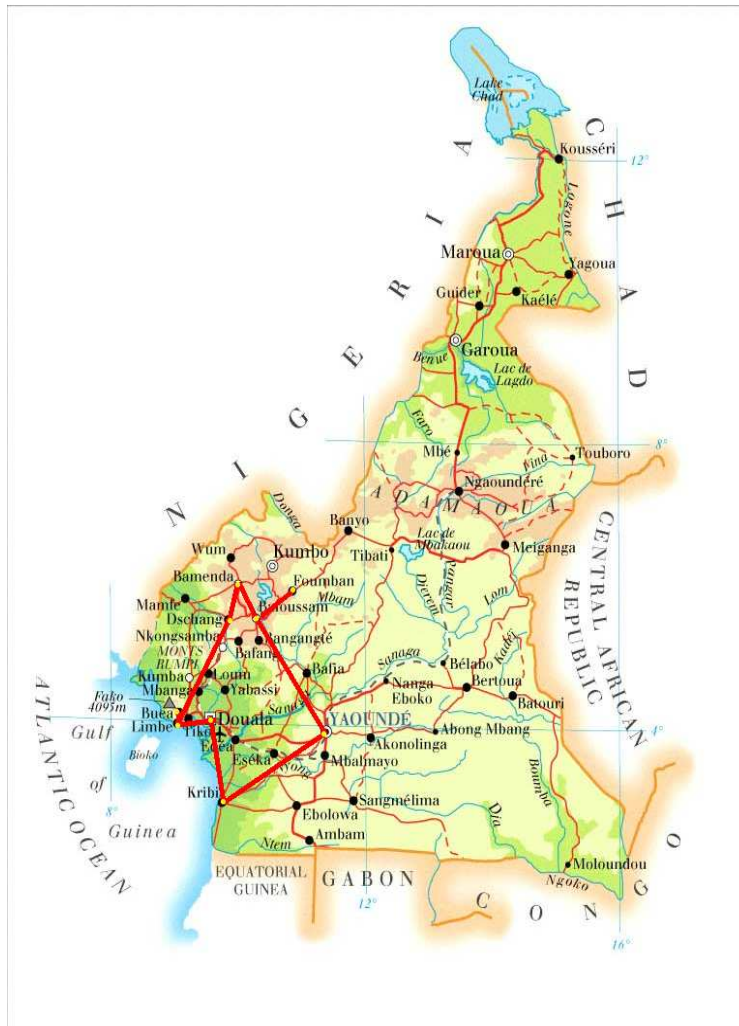




CAMERUN del Sud-Ovest

In collaborazione con CEPAD (Centro per l'educazione Popolare ed Animazione e Sviluppo), Ong camerunese che si occupa del turismo responsabile sul territorio nazionale.

C
A
M
E
R
U
N



FINALITA' DEL VIAGGIO:

Il viaggio, come qualsiasi viaggio di turismo responsabile, si ispira a principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza, incontro. E' importante essere consapevoli che un viaggio di questo tipo ha delle valenze ulteriori al mero "fare turismo". Innanzitutto vuole essere un modo per rilanciare realmente le economie locali dei paesi di destinazione, sviluppando un settore importante come quello turistico, trasmettendo professionalità alle associazioni con cui si collabora e lasciando la maggior parte dei profitti alle popolazioni locali, a differenza di un turismo di massa che esporta la quasi totalità della spesa turistica. In secondo luogo pone l'incontro con le popolazioni locali come momento centrale dell'esperienza turistica rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di confronto tra diverse culture, di conoscenza di un altro popolo, delle sue tradizioni, dei suoi usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale. Infine vuole essere una possibilità di capire realmente una cultura diversa dalla propria, entrando in contatto diretto con la realtà sociale di un paese, le sue difficoltà, i suoi drammi e le speranze di cambiamento.

Il valore di questa forma di turismo è dato dal fatto che le comunità visitate sono protagoniste della gestione del viaggio o di parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici derivanti da tale attività. Esse sono dunque nostri partner paritari sia nella gestione che nei risultati. Tutto questo naturalmente senza trascurare il lato più propriamente turistico dell'esperienza.

Questi viaggi generalmente sono caratterizzati dalla presenza di un accompagnatore che funge soprattutto da mediatore culturale e punto di riferimento per il gruppo, oltre che dall'utilizzo, per il pernottamento, di case private, ostelli, piccoli alberghi e accampamenti, cercando per quanto possibile sistemazioni accoglienti. Può capitare, soprattutto quando il viaggio prevede la permanenza di qualche giorno in comunità indigene, di pernottare in tenda o in accampamenti non sempre comodissimi: si richiede in questo caso un po' di spirito di adattamento che verrà comunque ricompensato dal valore dell'esperienza.

IL VIAGGIO:

Dire che il Camerun sia un'*Africa in miniatura* non è una propaganda ingannevole, ma la semplice verità. Basta guardare la sua forma triangolare, le sue diversità climatiche, la varietà dei suoi paesaggi, le sue 262 lingue, il mistero che avvolge le sue tradizioni e la molteplicità delle sue religioni. Il nord del paese offre dei deserti spettacolari e dei parchi ricchissimi. A sud, regna, come un monarca, la grande foresta equatoriale. Limbe e Kribi vi promettono delle splendide spiagge e delle mitiche cascate, raggiungibili in barca a monte del fiume Lobe. Il Botanic Garden, ai piedi del Mont Fako, attende i professionisti della fotografia. Oltre che offrirvi un panorama pittoresco, la catena montuosa dell'Ovest è l'epicentro delle tradizioni secolari e il nocciolo della magia. Tutto questo è avvalorato da una stabilità politica che in Africa è cosa rara.

Come fanno 262 culture a convivere così pacificamente in un piccolo triangolo di terra? "Non riesco veramente a capirlo" rispondeva un antropologo francese, meravigliato.

"Ma certo che hai capito!" replicò un operatore turistico camerunese. "Secondo me la tua è solo una gran voglia di tornare laggiù."...

PROGRAMMA DI VIAGGIO:

Il viaggio proposto è completamente via terra.

1° giorno:

Arrivo a Douala (capoluogo della Province du Littoral) e accoglienza da parte del Cepad. Partenza per Yaoundé, capitale del Camerun. Arrivo a Yaoundé, sistemazione in hotel. Dopo cena, presentazione del programma del soggiorno e pernottamento.

2° giorno:

Dopo colazione visita guidata della città in macchina. La giornata sarà dedicata anche alla visita di alcuni monumenti storici: Monumento della Riunificazione, Santuario Maria di Mvolye, Museo Nazionale (l'antica presidenza della Repubblica), Museo dei Benedettini, Monastero di Mont Mfebé...

Ritorno in hotel, cena e pernottamento.

3° giorno:

Colazione in Hotel. La mattina sarà dedicata alla visita dei centri sociali del Cepad (quello di Nkondengni e quello di Mvan).

Dopo pranzo partenza per Mbalmayo, una periferia di Yaoundé.

Si andrà a conoscere l'associazione COE (Centro Orientamento Educativo) ed il distretto sanitario della città.

Ritorno a Yaoundé e visita al *Marché central* (Mercato centrale di Yaoundé) e al mercato degli artisti.

Visita alla basilica di Mvolye, la più grande chiesa del Camerun.

Visita all'*Avenue Kennedy*, nota come viale degli artisti.

Ritorno in hotel, cena e pernottamento.

4° giorno: Yaoundé – Bafoussam (ca 350 km)

Colazione in hotel e partenza per la città di Bafoussam (capoluogo della Province de l'Ouest).

Lungo il tragitto, sosta al fiume Sanaga per ammirare i "pescatori di sabbia" (che procurano il materiale sabbioso poi usato nell'edilizia) e sosta al mercato alimentare di Makenene per comprare il pranzo.

Arrivo e sistemazione al centro CEPAD. Dopo il riposo, visita ai centri di animazione Cepad, chiacchierata con i ragazzi dei centri sulle loro attività. Cena e pernottamento al CEPAD.

5° giorno:

Colazione in hotel. Partenza per Foumban, la città dei Bamoun (l'etnia più famosa e più rinomata del paese, discendenti degli arabi). Lungo il tragitto sosta al mercato ortofrutticolo di Foumbot.

Arrivo a Foumban e visita alla "chefferie" (la reggia-museo riservata al capo ed al suo *entourage*) del "Foh" (ossia il capo della comunità che intermedia tra la popolazione, la tradizione e il potere amministrativo moderno). All'interno della *chefferie* conosceremo le sue molteplici mogli.

Pranzo al sacco e a seguire visita del museo d'arte e tradizione dove ci sono maschere, strumenti di guerra, ecc.

Visita anche al Njihom (quartiere degli artisti).

Ritorno a Bafoussam, cena e pernottamento al CEPAD.

6° giorno:

In mattinata visita ad gruppo di ragazzi impegnati nella lotta contro l'AIDS a Baham, in un ospedale creato dalle comunità locali.

Ritorno a Bafoussam e visita alla città.

Poi ritorno al CEPAD, cena e pernottamento.

7° giorno:

Colazione e partenza per Bamenda (capoluogo della Provincia di Nord-ovest, distante 70 km). Lungo il percorso, sosta per godere il panorama dal monte "Mechè" (circa 2.500 m di altezza) dal quale si ammira l'ingresso dalla città, situata alle sue pendici.

Sosta anche al mercato di Bouda per comprare il pranzo.

Arrivo, e sistemazione al *Baptist center* (centro Battista) e visita alla "prescraft" (Centro stampa locale) del progetto CES. Si prosegue per la città artigianale di Bali.

Ritorno al Baptist Center, cena e pernottamento.

8° giorno:

Colazione al Baptist Center. Partenza per Bamessing e visita ad una ditta di lavorazione della ceramica. Poi ritorno al Baptist Center di Bamenda. Dopo pranzo partenza per Dschang, città coloniale (distante circa 250 km).

Arrivo al bellissimo Centro Climatico, costruito nel 1942 per alloggiare i militari francesi dopo la seconda guerra mondiale.

Questo centro è situato in periferia, in un'area verde e tranquillissima.

9° giorno:

Visita al Centro Climatico (possibilità di bagno in piscina). Dopo pranzo, visita al famosissimo "Ndiah Mbin" (angolo degli artigiani) e alle cascate "Mami Wata" (cascate mistiche secondo l'immaginario locale). Dopo pranzo visita al CIBAEVA, una organizzazione locale che si occupa di bambini vulnerabili (invalidi, orfani e non solo).

Questa associazione è una filiale di Protec, un'associazione nata recentemente in Camerun e che si occupa anche dello sviluppo del turismo responsabile e dell'uguaglianza tra i giovani.

Chiacchierata con uno dei responsabili del centro.

Dopo eventuale passeggiata in città, ritorno in albergo e pernottamento.

10° giorno:

Partenza per Limbe (circa 350 km). Lungo il tragitto, sosta alla *Falaise de Foreke* da dove si ha una bellissima vista della città di Santchou, residenza dell'etnia "Mbos".

Successivamente, se ci sarà tempo, si potrà visitare una riserva di elefanti e, sempre lungo il percorso, visita alla "*Bananeraie*" (campo di banane) di Djombe, al campo di caffè di Kong ed

al campo di ananas della stessa città (distante circa 80 km dal punto di partenza). Sosta anche alla *boulangerie* (panificio) per comprare il pranzo.
Arrivo a Limbe, cena e pernottamento in hotel.

11° giorno:

Colazione in hotel. Visita al *Botanic Garden*, opera tedesca, ed eventualmente alla pescheria della località. Il resto della giornata è dedicato al relax al mare.

Ritorno in hotel, cena e pernottamento.

12° giorno:

Partenza per Buea, capoluogo della *Province du Sud-ouest* e prima capitale del Camerun (fino al 1914), (circa 100 km). La città si trova ai piedi della più alta montagna del paese (4100 m). Possibilità di fare piccoli trekking o di assistere alle gare di corsa qui frequentemente organizzate (soprattutto nei periodi di febbraio).

Pranzo al sacco.

Visita al *Old Secretary Bulding*, casa dove vissero Alfer Saker e Bismack (i primi colonizzatori missionari in Camerun). Percorrendo la "route du Thé" si ritorna a Limbe.

Cena e pernottamento in hotel.

13° giorno:

Partenza per Douala (90 km). Visita alla *Fresh Soap*, un centro di fabbricazione del Sapone dell'Associazione Protec, già menzionata sopra. Chiacchierata con il responsabile Dott. Atsagou Zaché. Nel pomeriggio piccoli acquisti in città e partenza per Kribi. Pernottamento in hotel.

14° giorno:

Visita di Kribi (capoluogo della *Province du Sud*), città situata sulla costa atlantica (a ca. 100 km). Mattinata di ristoro sulla splendida spiaggia D'Ebodje.

In serata rientro a Douala per la partenza per l'Italia.

Il programma di viaggio può subire variazioni sia per quanto riguarda gli incontri che l'itinerario. Tali modificazioni possono essere determinate dalla momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o da variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.

MODALITA' DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO:

Viaggio "pacchetto tutto compreso".

Il viaggio prevede la presenza di guide locali nelle varie tappe del viaggio.

La presenza dell'accompagnatore dall'Italia è garantita solo per gruppi di almeno 8 persone.

La particolarità del viaggio richiede una certa capacità di adattamento di fronte ad alcune situazioni che possono prevedere la mancanza di corrente elettrica. In alcune occasioni è previsto il pranzo al sacco.

COSTO DEL VIAGGIO A PERSONA

Calcolato su 2 partecipanti **€ 1.620 + volo aereo**

Calcolato su 4 partecipanti **€ 1.190 + volo aereo**

Calcolato su 6 partecipanti **€ 1.050 + volo aereo**

COSTO VOLO A PARTIRE DA € 600 a persona (tasse incluse)

La quota comprende:

- Tutti i pernottamenti
- Tutti i pasti
- Spostamenti interni e trasferte (autobus o 4x4, in base al numero di partecipanti)
- Compenso guida locale durante tutto il percorso
- Assicurazione medico-bagaglio
- Assicurazione contro annullamento del viaggio
- Materiale informativo prima del viaggio

La quota non comprende:

- Il visto d'ingresso (può essere fatto anche tramite Planet)
- Mance
- Tutto quanto non espressamente citato alla voce "la quota comprende"

La cifra stabilita prevede un certo tipo di vitto e alloggio e nel caso si desiderino delle sistemazioni diverse il maggior valore sarà a carico del cliente.

NUMERO MINIMO PARTECIPANTI: 2 persone

Il numero totale di partecipanti sarà reso noto a 20 giorni dalla partenza.

NOTIZIE UTILI

Capitale: Yaoundè (amministrativa).

Religione: cristiani 53%, musulmani 22%, animisti 15%

Lingua: francese e inglese (ufficiali), oltre 200 minoranze linguistiche (fra cui ewondo, douala, bamoun, tedesco...)

Moneta: Franco CFA

DOCUMENTI: Per i cittadini italiani è necessario il passaporto con almeno 6 mesi di validità e l'ottenimento di un visto di ingresso per il Camerun.

VACCINAZIONI: il vaccino contro la febbre gialla è obbligatorio.

Ha validità 10 anni e deve risultare sul certificato internazionale di vaccinazione.

Consigliate anche la profilassi anti-malarica ed il vaccino anti-tifica.

DIFFERENZA ORARIA: Durante l'ora solare, non c'è differenza tra Italia e Camerun; se invece in Italia è in vigore l'ora legale, la differenza in Camerun è di un'ora indietro rispetto a noi.

ELETTRICITÀ: Il voltaggio è a corrente a 110/220 Volt a 50 cicli al secondo. Consigliamo fornirsi di adattatore universale.

VALUTA: La moneta che ha corso legale in Camerun è il Franco CFA (XAF).

Per qualunque evenienza i contanti sono il mezzo più rapido per ottenere ciò di cui si ha bisogno. Munitevi di biglietti di piccolo taglio (20 e 50 euro), poiché nei villaggi più remoti i soldi sono fisicamente inesistenti e nessuno vi potrà dare il resto. Inoltre le banconote di grosso taglio sono viste con diffidenza: le stesse filiali bancarie non hanno i mezzi per verificarne l'autenticità.

Il sistema di prelievo automatico esiste, ma non è ancora largamente diffuso.

Il pagamento con carta di credito è accettato nei soli alberghi di lusso.

ALLOGGI: Alloggeremo in alberghi da 2 o 3 stelle. Sono previsti pernottamenti agli alloggi del centro Cepad, al Baptist Center e presso il Centro Climatico, dove si dormirà in bungalow.

PASTI: Per motivi di tempo in alcune occasioni il pranzo sarà al sacco.

In hotel si mangerà per lo più cibo locale.

CONSIGLI UTILI PER LA SALUTE PERSONALE: Si raccomanda di bere solo acqua imbottigliata e di astenersi dall'usare ghiaccio o di acquistare dai venditori ambulanti verdure crude e frutta già sbucciata.

CLIMA: Il clima è di tipo tropicale con qualche differenza per le diverse altitudini. La media è di 27 gradi, mentre in montagna si potrà scendere attorno ai 22°, a seconda delle stagioni. A Douala il clima non scende mai sotto i 25°. È consigliato un abbigliamento di tipo estivo abbinato ad un vestiario da mezza stagione per le aree montane.

DA RICORDARE: Ricordarsi di portare occhiali da sole, scarpe comode per le escursioni, creme di protezione solare, repellenti per insetti, disinfettante intestinale e un cappello per il sole.

TELEFONO: Prefisso per il Camerun 00237 + il numero.

Per le **condizioni contrattuali** consultate il sito internet o richiedetele in agenzia. Le stesse condizioni sono depositate presso la Provincia di Verona all'ufficio del turismo.

NOTA BENE: Si raccomanda di accertarsi di essere in possesso di tutti i **documenti necessari** all'effettuazione del viaggio (passaporto in corso di validità minima richiesta nei paesi visitati, eventuali visti e **vaccinazioni obbligatorie**). Verificare inoltre di essere in regola con eventuali vaccinazioni obbligatorie, in particolare ponete attenzione all'obbligo di vaccinazione contro la **febbre gialla** che viene richiesta a seconda del paese di provenienza (nel caso di permanenza in più stati).

Anche in altre date per un minimo di 2 persone.

DATE PARTENZE DI GRUPPO:

1 gennaio – 16 gennaio*

***Partenza confermata**

Organizzazione tecnica:



INFORMAZIONI:

Planet Viaggiatori Responsabili
Lungadige Porta Vittoria, 21
37129 VERONA
Tel: 045-594061 Fax: 045-8047932
E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it
Skype: planet.viaggi.responsabili
www.planetviaggi.it