



In collaborazione con:



SRI LANKA

Lo splendore dell'isola tra templi, oceano e verdi paesaggi.
Progetti di solidarietà, tradizione e armonia.



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:

"*Venerabile isola che risplende*", questo è il nome che il suo popolo gli ha dato nel 1972, dopo essere stata chiamata con vari nomi, attribuitigli da altri popoli: *Taprobane* gli antichi greci; *Serendib* gli arabi (da cui il termine "serendipità"); *Ceilão* i portoghesi; *Ceylon* gli inglesi.

E davvero risplende questa terra, grazie al verde che la ricopre, alle onde dell'oceano, alle candide stupe buddiste, ai colorati sari delle donne, ai variopinti templi induisti...

Un Paese che con forza e solidarietà è riemerso dopo 26 anni di guerra civile e dopo il tragico tsunami del 2004. E' riemerso anche grazie ai numerosi viaggiatori che ogni anno arrivano per conoscerne la storia antica e recente, per ammirare la sua straordinaria natura, per godere della cordiale ospitalità del suo popolo. Ma è riemerso soprattutto grazie al sostegno reciproco e alla generosa cooperazione che sono tra i suoi abitanti, guidati spesso dall'idea di fratellanza e aiuto del prossimo che deriva dalla filosofia buddista.

Nel nostro viaggio conosceremo entrambi gli aspetti dell'isola: turismo e solidarietà.

Infatti, oltre alle bellezze naturali, storiche e culturali dello Sri Lanka, conosceremo l'operato della più grande organizzazione di volontariato del Paese: il Sarvodaya Shramadana Movement, che dal 1958 sostiene la popolazione dei villaggi con progetti di istruzione, salute, sviluppo economico, aiuto post-emergenze. Si basa sui principi del buddismo e del pensiero di Gandhi, in particolare sui temi della pace e del volontariato per il benessere della società.

Passeremo inoltre una giornata assieme alle artigiane di Selyn, l'unica azienda nello Sri Lanka che produce tessuti su telai manuali con certificazione Fair Trade, e scopriremo assieme a loro i profondi intrecci alla base della tradizionale attività della tessitura dello Sri Lanka, oggi rinata a nuova vita grazie alle pratiche di Fair Trade messe in atto da Selyn.

Il ricavato della visita andrà a favore del Selyn Community Development Fund, per favorire lo sviluppo dell'artigianato femminile nelle aree rurali dello Sri Lanka.

PROGRAMMA DI VIAGGIO:

1° giorno: Volo Italia - Sri Lanka

Partenza dall'Italia con volo notturno.

2° giorno: Aeroporto Bandaranaike - Anuradhapura (170 km)

Arrivo a Colombo in mattinata e trasferimento a Anuradhapura.

Pernottamento in hotel a Anuradhapura.

3° giorno: Anuradhapura e Mihintale

Visita di Anuradhapura, prima capitale dello Sri Lanka, dove ha avuto inizio l'antica civiltà dell'isola. Per circa 1400 anni fu un influente centro politico, commerciale e religioso per tutta l'Asia, oggi è uno dei siti archeologici più importanti al Mondo.

Visita di Mihintale, la culla del buddismo in Sri Lanka: è qui che il sovrano Tissa nel 247 a.C. incontrò casualmente Mahinda, figlio del sovrano indiano Ashoka, giunto sull'isola per diffondere la parola di Buddha. Oggi Mihintale è uno dei luoghi più sacri del paese, l'atmosfera che si respira è spirituale e suggestiva, al tramonto il paesaggio è davvero spettacolare. Pernottamento in hotel a Anuradhapura.



4 °giorno: Anuradhapura - Trincomalee (104 km)

Partenza per Trincomalee. Fondamentale porto per la storia del Paese, in passato conosciuto come Gokanna, Trincomalee è oggi una città tamil di pescatori e centro turistico famoso per le vicine spiagge di Uppuveli e Nilaveli.

Visita al mercato cittadino e al tempio indù Koneswaram. Relax in spiaggia. Pernottamento a Trincomalee.

5° giorno: Trincomalee - Sigiriya (105 km)

Visita al centro Sarvodaya di Trincomalee e relax al mare, con possibilità di fare snorkeling (non incluso nel programma). Nella sera partenza per Sigiriya, pernottamento a Sigiriya.

6° giorno: Sigiriya - Polonnaruwa - Dambulla - Sigiriya (114 km)

Visita al sito archeologico di Polonnaruwa, seconda capitale dello Sri Lanka, ricca di tesori archeologici. Pranzo tipico in un ristorante nei pressi di Polonnaruwa.

Visita di Dambulla, conosciuta per il magnifico tempio scavato all'interno di una roccia e decorato con dipinti murali. Partenza per Sigiriya e pernottamento in hotel a Sigiriya.



7° giorno: Sigiriya - Ritigala - Sigiriya (100 km)

Partenza la mattina presto per visitare Sigiriya, tra i più noti siti archeologici dell'isola: l'antico palazzo reale costruito su di un'altura che domina per chilometri il territorio circostante, è diventato quasi un simbolo delle bellezze storiche di cui è ricco il Paese.

Nel pomeriggio, dopo una sosta per il pranzo, passeggiata a Ritigala, una montagna sacra al cui interno sono presenti resti di un antico monastero buddista.

Al tramonto tour al lago: accompagnati su caratteristiche barche, la traversata del lago ci porterà fino alle sponde di terreni coltivati, dove verremo accolti da una famiglia contadina.

Pernottamento in hotel a Sigiriya.

8° giorno: Sigiriya – Kurunegala - Kandy (120 km)

Trasferimento a Kurunegala, dove trascorreremo una giornata con Selyn.

La prima tappa della visita sarà presso il reparto di tintura, dove ha inizio il processo di produzione dei tessuti con la tintura del filato.

Potremo poi rilassarci gustandoci un succo di cocco nel giardino, dove le acque depurate provenienti dall'impianto di produzione vengono reimpiegate per l'irrigazione. Questo sistema garantisce che il processo di tintura dei filati sia sempre pienamente rispettoso dell'ambiente, inoltre gli addetti del reparto hanno libero accesso al giardino e possono raccoglierne i frutti per portarli alle loro famiglie. Ci sposteremo poi all'interno del distretto di Kurunegala, per assistere alla tessitura manuale al telaio realizzata dalle nostre donne artigiane e, se lo desiderate, potrete cimentarvi anche voi in quest'arte.

Ci verrà poi mostrato l'asilo d'infanzia di Selyn, che consente ai membri della comunità di dedicarsi alla lavoro con tranquillità, sapendo che i loro bambini sono con persone fidate.

Insieme faremo un ottimo pranzo, servito all'ombra di alberi di mango.

La visita continuerà presso la fabbrica dove, grazie all'attività di circa 200 donne dell'area di Kurunegala, i tessuti vengono trasformati in bellissimi articoli per la casa, giochi ed abiti.

La giornata si chiude con una visita al negozio di Wanduragala, dove troveremo numerosi prodotti ed articoli da regalo da portare a casa, per condividere la nostra esperienza srilankese con famiglia e amici.

Non potremo però lasciare Kurunegala senza salire alla famosa Roccia dell'Elefante, per godere dei caldi colori del tramonto. Trasferimento a Kandy e pernottamento in hotel.

9° giorno: Kandy

Visita della cittadina, vivace capitale culturale, circondata da verdi colline. La mattina presto visita al Tempio del Dente, dove è custodita e venerata la reliquia appartenente a Buddha.

Nel pomeriggio passeggiata al giardino botanico di Peradenya, considerato uno dei cinque più bei giardini botanici del mondo. Fu creato nel XIV secolo per il diletto della famiglia reale e venne ampliato in seguito dall'ultimo monarca di Ceylon e dagli inglesi. Contiene tutte le specie floreali e arboree dell'isola, più altre piante. Pernottamento a Kandy.

10° giorno: Kandy – Nuwara Eliya – Ella (130 km)

Partenza per Ella, con sosta ad una fabbrica di tè nei pressi di Nuwara Eliya, dopo la visita, breve tragitto in treno panoramico da Nanu Oya a Ella. Arrivo a Ella visita della graziosa cittadina incastonata tra verdi colline, dove è possibile passeggiare godendo del bel panorama circostante. Pernottamento in hotel a Ella.

11° giorno: Ella – Katharagama – Bundala Park - Tissamaharama (115 km)

Partenza per il sud dell'isola con sosta a Katharagama per visitare il tempio di grande importanza religiosa sia per gli induisti che per i buddisti.

Visita al Bundala Park, paradiso per i birdwatchers di tutto il mondo (durata circa 3 ore). Trasferimento a Tissamaharama e pernottamento in hotel.

12° giorno: Tissamaharama – Galle – Unawatuna (156 km)

Trasferimento a Galle e visita della cittadina, molto caratteristica per la sua posizione all'interno dell'antico forte olandese e per l'architettura coloniale che, al contrario di altre città, si è mantenuta negli anni. Relax in spiaggia a Unawatuna e pernottamento in hotel a Unawatuna.

13° giorno: Galle – avvistamento balene - Foresta Pluviale di Sinharaja (100 km)

Al mattino presto, intorno alle 5:00, partenza per il porto e imbarco per l'escursione di avvistamento balene. Rientro in tarda mattinata e partenza in direzione di Sinharaja, una vera giungla vergine, diventata Parco Nazionale e dichiarata dall'UNESCO Patrimonio mondiale dell'Umanità. Pernottamento in hotel a Sinharaja.

14° giorno: Sinharaja - Aeroporto (200 km)

Trekking all'alba per ammirare le circa 150 specie di uccelli e le 45 specie di rettili che vivono la foresta, formata da oltre 200 tipi di alberi endemici dello Sri Lanka.

Trasferimento per l'aeroporto e volo per l'Italia.

15° giorno: Volo Sri Lanka - Italia

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 in cui si effettua il viaggio.

COSTO DEL VIAGGIO a persona:

Calcolato su 2 persone: 1400 € + volo aereo

Calcolato su 3 persone: 1200 € + volo aereo

Calcolato su 4 persone: 1200 € + volo aereo

Calcolato su 5/8 persone 1000 € + volo aereo

Volo a partire da € 650 circa.

La quota di partecipazione comprende:

- tutti i trasferimenti indicati sul programma con auto o pulmino privato
- guida locale parlante italiano
- tutti i pernottamenti in hotel con colazione come da programma
- tutte le entrate ai monumenti e ai parchi
- assicurazione medico-bagaglio
- assicurazione contro annullamento viaggio
- organizzazione tecnica
- spese per accompagnatore

La quota non comprende:

- volo aereo
- pranzi e cene
- consumazioni fuori dai pasti
- mance
- escursioni e attività facoltative
- visto consolare
- tutte le voci non comprese nel programma

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: Colombo

Superficie: 65610 Km²

Lingua: I tre quarti della popolazione parlano cingalese. Quasi il 20% parla il tamil, principalmente nel nord dell'isola. Entrambe sono lingue ufficiali.

L'inglese è diffuso ed è generalmente utilizzato negli hotel.

Moneta: Rupia dello Sri Lanka

DOCUMENTI

Passaporto con una validità di 6 mesi.

Il visto di ingresso "ETA - Electronic Travel Authorization", al costo minimo di 30 dollari americani, dà diritto ad un ingresso nel Paese fino a 30 giorni. L'ETA può essere richiesto online, sul

sito www.eta.gov.lk, oppure attraverso le agenzie di viaggio o presso l'Ambasciata dello Sri Lanka a Roma. E' possibile ottenere l'ETA anche all'arrivo all'aeroporto di Colombo ad un costo maggiorato (35 dollari americani).



DIFFERENZA ORARIA

4 ore e mezzo in più rispetto l'ora italiana. 3 ore e mezzo quando in Italia vige l'ora legale.

CLIMA

Il paese è sottoposto a un doppio regime monsonico:

- Da metà maggio a ottobre spira il monzone dell'ovest portando con sé abbondanti piogge che trovano una barriera nel massiccio centrale.
- Da dicembre e marzo spira un monzone molto più debole che investe soprattutto la costa orientale risparmiando quella occidentale grazie alla barriera rappresentata dal Massiccio centrale.

Le temperature non conoscono rilevanti escursioni annuali, trovandosi il paese una manciata di gradi più a nord dell'equatore. Se però si intendono visitare zone dell'altopiano centrale occorrerà mettere in valigia un capo impermeabile per difendersi dalle brume mattutine.

Il tempo è volubile e l'ombrello deve essere sempre a portata di mano. A questo proposito va detto che le piogge non sono mai continue, nemmeno durante la stagione monsonica.

VACCINAZIONI

Nessuna vaccinazione è attualmente obbligatoria, ma vi consigliamo di fare quella contro epatite, colera e tetano. L'antimalarica non è richiesta. Inoltre consigliamo di portare con voi, oltre ai

medicinali solitamente usati, anche una piccola scorta di farmaci contro disturbi intestinali, mal di testa, raffreddori e repellenti per zanzare.

CONSIGLI PER LA SALUTE:

Adottare tutte le precauzioni necessarie nel consumo di acqua e alimenti per prevenire disturbi gastro-intestinali; sono possibili forti escursioni climatiche; non trascurare le problematiche dell'altitudine e dell'esposizione alle radiazioni solari; evitare le punture d'insetti, non bagnarsi nelle acque dolci; portare dei farmaci di primo soccorso.

TELEFONO

Dall'Italia allo Sri Lanka: comporre il prefisso internazionale 0094 più prefisso urbano seguito dal numero dell'abbonato.

VOLTAGGIO

Il voltaggio è a 220-240 volt.

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:

PLANET VIAGGI RESPONSABILI

Via Vasco de Gama 12a - VERONA

Tel: 045 8342630 – 045 8948363

E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it

www.planetviaggi.it