

VIETNAM etnie del nord

Dal 6 al 22 marzo



In qualunque periodo dall'anno, 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.

È un viaggio di



PROGRAMMA DI VIAGGIO

6 marzo: Partenza dall'Italia

7 marzo: ARRIVO AD HANOI

Arrivo ad **Hanoi**, accoglienza da parte della nostra guida e trasferimento in città. Sistemazione in albergo.

Giro in cyclo per le strade della città vecchia, l'antico quartiere delle 36 strade e delle corporazioni (durata un'ora circa).

In serata, a teatro, spettacolo di marionette sull'acqua.

Cena in ristorante locale.

Pernottamento in hotel ad Hanoi. (cena inclusa)



Hanoi è la capitale del Vietnam. La città è una miscela di Oriente ed Occidente con influenze cinesi e francesi risalenti al periodo coloniale. Numerosi i palazzi dalla facciata severa e spoglia, tipici dell'era comunista ma non mancano gli edifici ultramoderni secondo la moda imperante nelle grandi metropoli del Sud-Est Asiatico.

8 marzo: HANOI – LAO CAI

Dopo colazione, giornata dedicata alla scoperta dell'antica Hanoi, città millenaria: **la Pagoda Tran Quoc** la più antica pagoda del paese, **il Mausoleo del Presidente Ho Chi Minh** (*parte esterna*) in cui sorge **l'antica casa di legno su palafitta ed il suo bucolico giardino** (*chiusi il lunedì pomeriggio*), **la Pagoda a Pilastro Unico**, datata XI secolo, legata alla leggenda della Dinastia Ly, fondatrice della capitale Hanoi.



Proseguimento della visita del **Tempio della letteratura** – la prima università del Vietnam e del **Museo etnografico** (*chiuso il lunedì*), un museo che rappresenta la vita e i costumi tradizionali delle 54 etnie presenti sul territorio vietnamita. Cena in ristorante locale.

Trasferimento alla stazione per prendere il treno notturno verso **Lao Cai**.

Pernottamento a bordo del treno, in cuccetta climatizzata da 4 posti condivisa con altri viaggiatori. (colazione e cena inclusi)

9 marzo: LAO CAI – SA PA

Arrivo di buon'ora a Lao Cai, accoglienza da parte della guida e colazione in ristorante locale. Trasferimento privato in auto a **Sa Pa**. Visita della **chiesa** e del **mercato di Sa Pa**, dove i Dzao rossi, gli Hmong neri ed i Kinh vendono i loro prodotti.



Nel pomeriggio, trasferimento all'ingresso del **villaggio di Lao Cai** (villaggio dei Hmong neri), breve trekking di circa 2h30 al **villaggio di Ta Van** (etnia Dzay) attraverso la valle di Muong Hoa.

Pernottamento in homestay a Ta Van, Sa Pa. (colazione e cena inclusi)

Sa Pa è una città di frontiera e un centro della provincia di Lao Cai, nel nord-ovest del Vietnam, dove ha luogo il principale mercato locale della zona, dove si riuniscono diverse minoranze etniche come Hmong, Dzao, Dzay e Tay.

10 marzo: SA PA – BAC HA

Dopo la prima colazione, trekking di 3 ore al **villaggio** di Giang Ta Chai. Rientro in auto all'homestay per il check-out. Trasferimento in auto da Sa Pa a **Bac Ha** (3 ore circa), lungo la strada sosta per ammirare il paesaggio locale e scattare qualche fotografia.

Sistemazione, cena e pernottamento in homestay a Bac Ha. (colazione e cena inclusi)



Il piccolo villaggio di Bac Ha, a 60 chilometri da Lao Cai e 80 km da Sapa, è uno dei luoghi più autentici per vedere i vari gruppi etnici vietnamiti, che si riuniscono nel suo popolare e colorato mercato.

11 marzo: BAC HA – LAO CAI – HANOI

Colazione e partenza per visitare **il mercato locale**. A seconda del giorno, si visiterà un mercato diverso (martedì: mercato di Coc Ly, mercoledì: mercato di Sin Cheng, giovedì: mercato di Lung Khau Nhin, sabato: mercato di Can Cau, domenica: mercato Bac Ha o di Muong Khuong). A continuazione visita del **Palazzo del Re Meo Hoang**.



A **Tuong**, passeggiata ai villaggi locali delle minoranze etniche. Trasferimento in auto alla stazione di Lao Cai, per il treno notturno di ritorno ad Hanoi.

Pernottamento a bordo del treno, in cuccetta da 4 posti condivisa con altri viaggiatori. (colazione inclusa)

12 marzo: HA NOI – HA LONG

Arrivo in prima mattina ad **Hanoi**, trasferimento in hotel e prima colazione. Partenza in auto per **Ha Long**. Arrivo al molo verso mezzogiorno e sistemazione a bordo di una piccola nave da crociera (Giunca). Sistemazione in cabina confortevole fornita di acqua calda, climatizzazione e vista straordinaria sulla baia. Pasto servito a bordo, preparato dai marinai. Crociera attraverso la straordinaria **Baia di Halong**, una delle meraviglie del mondo. Cena speciale.



Pernottamento a bordo della giunca. (colazione, pranzo e cena inclusi)

La Baia di Ha Long è un'insenatura situata nel golfo del Tonchino, in territorio vietnamita. Fa parte della provincia di Quang Ninh e comprende circa 3000 isolette calcaree con numerose grotte carsiche. La baia si trova 164 km ad est della capitale Hanoi, non lontano dal confine con la Cina.

13 marzo: HA LONG – NINH BINH

Sveglia mattutina per praticare Tai Chi ed ammirare l'alba. Colazione a bordo. Continuazione della crociera per visitare le grotte. Ricco brunch a bordo. Sbarco e trasferimento in auto a **Ninh Binh**. Arrivo nella cittadina e sistemazione in albergo. Tempo libero per camminare nei dintorni e conoscere la vita quotidiana degli abitanti. Cena libera. **Pernottamento in hotel a Ninh Binh.** (colazione e brunch inclusi)



Ninh Binh è una provincia del Vietnam, situata nella regione del Delta del Fiume Rosso. È considerata una delle tre destinazioni più interessanti del Paese, con innumerevoli e maestosi paesaggi naturali.

14 marzo: NINH BINH – HA NOI – HUE

Colazione e partenza per **Trang An**, considerata la Baia di Ha long su terra, gita in barca (due ore circa) circondati da pittoreschi paesaggi e attraverso grotte naturali scavate dal fiume nella roccia carsica, in un ambiente ancora non toccato dal turismo di massa. Proseguimento in auto a **Hoa Lu**, antica capitale del Vietnam tra il X e l'XI secolo. Visita di due importantissimi templi dedicati a due antichi sovrani vietnamiti: **il re Dinh** ed **il re Le**. Ritorno in auto ad Hanoi. Trasferimento diretto all'aeroporto, per il volo verso **Hue**, l'antica capitale della dinastia Nguyen. Trasferimento e sistemazione in hotel.



Pernottamento in hotel. (colazione inclusa)

Hue è il capoluogo della provincia di Thua Thien-Hue, nella regione costiera del Centro-Nord. La città fu capitale imperiale del Vietnam. Molte reliquie architettoniche e culturali del passato si sono perfettamente conservate fino ai nostri giorni. Hue è una delle città più menzionate nella poesia e nella musica vietnamita.

15 marzo: HUE

Dopo colazione visita della **Pagoda Thien Mu**, situata lungo le sponde del fiume. Proseguimento in auto al **villaggio La Chu**. Giro in bicicletta per ammirare la natura e scoprire il pacifico villaggio e la vita quotidiana degli abitanti.

Prima del pranzo in una casa locale, sosta con visita ad una famiglia dove prepareranno e vi offriranno una torta di riso con gamberi, che si chiama "Bahn Loc", una specialità locale.

Visita dell'**antica Cittadella**, costituita dalla Fortezza reale e dalla Città proibita. La cittadella fu parzialmente distrutta dagli Americani nel 1968, durante la guerra del Vietnam.

A seguire visita al mercato locale Dong Ba.

Pernottamento in hotel a Hue. (colazione e pranzo inclusi)



16 marzo: HUE – HOI AN

Visita della **tomba dell'Imperatore Minh Mang**, l'imperatore più conosciuto tra i 13 della Dinastia Nguyen.

Trasferimento in auto a **Hoi An**, attraverso il Passo delle Nuvole. Pranzo in ristorante locale. Il pomeriggio è dedicato alla visita dell'antica città di Hoi An: il mercato Hoi An, l'antica casa di Tan Ky, il Tempio cinese Phuc Kien, il ponte coperto giapponese e possibilità di creare una lanterna tradizionale.

Sistemazione in hotel e pernottamento. (colazione e pranzo inclusi)



La piccola città di Hoi An è situata nel centro del Vietnam ed è stata grandemente influenzata dalla cultura giapponese, francese e cinese. Hoi An è conosciuta come "la città delle lanterne" poiché nelle notti di luna piena si illuminano migliaia di lampioni e lampade artigianali. Nel 1999, l'Unesco l'ha dichiarata Patrimonio dell'Umanità.

17 marzo: HOI AN

Colazione e giornata libera. Potrete raggiungere la spiaggia a circa 4 Km dal centro della città (*trasporto escluso*).

In alternativa, se non avrete voglia di stare al mare, potrete scegliere tra diverse escursioni:

- andare in bicicletta attraversando villaggi e campagne nei dintorni di Hoi An
- prenotare un giro alle rovine della civiltà Champa (35 km da Hoi An)
- girovagare nella città antica di Hoi An

Pernottamento in hotel a Hoi An. (colazione inclusa)

18 marzo: HOI AN – DA NANG – SAI GON

Trasferimento all'aeroporto di Da Nang e **volo mattutino per Saigon**. Arrivo dopo un'ora e trenta di volo e trasferimento in città. Pomeriggio alla scoperta della città: visita del quartiere centrale con le sue abitazioni in stile coloniale, **la Cattedrale Notre Dame**, **l'ufficio della Posta Centrale**, **il museo della Guerra** dove viene ripercorsa la storia della seconda guerra d'Indocina, più nota come "Guerra del Vietnam" ed il mercato **Ben Thanh**.

Pernottamento in hotel a Sai Gon. (colazione inclusa)



La città di Ho Chi Minh, precedentemente conosciuta come Saigon, è il centro più importante dell'economia, della cultura e dell'educazione del Vietnam. Questa città è anche la più grande, moderna e vivace città del paese con migliaia di mercati, negozi, bar, locali, ristoranti, venditori ambulanti... Molti giovani si riuniscono nelle strade affollate specialmente durante le feste e le vacanze.

19 marzo: SAI GON – VINH LONG

Dopo colazione, partenza per il Delta del Mekong con destinazione **Vinh Long**. Dopo due ore e mezza di viaggio, vi imbarcherete su un battellino a mano per navigare lungo le piccole diramazioni del grande delta del Mekong circondati da una vegetazione lussureggiante.

A seguire gita in bicicletta intorno al villaggio per scoprire la vita quotidiana degli abitanti e visitare qualche bella pagoda sull'isola.

Cena e pernottamento in homestay a Vinh Long.

(colazione e cena inclusi)



20 marzo: VINH LONG – SAI GON

Dopo la prima colazione, ritorno in auto verso Sai Gon.

Visita al Tempio cinese di Thien Hau che ha più di 150 anni di storia e China Town, nella periferia sud-ovest di Sai Gon.

Pernottamento in hotel a Sai Gon. (colazione inclusa)

21 marzo: SAI GON – ITALIA

Prima colazione in hotel. Tempo libero fino al trasferimento in aeroporto per il volo di ritorno in Italia. (colazione inclusa)

22 marzo: arrivo 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.

MODALITA' DI EFFETTUAZIONE DEL VIAGGIO

L'itinerario prevede la presenza di diversi accompagnatori e guide nelle varie tappe.

Per un minimo di 4 persone le guide saranno in lingua italiana, per 2/3 viaggiatori le guide previste sono in inglese, potrà comunque essere prevista una guida in italiano con supplemento.

Spostamenti con mezzi privati e pubblici.

Sistemazione in hotel, alberghi e *Homestay* che in Vietnam si intendono una specie di Ostelli gestiti da famiglie locali, in cui si dorme in camere o camerate (dipendendo dagli *homestay*), con bagni in comune. Sono strutture piccole ma pulite, confortevoli e molto caratteristiche.

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 8-10 persone:	1715 € + volo aereo
Calcolato su 6-7 persone:	1800 € + volo aereo
Calcolato su 5 persone:	1840 € + volo aereo
Calcolato su 4 persone:	1935 € + volo aereo
Calcolato su 3 persone:	2120 € + volo aereo

Costo volo aereo a partire da € 900,00 (tasse incluse)

***I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 eur = 1.05 usd
Una variazione significativa del cambio comporterà un necessario adeguamento
come previsto dalle normative in materia.***

I PREZZI INCLUDONO:

- pernottamenti come da programma (in camera matrimoniale/doppia negli hotel, in camerata condivisa presso le homestay, a bordo treno in cuccetta da 4 viaggiatori e nella barca sulla baia in camera doppia)
- tutti i trasferimenti e le escursioni come da programma
- voli domestici Hanoi-Hue & Da Nang-Ho Chi Minh (in classe economica, tasse aeroportuali incluse)
- colazioni tutte comprese; pranzi e cene come descritto all'interno del programma (bevande sempre escluse ai pasti)
- guida locale in lingua italiana dal 11 al 14 marzo
- guide locali in lingua inglese sempre al seguito, ad eccezione dei giorni dal 11 al 14 marzo (in cui sarà presente la guida in italiano), tour nella Baia di Halong (presente solo la "guida di bordo"), nei giorni considerati liberi (non è prevista la presenza della guida) e durante i trasferimenti da/per aeroporto in auto privata (senza accompagnatore, solo autista)
- biglietti d'entrata ai siti indicati nel programma
- spettacolo delle marionette sull'acqua nel villaggio Nhan Muc
- giri in bici e attività come indicate nel programma
- assicurazione medico-bagaglio (massimale medico € 50.000)
- assicurazione contro annullamento del viaggio
- organizzazione tecnica

I PREZZI NON INCLUDONO:

- voli intercontinentali
- pasti e cene non indicate nel programma
- bevande ai pasti
- mance*
- eventuale supplemento singola (€ 380)
- eventuale check-in anticipato e late check-out in hotel
- eventuali mance
- i servizi non chiaramente indicati in "i prezzi includono"

NOTIZIE UTILI

DOCUMENTI:

E' necessario possedere il passaporto con validità residua di almeno 6 mesi, e 3 pagine libere.

Visto d'ingresso per il Vietnam: non necessario per soggiorni inferiori ai 45 giorni e ingresso singolo.

MONETA:

La valuta locale del Vietnam è il **Dong**.

Si consiglia di cambiare piccole somme per volta, poiché i Dong eventualmente rimasti non si potranno più riconvertire.

Le carte di credito sono accettate solo negli alberghi e in qualche negozio di souvenir.

Euro e dollari vengono comunemente accettati.

MANCE:

La mancia viene sempre più concepita come un elemento importante e quasi "atteso" (anche se non esplicitamente richiesto).

A puro titolo indicativo vi riporto qui di seguito una indicazione di quanto può avere senso lasciare di mancia: circa 3 usd per persona al giorno per l'autista // circa 3-5 usd per persona al giorno per la guida turistica.

CLIMA:

Il **Vietnam del Nord** è caratterizzato dalle 4 stagioni che corrispondono a quelle italiane, ma le temperature sono molto più miti. L'inverno dura da novembre ad aprile, si presenta con temperature abbastanza basse che possono scendere fino ad un minimo di 7-10°C e, durante i mesi di febbraio e marzo, con continue pioggerelline. In estate si può arrivare anche a 37-38°C.

Il **Vietnam del Centro e del Sud** presenta un clima tropicale umido. Fa sempre caldo e le temperature oscillano tra i 20° e i 30°C. Vi sono due stagioni distinte:

- **stagione secca (da dicembre a maggio):** il periodo ideale va da novembre a febbraio, quando fa fresco e secco (20-30°C); mentre da marzo a maggio/giugno fa caldo.

- **stagione tropicale (da giugno a novembre):** possono esserci delle piogge, ma di solito si tratta di scariche d'acqua della durata di 30 minuti. È una stagione strana ma piacevole (25-30°C).

SITUAZIONE SANITARIA:

In Vietnam le strutture sanitarie non sono equiparabili agli standard italiani, anche se gli ospedali delle grandi città vietnamite di Hanoi, Danang e Ho Chi Minh sono relativamente all'avanguardia e offrono buona assistenza medica. Si consiglia comunque di recarsi in ospedale solo per piccoli problemi medici o come appoggio per un immediato rimpatrio aereo del malato. Gli ospedali, statali e privati, internazionali e nazionali, di tutti i livelli, sono a pagamento.

CUCINA:

Il **Vietnam** abbonda di ristoranti per tutte le fasce di prezzi. Nel complesso la cucina è varia e molto buona. Le zuppe, il riso, le carni ed il pesce, che rappresentano elementi costanti, vengono cucinati e serviti in maniera diversa a seconda della regione, preparati in maniera simile alla cucina cinese. Unica differenza da quest'ultima è che quella vietnamita risulta molto più delicata ed apprezzata dai palati occidentali. I lunghi anni di occupazione francese hanno lasciato traccia anche nell'arte culinaria, infatti ad ogni angolo si trovano banchetti che vendono baguette di pane o croissant. Dal punto di vista igienico, i ristoranti seguono gli standard internazionali, per cui il cibo è sicuro.

ELETTRICITÀ:

Il Vietnam ha nella maggior parte dei casi corrente alternata di 220 volt (come in Italia). Le prese elettriche sono quelle internazionali a 2 fori, molto simili a quelle italiane (*NON quelle tedesche*). Può tornare molto utile una pila e una torcia. Le prese di corrente sono sia rotonde che a lamella, meglio portare un adattatore.

TELEFONO:

Il prefisso per telefonare in Vietnam dall'Italia è 0084 seguito dall'indicatore della città. Per chiamare l'Italia basta comporre lo 0039 seguito dal numero dell'abbonato desiderato. La maggioranza degli hotel e locali pubblici (ristoranti, bar, ecc.) offrono il Wi-Fi ad alta velocità e completamente gratuito.

ABBIGLIAMENTO:

È doveroso rispettare le usanze locali in fatto di vestiario, soprattutto nei siti religiosi; per esempio, bisogna ricordarsi di togliersi le scarpe per entrare nei templi e indossare abiti adeguati. Si suggerisce un abbigliamento comodo e pratico, leggero, sportivo senza dimenticare qualche capo più pesante (a seconda dei luoghi visitati e delle stagioni) e un impermeabile leggero.

FUSO ORARIO:

La differenza di ora con l'Italia è di +6 ore, che diventano +5 ore quando in Italia vige l'ora legale.

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).

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