

TURCHIA

La costa egea, tra ulivi e vestigia greche



Da marzo a novembre, per un minimo di anche 2 sole persone.

Perché 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.

IL VIAGGIO:

La Turchia, il paese in cui ritroviamo le vestigia greche e romane delle origini della nostra storia, diventato poi, con la dominazione ottomana, una delle potenze mondiali economiche, militari e culturali per quasi un millennio, il vicino misterioso, con cui commerciavano e guerreggiavano le repubbliche marinare di Venezia, Genova e Pisa.



Il paese, che ha conosciuto l'affermarsi di uno stato laico, imposto dal venerato padre della patria Atatürk, e che oggi vive il contrasto tra la crescita economica e la modernizzazione del nuovo millennio, con il ritorno all'autoritarismo in politica ed un nuovo ruolo dell'Islam nella vita di tutti i giorni.

Sulla costa del Mar Egeo settentrionale la storia della Grecia e quella della Turchia si incrociano di continuo: i numerosi siti archeologici greci, le città dell'antica Ionia, i ricordi della popolazione di quando i greci abitavano qui, fino a poche generazioni fa, la cucina tipicamente mediterranea, il profilo delle isole greche all'orizzonte..

Incastonata tra gli scempi di un'industria immobiliare spregiudicata che ha fatto della costa della penisola di Assos una colonia vacanziera della Istanbul bene, e le distese di grandi hotel di massa del turismo inglese e tedesco, il tratto di costa tra Ayvalik e la penisola di Dilek resta dominato dalla natura, dalle foreste di pini e ulivi, dalle acque cristalline, dalla gente ospitale che apprezza il gusto dei prodotti biologici.

PROGRAMMA DI VIAGGIO:

1° GIORNO – domenica

Arrivo dall'Italia ad Izmir. Incontrato l'accompagnatore italiano, ritireremo l'auto a noleggio e partiremo per la vicina Foça, dove ci sistemiamo in un grazioso hotel sull'incantevole porto del *Piccolo Mare*. Faremo la conoscenza di Gül Girismen, rappresentante locale di Slow Food, animatrice e responsabile del mercato biologico che si tiene a Foça ogni domenica, e membro della *Foça Environmental & Cultural Association*, e con lei visiteremo il mercato, non lasciandoci sfuggire qualche ghiotto assaggio. Avremo tempo per una prima visita del minuscolo ma vivace centro storico di Foça, con le antiche strade e le bellissime case greche in pietra ricoperte di edera. Ceneremo in un piccolo ristorante a gestione familiare e concluderemo la serata con un *çay* o un *raki*. Rientreremo poi al vicino porto per il pernottamento in *hotel*.

2° GIORNO – lunedì

Durante la colazione affacciati sul porto conosceremo Volkan Sucukcu, presidente della *Foça Environmental & Cultural Association*, che ci racconterà la storia di Phocae, antica città Ionica, i cui marinai attraversarono il mediterraneo per fondare, fra le altre, Marsiglia, e portare per primi la vite in Europa: una cultura tradizionale millenaria quasi perduta e ora recuperata dall'associazione di Volkan. Dopo la chiacchierata, saluteremo Volkan e partiremo in barca per il giro delle meravigliose isole e spiagge circostanti, ancora abbastanza incontaminate anche grazie ad una massiccia presenza militare, con zone protette che non permettono l'accesso da terra. Pranziamo in barca, fra un tuffo e l'altro. Rientreremo nel tardo pomeriggio, e, dopo una doccia riposante, andremo a visitare la vigna di Volkan, della quale va giustamente molto fiero: nell'ottobre 2012 ha partecipato a Terra Madre a Torino, evento organizzato da Slow Food, per presentare il vino prodotto dalle sue vigne di tradizione millenaria. Rientreremo poi al porto per la cena in un ristorante di pesce ed il pernottamento in *hotel*.

3° GIORNO – martedì

Dopo colazione lasceremo Foça e ci sposteremo verso Bergama; lungo la strada faremo una sosta presso il villaggio di Kosbeily, dove potremo assaggiare il loro rinomato caffè. Proseguiremo quindi per Bergama, l'antica città di Pergamo, cui si deve fra le altre cose l'invenzione della *pergamena*, e sede di una delle più grandi biblioteche dell'antichità. Qui giunti incontreremo Yakup, il nostro referente locale, e ci recheremo sulla collina che domina la città per visitare l'Acropoli, con il teatro più ripido al mondo. Nel tardo pomeriggio raggiungeremo la costa presso il grazioso villaggio di Bademli, dove ceneremo insieme a Yakup e sua moglie. Rientreremo a Bergama per il pernottamento in *hotel*.

4° GIORNO – mercoledì

Completeremo la visita di Bergama recandoci all'Asclepion, il primo ospedale psicologico dell'antichità, fondato dal medico Galeno. Sempre in mattinata scopriremo anche l'arte della lavorazione dell'onice, pietra estratta dalle montagne circostanti, nel negozio-laboratorio di Dimitris. Nel pomeriggio faremo un'escursione ad Ayvalik: partiremo verso nord ovest

seguendo una bellissima strada di montagna, immersa nella pineta, e lungo la strada ci sarà tempo per una golosa sosta in uno dei ristorantini della zona. Passeggeremo quindi per Ayvalik, il cui profilo della città vecchia è caratterizzato dai camini delle vecchie olierie, e ceneremo in uno dei ristorantini fra i ripidi vicoli della città vecchia o al porto, prima di rientrare a Bergama per il pernottamento in *hotel*.

5° GIORNO – giovedì

Dopo colazione partiremo per il lungo trasferimento verso sud, ripassando Izmir e poi Selçuk, fino ad arrivare al paesino di Güzelçamli, all'ingresso del Parco Nazionale di Dilek. Qui saremo accolti dalla famiglia Ecer, per la cena ed il pernottamento in *pansyion*.

6° GIORNO – venerdì

Giornata dedicata al Parco, per godere le sue quattro magnifiche spiagge, ciascuna con le sue peculiarità, ed esplorare a piedi i suoi sentieri. Il Parco, situato fra il mare Egeo e le montagne Samsun, con la vetta del monte Dilek di 1237 mt, è diviso in due parti, di cui solo la prima visitabile, la penisola di Dilek: macchia mediterranea con ginepri, olmi, querce, cipressi e castagni, con numerose specie di mammiferi (abbondano i cinghiali, probabili visitatori anche delle spiagge, e poi linci, sciacalli, caracal, iene, isticri e cavalli selvaggi... praticamente estinto invece il leopardo anatolico) e di rettili e tantissimi animali marini, fra cui la foca monaca mediterranea, fra le più rare specie al mondo. La parte restante è un delta paludoso, riconosciuto da diverse convenzioni sulle zone umide (Ramsar, Berna, Rio, Barcellona), con molte specie di uccelli migratori, fra le quali vi nidificano cormorani, pellicani, falchi ed aquile.. Da provare il bagno nella grotta di Zeus all'entrata del parco: pozza naturale di acqua dolce e freddissima! Prima dell'entrata nella grotta, straccetti bianchi votivi legati ai rami degli alberi. Pranzo a picnic nel parco, cena e pernottamento in *pansyion*.

Programma opzionale: per chi lo desidera una sera è possibile partecipare ad un *atelier di cucina turca* tenuto da Necip, proprietario della *pansyion* in cui saremo ospitati.

7° GIORNO – sabato

Di buon'ora partiremo per la visita al sito ionico e poi romano di Efes, le rovine meglio conservate del Mediterraneo orientale. Efes fu dapprima una delle città più importanti della Lega Ionica, conosciuta soprattutto per l'antico tempio di Artemide, distrutto da un incendio, ricostruito in epoca alessandrina e considerato una delle sette meraviglie del mondo. Divenne poi la capitale dell'Asia minore in epoca romana, cui risalgono la maggior parte delle rovine attualmente visitabili: il ginnasio di Vedo e lo stadio, il ginnasio del porto, le terme, la biblioteca di Celso, la porta di Augusto, il tempio di Adriano e quello di Domiziano... Le magnifiche case a terrazza, con gli stupendi affreschi e mosaici, offrono infine un'idea della vita lussuosa dei ricchi patrizi romani. Rientrati a Güzelçamli, relax in spiaggia, e quindi cena e pernottamento in *pansyion*.

8° GIORNO – domenica

Altra giornata dedicata ai siti della Ionia: ci recheremo nella parte sud del parco di Dilek, e da qui raggiungeremo le rovine di Priene, con il tempio ionico di Atena ed il piccolo ma ben conservato teatro di epoca ellenistica, dove godremo anche della spettacolare vista sulla pianura e sulla laguna; proseguiremo poi verso sud fino a Mileto, centro della filosofia ionica che diede i natali a Talete, Anassimandro ed Anasimene, con il suo Grande Teatro di epoca ellenistica, e da qui a Didime, con il Tempio di Apollo proprio in città, il cui oracolo era famoso nell'antichità quanto quello di Delfi. Pranzo a base di pesce fresco in riva al mare. Avremo anche tempo di recarci nel grazioso villaggio di Doganbey, dove ha sede il museo del parco, per conoscere le varie specie di uccelli, mammiferi e pesci che popolano la zona. Rientro a Güzelçamli, cena e pernottamento in *pansyion*.

NOTA: per chi lo desiderasse, invece che la visita ai tre siti di Priene, Mileto e Didime sarà possibile effettuare un'escursione a piedi all'interno del parco di Dilek.

9° GIORNO – lunedì

Salutati i nostri ospiti, partiremo da Güzelçamli per l'aeroporto di Izmir, per prendere il volo di rientro 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 in cui si effettua il viaggio.

MAPPA DELL'ITINERARIO



 percorso in auto

 pernottamenti

 siti storici

PRINCIPALI DISTANZE

Izmir - Foça	90	km
Foça - Bergama	110	km
Bergama - Ayvalik	56	km
Ayvalik - Bergama	56	km
Bergama - Güzelçamli	294	km
Güzelçamli - Selciuk a/r	88	km
Güzelçamli - Priene - Didime - Mileto - Güzelçamli	150	km
Güzelçamli - Izmir	132	km
TOTALE	776	km
MEDIA / GIORNO	86	km

PROGETTI SOSTENUTI

Una percentuale del costo dei servizi in Turchia viene accantonata come *quota progetti*, un aiuto concreto per la realizzazione di progetti ad opera di associazioni locali o comunque operanti sul territorio. Il sostegno avviene, oltre che con la *quota progetto*, anche con altri metodi, a seconda della tipologia. Durante questo viaggio viene sostenuto, attraverso la *quota progetto*, il seguente:

Convivium Slow Food Foça Zeytindali – gruppo di abitanti di Foça, appartenenti alla rete dei *simposi di educazione al gusto* di Slow Food, che si occupano di agricoltura biologica,

difesa della cultura e dei prodotti del territorio; ha riunito diversi produttori agricoli locali nel mercato biologico (Mercato della Terra di Foça), che si tiene ogni domenica nello Yerel Pazar, o piazza del mercato: verdure, pane, conserve, funghi, formaggio, latte, yogurt, fiori, erbe spontanee e officinali.. ed il *gözleme*, una pasta a base di acqua, farina e sale, riempita di erbe e formaggi e ripiegata come una *crepe*; il sostegno può avvenire attraverso la visita al mercato, l'eventuale acquisto di prodotti bio e la *quota progetto*; fiduciario del Convivium: *Gül Girismen*.

MODALITA' DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO

Accompagnatore italiano e vari accompagnatori locali; l'accompagnatore italiano è un accompagnatore non professionista che funge da coordinatore e mediatore linguistico-culturale.

Trasporti interni con mezzi privati senza autista: è necessario che alcuni viaggiatori mettano a disposizione la propria patente di guida.

In alternativa, è possibile percorrere l'intero itinerario sulla costa con autista: la variazione di costo sarà calcolata su richiesta.

Escursione in barca nell'arcipelago di Foça.

Pernottamenti in hotel e *pansyion*; in camera doppia, generalmente con bagno privato, a volte in alcune *pansyion* con bagno e doccia in comune.

Pasti in ristoranti, famiglie, associazioni, a picnic. Si richiede collaborazione per la preparazione dei pasti durante i picnic.

Eventuali richieste particolari vanno segnalate in anticipo (vegetariani, intolleranze alimentari, etc).

È richiesto buono spirito di adattamento e reale motivazione a conoscere lo stile di vita turco.

PREZZO DEL VIAGGIO a persona

Calcolato su 10 persone:	950 € + volo aereo
Calcolato su 8 persone:	990 € + volo aereo
Calcolato su 6 persone:	1045 € + volo aereo
Calcolato su 4 persone:	1110 € + volo aereo
Calcolato su 3 persone:	1260 € + volo aereo
Calcolato su 2 persone:	1410 € + volo aereo

Costo volo aereo a partire da € 250 (tasse incluse)

ATTENZIONE: il volo aereo per questa destinazione può essere fatto anche con voli "low cost". Ciò implica però una grande variabilità nel prezzo del volo stesso che, in alta stagione, può raggiungere anche costi ben più elevati!

I costi sopra elencati includono una quota di partecipazione da versare in agenzia ed una quota da portare direttamente in loco e consegnare all'accompagnatore.

La quota di partecipazione da versare in agenzia comprende:

- accompagnatore italiano (compenso)
- noleggio del/dei veicoli senza autista (inclusi assicurazione e km illimitati) ad Izmir
- assicurazione medica (con un massimale di 5000 €)
- organizzazione tecnica

La quota da portare in loco comprende:

- tutti i pernottamenti
- pasti e bevande (escluse bevande alcoliche)
- giro in barca nell'arcipelago di Foça
- carburante del veicolo noleggiato per il giro sulla costa
- accompagnatore italiano (rimborso spese)
- guide locali (compenso e rimborso spese)

- entrate ai siti archeologici di Pergamo, Efeso, Priene, Didime e Mileto ed al parco nazionale di Dilek

La quota non comprende:

- volo aereo internazionale
- assicurazione contro annullamento del viaggio (facoltativa)
- partecipazione opzionale all'*atelier* di cucina turca a Güzelçamli
- mance
- spese personali
- tutto quanto non espressamente indicato ne 'La quota comprende'

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

BIMBI: In generale l'itinerario è adatto anche a viaggiatori con **bimbi sopra i 10 anni**, purché animati da molta curiosità e pazienti negli spostamenti in auto. E' possibile anche adattare il programma a bambini più piccoli, aumentando le giornate nella natura e riducendo le visite ai siti storici.

CLIMA: La stagione migliore per compiere questo viaggio è **da marzo a novembre**, per godere appieno il Mar Egeo (in inverno sulla costa la maggior parte degli alberghi e ristoranti sono chiusi); in ogni caso, con un po' di spirito di adattamento e qualche precauzione, è possibile effettuare il viaggio in **qualsunque periodo dell'anno**.

Sia l'estate che l'inverno hanno un clima molto godibile: in estate durante il giorno è caldo ma la sera rinfresca piacevolmente, mentre in inverno non fa mai molto freddo. In primavera ed autunno, lungo tutto l'itinerario, il clima è perfetto ma il mare potrebbe essere un po' freddo per bagnarsi.

CHE COSA PORTARE: Zaino (o borsa non rigida), zainetto piccolo, magliette, maglie medio peso, una maglia/pile pesanti, una giacca anti pioggia, scarpe comode per camminare, sandali, costume da bagno, occhiali e creme da sole, copricapo, un asciugamano.

DOCUMENTI: Per entrare in Turchia servono o il passaporto o la carta d'identità per l'espatrio, validi per 6 mesi dalla data di ingresso nel Paese. Il permesso di ingresso turistico, valido 3 mesi, si ottiene gratuitamente in aeroporto all'arrivo in Turchia.

VALUTA: L'unità monetaria della Turchia è la Lira Turca (TYR). Per cambiare contante o per avere anticipi con la carta di credito è necessario rivolgersi alle banche o agli uffici di cambio autorizzati. Conservate la ricevuta per eventuali controlli. In tutto il Paese si possono trovare sportelli automatici dove prelevare contante con la propria carta di credito, purché abilitata ai prelievi dall'estero. Le carte di credito sono diffuse ad Istanbul e sulla costa mediterranea, almeno quanto in Italia (alberghi, ristoranti, negozi e in qualche boutique nel *souk* di alcune grandi città).

Si ricorda che è illegale cambiare il denaro per strada.

FUSO ORARIO: Il fuso orario della Turchia è di 1 ora avanti rispetto all'Italia; l'ora legale è applicata come in Europa.

ELETTRICITA': La corrente elettrica è erogata a 220V e le prese sono a due fori.

TELEFONI & INTERNET: Esistono ovunque telefoni a moneta. In alternativa si può acquistare, presso un rivenditore ufficiale Vodafone o Avea, una scheda telefonica per il cellulare. Telefonare e anche ricevere telefonate sul proprio cellulare italiano è piuttosto costoso.

Anche i *cyber o internet point* abbondano nel paese, in generale ci sono buone connessioni ma in alcune regioni remote la connessione può molto lenta ed instabile.

LA SALUTE DURANTE IL VIAGGIO: Non ci sono *vaccinazioni* obbligatorie per entrare nel paese.

È consigliabile seguire qualche *precauzione igienica* come bere acqua in bottiglie chiuse ed evitare di mangiare verdura cruda, frutti di mare e frutta non sbucciata, quindi sono anche da evitare le spremute d'arancia spesso allungate con l'acqua o con ghiaccio e in generale tutto ciò che può essere stato lavato con acqua e non cotto. Inoltre, bisognerebbe ridurre il consumo di bevande molto fredde soprattutto d'estate, e lunghe permanenze in ambienti con l'aria condizionata. Al contrario, in inverno sono più comuni i disturbi da raffreddamento.

È sempre bene avere con sé una piccola *farmacia da viaggio*, che includa i medicinali che il viaggiatore è abituato ad assumere, oltre a disinfettanti intestinali, lozioni anti-insetti, creme solari ad alta protezione, cerotti, antisettici. Nelle farmacie sono in vendita tutti i principali medicinali.

LINGUE/ETNIE: I principali gruppi etnici della Turchia sono: turchi, armeni, curdi, greci e zingari.

La lingua ufficiale è il *turco*. L'*inglese*, almeno le parole di base, è conosciuto da tutti i giovani, da coloro che lavorano nel turismo o in ambienti lavorativi multinazionali. Molto diffuso è il *tedesco*.

LA CUCINA: La cucina turca è molto ricca e varia, con influenze greche, persiane, arabe e balcaniche.

La *colazione* è forse il pasto che colpisce di più per ricchezza, varietà e soprattutto abbondanza: pane, marmellate e miele, olive nere, uova sode, formaggi, pomodori e cetrioli.. il tutto inaffiato con tè o caffè turco, ed arricchito da salse (spesso a base di yogurt) o intingoli speziati, quando non piccanti!

Il *çay* (pronuncia *ciài*, tè nero) è la bevanda buona per qualsiasi pausa o incontro, durante tutta la giornata: il tè nero viene preparato nel *samovar* e si gusta in piccoli bicchierini dalla tradizionale forma svasata a tulipano.

Il *turk kavesi* (pronuncia *turk cavesi*, caffè turco), altra bevanda tradizionale, ma meno popolare, è invece consumato in minori quantità, anche perché richiede un vero e proprio rito non solo per la preparazione (va specificato prima quanto dolce), ma anche per la degustazione.

La risposta all'abbondante colazione si trova poi nella tipica cena a base di *meze* (antipasti), freddi e caldi, di verdure, pesce, formaggi e yogurt: l'unico rischio è esagerare e non arrivare poi al secondo piatto!

La *verdura*, sempre di produzione interna, è generalmente consumata fresca, o conservata fuori stagione, o ancora preparata in *dolma* (verdure ripiene): la regina è la melanzana!

La *carne di manzo o montone* si serve o come *kofta* (polpette) o *kebab*, la più popolare e con innumerevoli varianti, normalmente accompagnate dal *pide* (sfoglia di pane, anch'essa preparata in numerosi varianti).

Il *pesce* è molto popolare, sia ad Istanbul, grazie alla vicinanza con il ricco Mar Nero, sia sulla costa mediterranea; è fritto o grigliato, oppure preparato in antipasti freddi o caldi o al forno.

La bevanda serale, consumata in quantità quasi esagerate soprattutto in compagnia, è il *raki*, un distillato aromatizzato all'anice, che può essere preso come aperitivo o a fine pasto, ma che può essere semplicemente la bevanda con cui si accompagna la cena!

L'*ayran*, una sorta di yogurt leggermente salato, è invece la bevanda tipica per pranzare, soprattutto in estate.

Molto diffusi sono anche la *birra* ed il *vino*, entrambi di produzione locale.

La *pasticcERIA turca* è molto ricca, e gli ingredienti principali sono mandorle, miele, semi (sesamo, pistacchi), latte e yogurt. Si consuma da sola o insieme al tè o al caffè.

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**).

Organizzazione tecnica:



Via Vasco de Gama 12a - VERONA

Tel: 045 8342630 - 045 8948363

E-mail:

viaggiresponsabili@planetviaggi.it

Skype: planet.viaggi.responsabili

www.planetviaggi.it