

CUBA

Tradizione, musica, mare

Viaggio in collaborazione con COSPE



L'unico modo di conoscere davvero i problemi è accostarsi a quanti vivono quei problemi e trarre da essi, da quello scambio, le conclusioni."

Ernesto "Che" Guevara

In qualunque periodo dell'anno, per un minimo di anche 2 sole persone.
Il periodo migliore rimane comunque da dicembre ad aprile.

PERCHE' VIAGGIARE RESPONSABILE?

Un viaggio di turismo responsabile si basa su principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza e incontro.

Porta a visitare le bellezze naturali, storiche e artistiche del paese visitato, dando però un "valore aggiunto" al viaggio: l'incontro con le popolazioni locali è visto come momento centrale dell'esperienza turistica, rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di conoscenza di un altro popolo, delle sue tradizioni, dei suoi usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale.

Un viaggio responsabile mira a sostenere le economie locali dei paesi di destinazione utilizzando, per quanto possibile, servizi locali e lasciando dunque la maggior parte dei proventi turistici alle popolazioni locali.

Le comunità visitate sono protagoniste nella gestione del viaggio o di una parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici che ne derivano.



PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO:

ITALIA - CUBA

Arrivo a La Habana solitamente nel tardo pomeriggio, trasporto e sistemazione in *casa particular* nella capitale. Pernottamento.

Durante il soggiorno nella capitale, i pranzi potranno essere consumati in piccoli ristoranti del centro.

2° GIORNO:

LA HABANA

Visita della città accompagnati dai cooperanti del Cospe.

I collaboratori di COSPE-CUBA vi accompagneranno a conoscere le attività che Cospe sta svolgendo a Cuba, dandovi degli approfondimenti per una più chiara chiave di lettura di Cuba stessa.

Visita all'Habana Vieja, dichiarata patrimonio mondiale dell'umanità dall'UNESCO, e al popolare quartiere di Centro Habana, con particolare attenzione ai progetti sociali presenti nel Barrio de Cayo Hueso: il progetto per una "pianificazione fisica partecipativa" e gli spazi comunitari del quartiere.

Incontro con i referenti del COSPE alle 9.00, presso la *casa particular* dove sarete ospiti.

I referenti staranno con voi fino al pomeriggio, verso le 17.00.

Pranzo a La Habana Vieja incluso.

La sera di sarà una Cena di accoglienza da parte del Cospe, una occasione conviviale per conoscere come il Cospe sta lavorando a Cuba e per introdurvi parte di ciò che conoscerete poi a Viñales.

Pernottamento in *casa particular*.

3° GIORNO:

LA HABANA

Insieme ai collaboratori di COSPE, visita alla Fundacion Antonio Nunez Jimenez, organizzazione ambientalista. Oltre a conoscere i progetti realizzati da questa organizzazione per la promozione della permacultura e la conservazione ambientale si visiterà il museo che raccoglie i reperti dei viaggi del suo fondatore.

Visita al museo di Guanabacoa, dedicato ai culti di derivazione africana che si diffusero soprattutto in questo ex villaggio coloniale che fu in passato luogo di sbarco degli schiavi neri in arrivo sull'isola.

Pranzo incluso.

Rientro alla *casa particular* previsto verso le 17.00.

Facoltativo: La sera sarà possibile fare visita al progetto artistico "*Fabrica de Arte Cubano*"(F.A.C.). Collocato in una antica fabbrica di olio alimentare, il progetto F.A.C. promuove opere di artisti di rami diversi (plastica, musica, fotografia, cinema, danza, teatro, artigianato, architettura...).

Un modo per conoscere da vicino l'arte cubana e vivere una serata un po' speciale.

4° GIORNO:

LA HABANA (LE SPIAGGE DELL'EST-GUANABO E COJIMAR)

Insieme ai collaboratori di COSPE, si visita la riserva naturale costiera "Rincón di Guanabo", dove si apprezzano aree di mangrovie, lagune costiere e spiagge. Si visita inoltre l'antico borgo di pescatori di Cojimar dove Ernest Hemingway scrisse "Il Vecchio e il mare". Durante la giornata è possibile fare una sosta per un bagno al mare.

Pranzo incluso, insieme al Cospe.

Pernottamento in *casa particular*.

Facoltativo: La sera, sarà possibile partecipare ad un "taller-performance" dedicato a voi, dal titolo "La musica cubana y sus ritmos". Con una musicologa esperta, si impareranno i passi base della Salsa, Cha-cha-cha, Rumba e Pilon e si approfondirà la storia della musica e dei ritmi cubani.

5° GIORNO:

LA HABANA - PROGETTO IL "PUNTO CUBANO"

Al mattino, al progetto artigianale "Arte y Tradicion" de Guanabacoa, che vede coinvolte soprattutto le donne, più o meno giovani, nella lavorazione artistica di materiali riciclati.

Pranzo incluso (insieme al Cospe).

Al pomeriggio, visita progetto a Mayabeque: PUNTO CUBANO.

Il progetto "Punto Cubano" prende il nome dall'antica arte dell'improvvisazione in versi o decime, che affonda le radici nella cultura contadina dell'isola.

Il progetto, avviato da COSPE con la partecipazione delle associazioni locali, si dedica alla ricerca, alla documentazione e alla trasmissione di quest'arte, soprattutto tra i giovani e i bambini, e mira proprio al riscatto delle tradizioni, alla loro conservazione e diffusione in un'ottica tanto didattica quanto artistica.

Si prosegue per Cienfuegos, da sempre la città più ordinata ed efficiente dell'isola per poi proseguire verso Trinidad. All'arrivo, sistemazione in *casa particular*.

6° GIORNO:

TRINIDAD

Visita alle meraviglie della città, museo della lotta al banditismo, mercatini dell'artigianato e molti angoli nascosti della perla del *caribe*, patrimonio dell'umanità. Pranzo libero. Rientro in *casa particular* per il pernottamento.

7° GIORNO:

TRINIDAD – SANCTI SPIRITUS

Partenza per Sancti Spiritus. Durante il viaggio, si può passare per la verdissima Valle de los Ingenios. Pranzo libero.

Pernottamento in *casa particular* o hotel.

8° GIORNO:

SANCTI SPIRITUS – SANTA CLARA – CAYO SANTA MARIA

Partenza per Cayo Santa Maria. Durante il percorso si raccomanda di chiedere all'autista di fare una sosta a Santa Clara, per ammirare i suoi monumenti legati alla Rivoluzione e a Che Guevara: il mausoleo del Che (chiuso il lunedì) e il monumento al Tren Blindado. Pranzo libero.

Arrivo e sistemazione.

9° e 10° GIORNO:

CAYO SANTA MARIA

Giornate di relax a mare.

Colazioni e cene inclusi.

11° GIORNO:

CAYO – LA HABANA

Mattinata di relax in spiaggia. Dopo pranzo partenza per il rientro a La Habana. Arrivo in serata a La Habana e sistemazione in *casa particular*. Pernottamento.

12° GIORNO:

PINAR DEL RIO - VALLE DE VINALES

Dopo la prima colazione al mattino trasferimento a Pinar del Rio e giornata a disposizione per visite ed escursioni.

Incontro con l'accompagnatore e visita alla Grotta di Santo Tomas, visita al "*patio de referencia*" di Tomas nella comunità di Moncada per conoscere altre esperienze di permacultura. Pranzo libero.

Pernottamento in hotel nei dintorni di Viñales.

13° GIORNO:

VALLE DE VIÑALES

Prima colazione e giornata a disposizione per visite ed escursioni.

Accoglienza al centro visite del Parco, incontro con un referente Cospe del parco e gita tra i *mogotes* attraverso il Sendero Coco Solo Palmarito. Si visiteranno alcune *fincas* gestite in maniera protetta, vedendo anche la zona della coltivazione del tabacco nell'area della Valle de Viñales.

Pranzo incluso, presso la fattoria agro-ecologica El Paraiso.

Nel pomeriggio, visita al giardino botanico Carmen y Caridad.

Pernottamento in hotel.

14° GIORNO:

VALLE DE VINALES - LA HABANA

Ritorno a La Habana, con escursione naturalistica al "salto de Soroa", e possibilità di visita al famoso giardino botanico delle orchidee. (a pagamento!)

Arrivo a La Habana in serata. Sistemazione e pernottamento in *casa particular*.

15° GIORNO:

PARTENZA PER L'ITALIA

Mattinata libera per le ultime visite. Concordemente all'orario del volo aereo, trasferimento in aeroporto e partenza per l'Italia.

16° GIORNO:

ARRIVO IN 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 del viaggio.

MODALITA' DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO

Il viaggio prevede la presenza di un autista che funge anche da coordinatore durante il viaggio.

A questo, si aggiungono delle guide e dei collaboratori COSPE nei giorni in cui vengono visitate le attività del Cospe stesso.

Tutti i referenti locali parlano in spagnolo. Se sarà necessario un accompagnatore in lingua italiana, va specificato al momento della conferma del viaggio (previo verifica disponibilità).

PREZZO DEL VIAGGIO a persona, in camera doppia

La partenza è garantita anche per un minimo di 2 sole persone ed i prezzi diminuiranno via via all'aumentare del numero di viaggiatori.

Calcolato su 2 persone: 1995 € + volo aereo

Calcolato su 4 persone: 1800 € + volo aereo

Calcolato su 6 persone: 1750 € + volo aereo

Calcolato su 8 persone: 1680 € + volo aereo

Costo volo aereo a partire da € 500 (tasse incluse)

I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 eur = 1.18 usd

Una variazione significativa del cambio comporterà un necessario adeguamento come previsto dalle normative in materia.

La quota comprende:

- trasferimenti da/per aeroporto in minivan collettivo
- assistenza personalizzata in aeroporto
- trasferimenti interni con mezzo privato e autista dal 5° al 8° giorno e dal 12° al 14° giorno, incluso spese di vitto e alloggio dell'autista e carburante
- accompagnatori locali nelle visite ai progetti COSPE
- pasti come indicato da programma
- escursioni, come indicato da programma
- 6 notti (4+1+1) a La Habana in *casa particular*, con prima colazione
- 2 notti a Trinidad in *casa particular*, con prima colazione
- 1 notte a Sancti Spiritu in hotel, con colazione
- 3 notti a Cayo Santa Maria / Cayo Las Brujas - trattamento di colazione e cena
- 2 notti a Vinales in hotel, con colazione
- Tessera AMICO COSPE
- Contributo al progetto locale *punto cubano*
- assistenza per tutto il tour
- assicurazione medico-bagaglio (massimale medico € 30.000)

- assicurazione contro annullamento viaggio
- organizzazione tecnica

La quota non comprende:

- voli aerei internazionali
- visto consolare (può essere acquistato anche presso la nostra agenzia al costo di € 40)
- pasti e bevande non compresi
- mance eventuali
- escursioni facoltative ed entrate non incluse
- supplemento per l'alta stagione dal 4/1 al 31/3 e dal 1/8 al 24/8 - euro 100 a persona
- supplemento per l'altissima stagione dal 21/12 al 3/1 - euro 200 a persona

Nota: 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.

NOTIZIE UTILI

FUSO ORARIO: - 6 ore; anche a Cuba vige l'ora legale (normalmente adottata una settimana prima rispetto all'Italia)

ALLOGGIO

Alloggio in alberghi e *casa particular*. Il viaggio richiede un po' di adattamento di fronte a situazioni che possono prevedere piccoli problemi di manutenzione degli alloggi o di ritardi. Purtroppo poi sono spesso frequenti i cambi di alloggio all'ultimo momento...

Si tratta sempre comunque di alloggi che rispettano il livello di qualità inizialmente previsto.

MEZZI DI TRASPORTO

Gli spostamenti saranno effettuati tramite auto o pulmino privati (in base al numero dei viaggiatori).

DOCUMENTI NECESSARI PER VIAGGIATORI DI NAZIONALITA' ITALIANA

È necessario il passaporto in corso di validità, con validità residua di 3 mesi dalla data di ingresso a Cuba.

Alla partenza si deve avere con sé il modulo "**Visado Tarjeta del turista**". Tale modulo dovrà essere conservato per tutto il soggiorno e riconsegnato al momento della partenza.

Questa carta permette un soggiorno di 30 giorni, rinnovabile sul luogo per altri 30 giorni.

VACCINAZIONI

Non vi sono vaccinazioni obbligatorie.

Attenzione: nel caso di provenienza da paesi diversi dall'Italia, verificare di essere in possesso delle vaccinazioni necessarie.

CLIMA

Il periodo migliore è la stagione fresca, da fine novembre a metà aprile, e in particolare da metà febbraio, sia per un viaggio a Cuba che per una vacanza al mare. La temperatura è mite, con massime tra i 26 e i 29 gradi, e quella del mare oscilla attorno ai 25/27 °C. Le piogge sono scarse, 3-6 giorni al mese, e di poca entità. Bassa l'umidità. Da maggio a ottobre è caldo e umido. Bisogna considerare che nella costa sud-orientale le medie di temperatura sono circa 6/7 °C più elevate rispetto a quella nord-occidentale e che la costa nord risente facilmente delle perturbazioni atlantiche.

MONETA, CARTE DI CREDITO, CAMBIO

L'unità monetaria per il turista è il Peso Convertibile ma vi sarà modo di utilizzare anche il peso nazionale (MN - Moneda Nacional). I cambi vanno effettuati esclusivamente presso le CADECA (*Casa de Cambio*), presso le banche, oppure negli alberghi internazionali che effettuano il cambio anche a turisti non ospiti presso di loro. *È sconsigliato portare dollari dall'Italia.*

Funzionano le più importanti carte di credito, ma *non l'American Express.*

Con la POSTEPAY e le Carte Ricaricabili si preleva solamente alle casse automatiche, che però non sono molte.

Il **peso cubano**, o moneda nacional, può essere usato nei negozi locali "venta libre", negli agromercati, nei bar a servizio MN e nelle bancarelle per strada, nei cinema, e in molti altri negozi lontani dalle destinazioni turistiche.

ELETTRICITÀ

La tensione a 220 volt esiste in quasi tutti gli alloggi per stranieri, molti con presa standard, mentre tutti gli altri impianti elettrici funzionano a 110 volt e con spine piatte, pertanto è necessario portarsi da casa un adattatore per presa a lamelle piatte.

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).

Organizzazione tecnica:



PLANET VIAGGI RESPONSABILI
Via Vasco de Gama 12a - VERONA
Tel: 045 8342630 – 045 8948363
E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it
Skype: planet.viaggi.responsabili
www.planetviaggi.it