



Senegal



Dakar, Petite Cote, Saint Louis, Sine Saloum

Itinerario di 15 giorni



Partenze garantite tutto l'anno per un minimo di 2 viaggiatori.

Il viaggio potrebbe poi essere "aperto" ad altri partecipanti, per viaggiare in compagnia e ridurre i costi!

Il Calendario delle partenze già confermate e dei gruppi in formazione è disponibile sul sito www.planetviaggi.it

In particolare, questo viaggio prevede:

- la presenza di un accompagnatore in ogni fase del viaggio! Elemento indispensabile per capire meglio la realtà locale, gli usi e costumi del luogo
- Incontro con la realtà locale...
- Parco del Sine Saloum
- Si incontrano artisti locali in grado di aiutarci a capire meglio la cultura

Perché scegliere Planet Viaggi Responsabili

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, unendo al viaggio incontri con gli abitanti delle località visitate, rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di conoscenza, di approccio ad altre tradizioni, usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale.

Un viaggio responsabile si prefigge come obiettivo primario il sostegno delle economie dei paesi visitati, per ottenere ciò si utilizzano, per quanto possibile, servizi offerti da operatori locali selezionati, questo fa sì che la maggior parte dei proventi turistici rimanga sul posto.

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



Proposta di viaggio di 15 giorni, in breve

- 1° giorno: Arrivo a Dakar
- 2° giorno: Dakar – Isola Goree
- 3° giorno: Dakar – Palmarin
- 4° giorno: Palmarin - Kaolack
- 5° giorno: Kaolack - Farafeni - Ziguinchor
- 6° giorno: Ziguinchor - Mlop - Seleti - Ziguinchor
- 7° giorno: Ziguinchor - Banjul (Gambia)
- 8° giorno: Banjul - Toubacouta
- 9° giorno: Toubacouta
- 10° giorno: Toubacouta - Touba - Saint Louis
- 11° giorno: Saint Louis - Djoudj - Saint Louis
- 12° giorno: Saint Louis - Lago Retba
- 13° giorno: Lago Retba - Saly
- 14° giorno: Saly
- 15° giorno: Rientro in Italia

è un viaggio di



Il Senegal è un paese che oltre ad essere stupefacente con le sue lagune, coste oceaniche deserte e foreste mistiche di baobab, è uno degli stati dell'Africa nera più pacifici e più facilmente penetrabili dal punto di vista sociale e culturale. Confina con Mauritania, Mali, La Gambia, Guinea, Guinea Bissau e con l'Oceano Atlantico: a questi luoghi sono legate le sue vicende storiche e da questi luoghi iniziò anche il rapporto tra bianchi occidentali e neri d'Africa, attraverso viaggi esplorativi tramutatisi in spedizioni di guerra e conquista.

Il Senegal ha una popolazione costituita da vari gruppi etnici (17 in totale), ognuno dei quali conserva la propria lingua e la propria identità, ma il legame che unisce tutti è il rispetto dei valori e la tolleranza, la solidarietà.

Questo tour vuole farvi scoprire le realtà umane di un paese dove si dice che «l'uomo è il rimedio dell'uomo».

“Ci culli il silenzio ritmato.

Ascoltiamo il suo canto,

ascoltiamo battere il nostro sangue oscuro,

ascoltiamo battere il polso profondo dell'Africa”

(Léopold Sédar Senghor)



1° GIORNO: ARRIVO A DAKAR

Partenza con volo di linea per Dakar.

Arrivando a Dakar si avverte immediatamente l'aria sub-sahariana e l'euforica, colorita e calda accoglienza senegalese, la cosiddetta 'Teranga'. Immediatamente si intuisce anche che ci si trova in una terra dove la maniera di relazionarsi tra le persone segue regole molto diverse dalle nostre. Non sarà difficile approcciarsi alla nuova cultura incontrata in quanto i senegalesi sono dei maestri nel trovare mille modi per interagire con l'ospite straniero.

Pernottamento in hotel.

2° GIORNO: DAKAR – ISOLA GOREE - DAKAR

Prima colazione e partenza per la visita della città di Dakar, capitale del Senegal, una volta capitale delle colonie francesi dell'Africa occidentale.

Visita della città e dei suoi aspetti alle volte nascosti: i mercati, cuore della vera città, i distretti residenziali e popolari, la vecchia Medina, popolare, chiassosa e molto accogliente e il Palazzo Presidenziale, famoso per la sua Guardia Rossa. Sosta alla Cattedrale e alla Moschea. Visita al Monumento della Rinascita Africana.

La zona centrale si visita facilmente a piedi e ben rappresenta il volto grande, affollato, caotico, ma estremamente affascinante ed entusiasmante del continente nero.

Per comprendere meglio la realtà locale si potrà anche far visita ad un progetto destinato alla formazione e crescita dei bambini.

Nel pomeriggio trasferimento all'isola di Goree, l'isola da cui sono partiti la maggior parte degli schiavi verso le Americhe.

Visita dell'isola, monumento Storico e patrimonio Mondiale dell'UNESCO, della famosa "Casa degli schiavi" con la sua "Porta del viaggio senza ritorno", del Museo Storico del Forte con il "Memoriale ai Martiri", e delle viuzze dell'isola.

Ritorno a Dakar. Cena in ristorante e pernottamento all'hotel

3° GIORNO: DAKAR – PALMARIN (Saloum)

Prima colazione e partenza per la regione del Saloum attraversando la "Piccola Costa", la foresta dei Baobab di Sindia e il mercato di Mbour. Visita di Joal, città natale dell'ex Presidente poeta Leopold Sedar Senghor. Il tour prosegue con la visita di Fadiouth, l'Isola delle conchiglie, tipica con i suoi granai su palafitte, le sue viuzze piene di colori e il suo cimitero di conchiglie. Giro in piroga a pertica.

Nel pomeriggio, visita di villaggi tipici dell'etnia Bambara.

Arrivo a Palmarin e sistemazione in ecolodge. Cena e pernottamento in riva al mare.

4° GIORNO: PALMARIN - KAOLAK

Prima colazione al lodge

Partenza per un tour in piroga sul fiume Saloum alla scoperta dei siti ornitologici. Incontro con gli abitanti delle isole. Ritorno al lodge per il pranzo.

Nel pomeriggio, partenza per Kaolack, città del centro Senegal, capitale delle arachidi (il Senegal è terzo produttore mondiale).

Lungo il percorso, visita di villaggi tradizionali dell'etnia Serer e incontro con le popolazioni.

Arrivo a Kaolack nel tardo pomeriggio. Visita della città, cena e pernottamento.

5° GIORNO: KAOLAK - FARAFENI - ZIGUINCHOR

Prima colazione e partenza per la regione Sud del Senegal, la verde Casamance, una regione ancora molto radicata nelle sue tradizioni, ricca di cultura e della sua natura tropicale. Percorrendo la strada trasgambiana, visiterete i tipici villaggi di etnia Fulani dalle capanne particolari e incontrerete la popolazione locale. Arrivo a Ziguinchor verso l'una. Pranzo in ristorante tipico. Nel pomeriggio visita di Ziguinchor, la "città dei fiori". Ziguinchor è la capitale della regione sud del Senegal. Visita del mercato, del porto di pesca e del villaggio artigianale. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.



6° GIORNO: ZIGUINCHOR - MLOMP - DIOHER - ZIGUINCHOR

Prima colazione in hotel e partenza per una giornata di scoperta della Bassa Casamance con i suoi riti animisti, le tradizioni e l'albero sacro di Dioher. Incontrerete il Re di Oussouye, figura di spicco ma anche vero cuore della comunità del villaggio. Dopo pranzo, visita ai villaggi di Dioher e Mlomp per scoprirne l'architettura tipica della Casamance.

Ritorno a Ziguinchor a fine giornata, cena e pernottamento.

7° GIORNO: ZIGUINCHOR - BANJUL (Gambia)

Prima colazione in hotel e partenza da Ziguinchor. Sul percorso, sosta a Badiane, Baila, e Seleti, villaggi tipici dell'etnia Diola. Incontro con le donne artigiane che lavorano l'olio di palma. Arrivo a Banjul, la capitale del Gambia, verso l'una. Pranzo e sistemazione in hotel.

Nel pomeriggio visita della città con il mercato centrale, ricco di artigianato locale. Visita del Museo Nazionale, che rintraccia il passato coloniale del paese. Visita dei distretti di Serekunda e Bakau. Cena e pernottamento in hotel.

8° GIORNO: BANJUL - TOUBACOUTA

Dopo la prima colazione si raggiungerà il porto di Banjul per attraversare il fiume Gambia col traghetto. Proseguimento per Toubacouta nelle isole del Saloum. Sistemazione al lodge e pranzo.

Pomeriggio in relax e visita al villaggio di Missirah per incontrare i pescatori e gli abitanti. Ritorno al lodge, cena e pernottamento.

9° GIORNO: TOUBACOUTA (Sipo)

Prima colazione e partenza in piroga per una escursione attraverso i bolongs, gli estuari salati del fiume, circondati da fitti ed intricati boschi di mangrovie. Visita di Sipo, isola abitata dalle etnie Niominca e Serer. Pranzo con un barbecue di pesce in riva al fiume. Nel pomeriggio relax e rientro al lodge per cena e pernottamento.

10° GIORNO: TOUBACOUTA - TOUBA - SAINT LOUIS

Prima colazione e partenza per il Nord. Visita dei villaggi Serer e arrivo a Touba per l'ora di pranzo. Sarete ospiti di una delle guide spirituali della comunità Murid di Touba. Dopo pranzo, visita della moschea, la più grande dell'Africa a sud del Maghreb, tutta decorata di cristalli, argento ed oro. La guida vi parlerà di Serigne Touba, fondatore del Muridismo.

Proseguimento per Saint -Louis dove si arriverà nel tardo pomeriggio. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

11° GIORNO: SAINT LOUIS - DJOUDJ - SAINT LOUIS

Dopo la prima colazione di buon mattino, partenza per il parco Nazionale di Djoudj, terzo parco ornitologico al mondo.

In barca a motore, giro sulla riviera lungo il parco, alla scoperta delle migliaia di pellicani, aironi, fenicotteri, anatre d'Egitto, aquile pescatrici e tante altre varietà.

Avrete modo di vedere anche qualche coccodrillo e le gazzelle che vivono nel parco.

Rientro in città per il pranzo a casa di un noto artista senegalese. Qui vi verrà servito il piatto nazionale del Senegal il "Cebu Dienn" di recente classificato dall' UNESCO Patrimonio Culturale Immateriale dell'Umanità». Dopo pranzo vi goderete il tradizionale the alla menta per un momento di socializzazione con la famiglia ed i vicini di casa.

Nel pomeriggio, visita della città passando per Ghet Ndar, il quartiere di pescatori, chiassoso, pittoresco ed accogliente. Visita del mercato centrale. Visita in calesse del centro storico ammirando le case coloniali dai balconi di ferro forgiato o di legno colorato. Cena e pernottamento in albergo.

12° GIORNO: SAINT LOUIS - LAGO RETBA

Prima colazione e partenza per il Lago Retba (conosciuto in passato come "Lago Rosa" grazie al colore che caratterizzava le sue acque che oggi, a causa dei cambiamenti climatici, hanno perso questa peculiarità). Passando per i villaggi tipici della regione del Cayor, si sosterrà a Mekhe per incontrare le artigiane locali.



Arrivo a Niaga verso l'una, sistemazione al lodge e pranzo. Nel pomeriggio, tour alla scoperta del Lago Retba e del villaggio di etnia Fulani. Tour in fuoristrada sulla spiaggia selvaggia che fu la tappa finale del famoso rallye "Paris Dakar" e incontro con alcuni esponenti della popolazione locali. Cena e pernottamento al lodge.

13° GIORNO: LAGO RETBA - SALY

Prima colazione e partenza per Saly. Lungo il percorso, visita della laguna della Somone dove le donne coltivano le ostriche. Pranzo in un ristorante di pesce. Arrivo a Saly nel tardo pomeriggio. Sistemazione in hotel, cena e pernottamento.

14° GIORNO: SALY

Giornata libera di relax al mare.

15° GIORNO: RIENTRO IN ITALIA

Trasferimento in aeroporto in tempo utile per il volo di ritorno in Italia.

L'itinerario potrà subire variazioni riguardanti gli incontri e le attività in caso di momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o di variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.



Quote di partecipazione

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

Quote a persona con sistemazione in camera doppia

Quota a persona, calcolata su 2 viaggiatori: € 2600 + volo

Quota a persona, calcolata su 4 o più viaggiatori: € 2540 + volo

Costo voli aerei a partire da € 500 (tasse incluse)

Il costo del volo aereo dipende dalla tariffa disponibile al momento della prenotazione ed è soggetto a riconferma al momento dell'emissione.

Supplemento per la sistemazione in camera singola disponibile su richiesta

I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 euro = 655 xof

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

La quota comprende:

- Tutti i pernottamenti, come da programma
- Tutti i pasti
- Transfer da/per aeroporto e tutti i trasferimenti interni, come da programma
- Guide locali in lingua italiana per tutta la durata del viaggio
- Tutte le spese legate alle visite, come da programma
- Assicurazione medico-bagaglio
- Assicurazione contro annullamento viaggio
- Organizzazione tecnica

La quota non comprende:

- tutte le bevande (anche durante i pasti!)
- escursioni facoltative
- eventuale supplemento singola
- tutto ciò non elencato nella voc "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.



Informazioni utili

DOCUMENTI NECESSARI AL VIAGGIO

Passaporto: è necessario il passaporto, con almeno 6 (sei) mesi di validità residua.

Il visto di ingresso non è necessario per cittadini italiani provenienti dall'Italia.

Polizza assicurativa: (vedi paragrafo dedicato)

NORME SANITARIE: Si raccomanda di attenersi scrupolosamente a quelle che sono le direttive sanitarie in vigore al momento del viaggio.

QUANDO PARTIRE: I viaggi possono essere organizzati in qualunque periodo dell'anno; tuttavia, il periodo migliore è tra novembre e marzo

Il Calendario delle partenze già confermate e dei gruppi in formazione è disponibile sul sito www.planetviaggi.it

A partire da un minimo di 2 viaggiatori le partenze sono garantite in qualunque periodo, ad hoc.

Il viaggio potrebbe poi essere "aperto" ad altri partecipanti, per viaggiare in compagnia e ridurre i costi!

COME ARRIVARE: Questo itinerario prevede Arrivo e Ripartenza su Dakar

Planet Viaggi Responsabili fornisce il servizio di biglietteria aerea, essendo un operatore specializzato e con esperienza pluriennale nel settore.

Tuttavia, il viaggiatore potrà valutare l'acquisto di eventuali biglietti anche in maniera autonoma.

In tal caso sarà responsabilità esclusiva del viaggiatore verificare la coerenza del biglietto con l'itinerario e con i voli di eventuali altri partecipanti, nonché la correttezza dei dati, le regole tariffarie e ogni altro elemento del biglietto.

Si pone attenzione sul fatto che, se il biglietto verrà acquistato direttamente dal viaggiatore, il relativo costo non potrà rientrare nella polizza contro annullamento del viaggio stipulata dall'operatore.

ACCOMPAGNAMENTO: Viaggio con coordinatore locale in lingua italiana. L'accompagnamento durante il viaggio è garantito durante tutti i giorni ed è per noi un elemento di fondamentale importanza perché permette di conoscere e capire meglio la realtà e la cultura locale.

I nostri accompagnatori sono scelti accuratamente poiché rappresentano un forte valore aggiunto al viaggio. Durante l'itinerario, in taluni siti di particolare interesse storico, gli accompagnatori potranno essere supportati da guide specializzate.

MEZZI DI TRASPORTO DURANTE IL VIAGGIO: Trasporti interni privati, con autista a disposizione (autista e accompagnatore possono talvolta coincidere). I mezzi potranno essere diversi in base al numero di viaggiatori. L'itinerario è effettuato con mezzi locali privati e pubblici (minibus, traghetto), percorrendo strade in zone pianeggianti, in parte asfaltate, in parte in terra battuta, ma comunque sufficientemente agevoli.

Durante il viaggio occorre essere flessibili di fronte ad eventuali disguidi e ritardi.

Alcune tappe sono lunghe e impegnative e possono dunque risultare faticose, specie nel periodo delle piogge, quando alcune strade sono talvolta inagibili e costringono a deviazioni. Talora ci sono controlli a qualche posto di blocco che possono essere lunghi e richiedono quindi pazienza, soprattutto in corrispondenza della frontiera.

PASTI: al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali intolleranze, allergie o necessità alimentari e di verificarne la possibilità con l'operatore.

ASSICURAZIONI: Iscrivendosi a questo viaggio, i partecipanti sono automaticamente coperti dalla polizza della compagnia di assicurazioni NOBIS TRAVEL.

Si tratta di una polizza medico-bagaglio e contro annullamento del viaggio da parte dell'assicurato. Per maggiori dettagli si raccomanda di riferirsi ai testi completi di polizza disponibili in agenzia o sul sito www.planetviaggi.it/it/assicurazioni

Su richiesta sarà possibile valutare anche l'acquisto di polizze integrative con maggiori coperture.



Informazioni generali sul paese

CAPITALE: *Dakar*

CLIMA: *subtropicale, la stagione secca va da novembre ad aprile/maggio.*

VALUTA: *La moneta utilizzata è il franco Cfa (xfo). È largamente accettato l'euro, meno i dollari Usa.*

LINGUA: *la lingua ufficiale è il francese, è comunque molto diffuso anche l'inglese e l'italiano, oltre alle molte lingue locali (wolof, peul, serer, mandengue, djolà, ecc.)*

RELIGIONE: *musulmani sanniti; cristiani; animisti/credenze tradizionali africani*

FUSO ORARIO: *1 ora in meno rispetto all'Italia, 2h ore quando in Italia è in vigore l'ora legale*

ATTREZZATURA E ABBIGLIAMENTO: *si consiglia di portare con sé abiti pratici di cotone, pantaloni lunghi e corti di tela, calzature comode, maglia di cotone per la sera e giacca, oltre ad un impermeabile per la pioggia. Inoltre, è consigliabile portarsi sempre cappello, occhiali da sole, crema protettiva solare, farmacia personale, repellente per insetti e costume da bagno.*

TELEFONI E COMUNICAZIONI: *corrente a 220 volt con spine di tipo circolare.*

CUCINA: *I piatti nazionali sono il Thiebudieun (riso al pesce con verdure) e lo Yassa (piatto unico di riso con pollo al timo, lime, cipolle e verdure). Si mangia molto pesce fresco e riso. Le bevande che si consumano prevalentemente sono the verde, the alla menta, Karkadè e Ginger. Tra la frutta locale troviamo mango, papaia, ananas, ecc.*

DA RICORDARE: *È sempre bene usare le stesse precauzioni alimentari che riguardano i paesi africani e tropicali: non è sicuro bere l'acqua di rubinetto, per cui è consigliabile consumare solo acqua in bottiglie sigillate oppure bevande calde. In alternativa l'acqua corrente può essere trattata facendola bollire per almeno 15 minuti.*



Note importanti

*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, autorizzazioni e assicurazioni obbligatorie, altri documenti eventualmente richiesti per viaggiatori che non abbiano cittadinanza italiana o che siano minorenni).*

*Si raccomanda di attenersi alle regole ed agli eventuali divieti relativi alle **esportazioni** dal Paese visitato.*

*Si raccomanda durante il viaggio di attenersi scrupolosamente alle **disposizioni sanitarie** previste dalla destinazione scelta.*

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.

Organizzazione tecnica:

PLANET VIAGGI RESPONSABILI

Via Vasco de Gama 12a - VERONA

Tel: 045 8342630 – 045 8948363

E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it

www.planetviaggi.it

