

ASIA: Bhutan, terra del drago tonante

La straordinaria magia dei Festival

Viaggio di gruppo: Id577_18

Durata: 15 giorni/14 notti

IL FASCINO DEL VIAGGIO

Un paese nascosto per secoli, protetto e assicurato dall'**Himalaya**. All'interno di questi duri contorni il regno, l'ultimo del **Buddhismo Mahayana**, ha sviluppato e preservato la sua cultura unica. Al giorno d'oggi, nonostante il mondo contemporaneo stia bussando prepotente alle porte, l'ambiente resta sempre medioevale. Meno di un milione di persone gelosamente protettive e preoccupate che la propria identità culturale non sia sopraffatta dalla modernità di culture e pensieri diversi. Un paese unico, dove è fiorita la forma più autentica e pura del Buddismo tantrico con i suoi credo surrealistici, le processioni festose, le danze e i rituali. Dove la felicità delle persone è considerata un obiettivo finale, più importante del prodotto interno lordo. Sarete trasportati in un'epoca, lontana nel tempo, dove i valori tradizionali dettano il ritmo della vita. Per quanto ancora non ci è dato di sapere.

Il tour ci permette di partecipare a tre festival, occasioni perfette per scoprire da vicino la straordinaria magia del Bhutan.

Il **Gasa Tshechu**, nella zona centrale del Bhutan, che richiama i nomadi dalle montagne dai villaggi di Laya e Lunana, con vestiti e gioielli particolarmente unici.

Il **Paro Tshechu**, il più conosciuto dei festival religiosi in Bhutan.

Il cham rurale del villaggio di **Dzongdrakha**, abbarbicato sulle pendici della montagna, a cui partecipano i contadini della vallata.

PLUS SOLIDALE

Siamo accolti alla Changangkha School dove gli insegnanti ci illustrano il sistema scolastico. Attualmente, alla scuola sono iscritti 983 studenti di cui 100 con disabilità diverse, SEN. L'unità SEN, è stata formalmente inaugurata da Sua Maestà la Regina Madre, Ashi Tshering PemWangchuck nel 2002. Il Ministero dell'Istruzione avviò il programma attraverso la Bhutan Foundation, quindi, Changangkha divenne una scuola pilota per soddisfare bisogni e abilità di studenti diversamente abili.

Gli insegnanti forniscono l'inclusione di questi studenti nei processi di apprendimento nelle classi ordinarie insieme a ulteriori lezioni individuali e di gruppo.

Oltre agli studi accademici, vengono svolte anche una serie di attività co-curricolari meditazione, concerti, attività culturali, settimana della lettura.

PROGRAMMA DEL VIAGGIO

GIORNO 1: ITALIA -NEPAL

Partenza dall'Italia per Kathmandu, in Nepal

GIORNO 2: KATHMANDU

Arrivo a Kathmandu, ottenimento del visto di transito nepalese.

Trasferimento e sistemazione in albergo a Kathmandu.

Viaggi Solidali Società Cooperativa Impresa Sociale
Sede legale: c/o AVVOCATO TORINO | ATHENA SOCIETA' DI AVVOCATI S.R.L. S.T.A.
Palazzo Galileo, Via San Quintino 28, 10121 TORINO (TO)
Sede operativa: c/o CASA CONTE ROSSO
Piazza Conte Rosso 20, 10051 AVIGLIANA (TO)
P.IVA: 08998700010

Uff. Registro Imprese: 1016818 - Iscrizione Albo delle Cooperative: A161747 del 05/01/2005
Lic. Ag. Viaggi n. 2023/222-A- Ass. RCT/RCO UNIPOL: polizza n. 149563032
www.viaggisolidali.it - Tel: 011.4379468 - E-mail: info@viaggisolidali.it
www.casaconterosso.it - Tel: 011.19820877 - E-mail: info@casaconterosso.it

GIORNO 3: VALLE DI KATHMANDU

Trasferimento ad alcuni siti della valle e visite libere:

Pashupatinath, immenso tempio dedicato a Shiva che sorge alla sorgente del fiume Bhagmati, sacro per gli induisti poiché affluente del Gange, e dove vengono ancora cremati i corpi dei defunti.

Boudanath, il più grande stupa del mondo, attorno a cui sorgono centinaia di piccoli centri buddisti e attività commerciali fondate dai profughi dell'invasione cinese del Tibet nel 1959

Pranzo e cena liberi, pernottamento a Katmandu.

GIORNO 4: volo KATHMANDU – PARO (55 Km, circa 1h)

Partenza al mattino con volo **Druk Air** e arrivo a **Paro**, aeroporto del Bhutan, a m. 2200 s.l.m. Il volo della Druk Air è già un momento spettacolare del viaggio con viste mozzafiato sulla catena himalayana: si vedono l'**Everest**, il **Kanchendzonga** e il **Jhomolhari**, la montagna sacra del Bhutan. All'arrivo all'aeroporto internazionale di **Paro**, veniamo accolti dalla guida e seguiamo per **Thimphu**, la capitale del Paese, che sorge in una bella e verdeggiante valle sulla sponda del fiume **Wang**. La capitale butanese offre l'esperienza di una peculiare mescolanza di sviluppo e tradizione, vecchio e nuovo, religione e commercio. È la realtà più vicina ad un centro urbano che si possa incontrare in Bhutan, fra mercati di frutta, negozietti di stoffe e oggettistica, dove tutti passeggiano senza fretta sui marciapiedi bucati della via principale: monaci nei loro abiti cremisi, funzionari governativi e studenti.

Gli uomini indossano il **gho**, una veste che arriva all'altezza del ginocchio allacciata in vita da una cintura, la kera e calzettoni di colore scuro; le donne vestono una tunica lunga chiamata **kira**, cucita con stoffe dai colori vivaci e guarnita con decorazioni tradizionali, chiusa da cinture e fermagli elaborati; sopra la tunica si indossa il toego, la giacca di seta. Questo abbigliamento è obbligatorio per tutti coloro che sono impiegati nei lavori pubblici e statali, come vuole la **Driglam Namzha (Codice delle Buone Maniere)**. Capita spesso che in segno di protesta e sfida agli obblighi imposti dal regime, i giovani si rifiutino di indossare kera e gho. A **Thimphu** le facciate colorate e decorate degli edifici conferiscono un'impronta ancora medievale all'assetto urbanistico della città: una legge speciale rende obbligatorie le forme e i motivi dell'architettura tradizionale anche nelle nuove costruzioni, conferendo a tutto il paese una gradevole armonia strutturale.

Visitiamo il **Memorial Chorten**, uno stupa della setta buddista Nygmapa, costruito nel 1974 per onorare la memoria del defunto re **Jigme Dorji Wangchuck**, considerato il padre del moderno Bhutan. Il memoriale conserva numerosi dipinti e statue sacre; per molti rappresenta il centro della devozione quotidiana e non è difficile imbattersi, nel corso della giornata, nei pellegrini che percorrono il suo perimetro.

Pensione completa. Pernottamento a Thimphu.

GIORNO 5: THIMPU

Dedichiamo questa giornata ad alcune visite che ci aiuteranno ad avvicinarci alla cultura di questo Paese. Scuole, fabbriche e musei che spiegano e contribuiscono a preservare antiche arti tradizionali e soprattutto valori, conoscenze, credenze e norme sociali.

Siamo accolti alla Changangkha School dove gli insegnanti ci illustrano il sistema scolastico. Attualmente, alla scuola sono iscritti 983 studenti di cui 100 con disabilità diverse.

Visitiamo la Zorig Chusum, conosciuta anche come Painting School, istituto d'arte nazionale dove i ragazzi imparano le 13 arti tradizionali del Bhutan. La scuola prevede corsi della durata di 4-6 anni in pittura, mobili, thangka, intaglio di maschere, statue e scodelle, ricamo e scultura.

Infine, la Jungshi Handmade Factory che ha sede in un piccolo edificio nella periferia di Thimphu per dar rilievo ad una attività del tutto domestica e antica e introdurla nel mondo

dell'esportazione. Le fibre naturali grezze vengono estratte dalla corteccia di due specie di arbusti, la Daphne e il Dhekap, e lentamente trasformate in fogli di carta. Possiamo osservare l'intero processo di produzione della carta fatta a mano secondo antichi metodi tradizionali praticati da generazioni. Oggi la Jungshi Handmade Factory esporta i suoi prodotti negli Stati Uniti, in Giappone, in Europa, in India e in Nepal.

Pensione completa e pernottamento a Thimphu.

GIORNO 6: THIMPU – PASSO DOCHU (23Km. Circa 50m) – SOPSOKHA – (39Km circa 1.20h) – PUNAKHA (12km circa 30m)

Partenza alla volta del passo di Dochula, 3140 m, situato all'interno di una foresta lussureggiante e contrassegnato da migliaia di tangka, drappi sacri coloratissimi e da 108 chorten (nome tibetano per stupa), costruiti nel 2005 in commemorazione delle battaglie svoltesi ai confini con l'Assam. Tali costruzioni indicano un atto di espiatione per la perdita di vite umane e sono circondate da rododendri, ontani, cipressi, cicute, abeti e dafne. Sostiamo per un tè al Passo Dochula e lasciamo la National Hwy per inoltrarci nella valle laterale verso villaggi e località meno conosciute. Ci fermiamo a pranzo a Sopsokha da qui per un paio d'ore passeggiamo fra i campi di riso, verso i villaggi di Yoakha Pana, dove la vita scorre fra i lavori quotidiani dei campi e Chimi dove falli volanti sono dipinti sui muri di tutte le case, in diverse dimensioni, in "atteggiamenti" ridicoli, infiocchettati con nastri colorati, con occhi ammiccanti e sorriso simpatico... Il primo effetto può essere imbarazzante, ma sappiate che qui il fallo è benedetto, scaccia i demoni e protegge le famiglie. I dipinti fallici hanno la loro origine nel monastero di Chimi Lhaklang costruito in onore di Lama Drukpa Kunley, popolarmente conosciuto come il folle divino e illuminato.

Visitiamo il monastero, dove si recano le donne che desiderano avere dei figli per ricevere una benedizione e scegliere il nome del nascituro.

Proseguiamo per Punakha.

Pensione completa. Pernottamento a Punakha.

GIORNO 7: PUNAKHA – GASA (73km circa 1.50h)

Punakha è stata capitale del Bhutan e sede del potere politico fino al 1955, quando la capitale è stata trasferita a Thimphu. La città è sita a 1300 metri sul livello del mare, in una magnifica fertile valle, dove il clima è curiosamente quasi tropicale. La natura qui è generosa, offrendo agli abitanti due raccolti di riso all'anno, arance e banane. Per questo clima ideale è anche residenza invernale della famiglia reale bhutanesa. Posta alla confluenza tra il Mo Chhu (Fiume Madre) e il Pho Chhu (Fiume Padre) è la sede di uno dei monasteri più imponenti del paese: il Punakha Dzong. Il monastero è stato costruito strategicamente proprio nel punto di confluenza dei due corsi d'acqua (tra il 1637 e il 1638), allo scopo di divenire il centro religioso e amministrativo più importante della regione.

Nel pomeriggio proseguiamo per Gasa, patria delle comunità dell'altopiano occidentale del Bhutan. Per raggiungerla percorriamo la valle del Mo Chhu, che sorge sui monti dell'Himalaya, nel distretto di Gasa, non distante dal confine che separa il Bhutan e la Regione Autonoma del Tibet. Il suo corso segue una direzione verso sud, fino ad arrivare all'ex capitale del paese, Punakha.

Pensione completa. Pernottamento a Gasa.

GIORNO 8: GASA TSECHU

Il Bhutan è il Paese delle feste religiose: i "Tshechu" (festival), che si basano sul calendario lunare buddista e quindi le date variano di anno in anno. Tutti gli Dzong organizzano ogni anno il proprio "Tshechu", un insieme di funzioni religiose, trame teatrali mitiche ed evocazioni vicine allo spiritismo, immerse in un contorno di folklore intenso, accompagnato da recite e

danze. Sono eventi spirituali con cui procurarsi meriti per le vite successive ed esorcizzare gli spiriti maligni. Ogni Tsechu ha caratteristiche proprie: dalle formali celebrazioni dei grandi Dzong agli incontri di tono rurale degli Dzong minori, ma tutti seguono uno schema cerimoniale inconfondibile, organizzato su sequenze, ritmi e danze precisi.

Un ruolo importante lo svolgono i Cham (balli mascherati), eseguiti durante il Tsechu, si ritiene infatti conferiscano benedizioni agli spettatori e insegnino le vie del Dharma buddhista.

Durante il Cham lo stato di coscienza legato alla mente razionale si affievolisce, consentendo il fondersi di spirito, emotività e pensiero che permette l'emersione di mondi sottili che noi occidentali releghiamo nello spazio dell'immaginazione ma che qui consentono di attingere alle radici profonde della realtà. I bellissimi costumi che i celebranti e danzatori indossano sono tratti dall'iconografia della cultura locale.

L'annuale Gasa Tsechu si tiene allo Dzong. Le danze popolari sono eseguite da monaci e ballerini laici e sono uniche. Qui arrivano i nomadi dalle montagne e molte persone dai villaggi vicini, da Laya e Lunana, reso famoso dal film: "Lunana, il villaggio alla fine del mondo" vincitore dell'Oscar come miglior film straniero.

Nel pomeriggio rientriamo a Punakha.

Pensione completa. Pernottamento a Punakha.

GIORNO 9: PUNAKHA – PARO (115km circa 3.40h)

Giornata di trasferimento a Paro e tempo nel pomeriggio per esplorare a piedi la strada principale di Paro, fiancheggiata da numerosissimi negozi che vendono articoli da regalo e altrettante botteghe di prodotti per la gente del luogo. Paro si trova ad est del monte Jhomolhari, montagna sacra dei bhutanesi ed è il capoluogo del distretto. È una cittadina distesa in un'ampia valle, ricca di terreni agricoli, fattorie e colline boschive. Conta circa 20.000 abitanti.

Pensione completa. Pernottamento a Paro.

GIORNO 10: PARO

Escursione al Taktshang Lhakang.

Di prima mattina partiamo e raggiungiamo il punto di partenza per l'escursione al famoso Taktshang Lhakang, icona culturale e religiosa del Bhutan, conosciuto anche come "Nido della Tigre". Il monastero è stato fondato nel 1692 su una ripida parete della montagna a 3.120 metri di altezza ed è considerato uno dei luoghi più sacri del regno.

Si narra che il Guru Padmasambhava (Rinpoche) sia volato qui nell'VIII° secolo sul dorso di una tigre per sconfiggere i demoni della regione di Paro che si opponevano alla diffusione del buddhismo. Il complesso di Paro ospita sette templi ed è stato costruito vicino alla grotta dove, secondo la leggenda, Guru si ritirò a meditare per tre anni, tre mesi e tre giorni.

L'escursione è abbastanza impegnativa, ma sono moltissimi i pellegrini che si recano in visita, giovani, bambini e anziani. L'affronteremo anche noi con calma, avendo tutto il tempo a nostra disposizione. Lo sforzo verrà compensato dalla suggestiva visione di questo ineguagliabile monastero e della sua posizione.

La prima parte del cammino, circa 300 metri di dislivello, due ore, si può anche effettuare a cavallo. Si arriva ad un primo punto di ristoro, da dove in lontananza è visibile il monastero.

Da qui si prosegue con altri 300 metri di dislivello e si arriva alla meta. La tana della tigre ci dà il benvenuto in tutta la sua magnificenza.

Pensione completa. Pernottamento a Paro.

GIORNO 11: PARO TSECHU

A Paro assistiamo ad una ricorrenza giustamente famosa per la bellezza di danze e cerimoniali, il Paro Tsechu. Il più conosciuto e il più frequentato di tutto il Paese. Abbiamo così l'opportunità

di visitare lo **Rinpung Dzong**, dove avviene il festival, uno fra i più massicci e noti del Bhutan, visibile in tutta la valle per i suoi contrafforti imponenti. La fortezza fu utilizzata per difendere la valle dalle invasioni tibetane e sopravvisse ai danneggiamenti subiti dal terremoto e incendi. Ora ospita il quartiere monastico e gli uffici governativi.
Pensione completa. Pernottamento a Paro.

GIORNO 12: DZONGDRA TSHECHU (10km circa 25 minuti)

Ci dirigiamo oggi al villaggio di Dzongdrakha. Abbarbicato sulle pendici della montagna, è uno dei numerosi luoghi in cui Guru Rinpoche sottomise i demoni locali. Il monastero ospita quattro santuari dedicati a Tara, Tsheringma (Dea della Longevità), Guru Rinpoche e il Buddha del futuro, Maitreya.

Dzongdrakha si raggiunge da Paro in pullman e poi con una passeggiata di 20 minuti lungo un sentiero costeggiato da case tradizionali. Da qui si gode la veduta della valle di Paro Bondey. Oggi qui si svolge un Cham rurale, un avvenimento religioso e sociale, con un'atmosfera di altri tempi; gli spettatori, quasi tutti contadini della vallata, abbigliati con i loro costumi più belli e ornamenti particolari mangiano e chiacchierano in allegra compagnia.
Pensione completa. Pernottamento a Paro.

GIORNO 13: PARO - KATHMANDU

In mattinata, trasferimento in aeroporto e partenza per Katmandu.

Nel pomeriggio trasferimento a **Bhaktapur** e visita libera. Il **Changu Narayan** figura nella lista dei sette monumenti che hanno reso la città Patrimonio Mondiale dell'Unesco nel 1979. Ornato con opere in rilievo, **rappresenta una pietra miliare dell'architettura del tipico tempio nepalese.**

Pranzo e cena liberi. Pernottamento a Katmandu.

GIORNO 14: VOLO KATHMANDU – ITALIA

GIORNO 15: arrivo in ITALIA

NB: le informazioni riportate potrebbero subire variazioni. Eventuali modifiche e/o aggiornamenti saranno forniti in fase di iscrizione.

SCHEDA TECNICA DEL VIAGGIO

VITTO E ALLOGGIO

I pernottamenti sono previsti in hotel a Katmandu, Thimpu, Punakha e Paro, in camere doppie con servizi in camera, in singola su richiesta. A Gasa l'alloggio è previsto in una farm house tradizionale, le camere sono doppie e i bagni in comune. La colazione è sempre prevista in albergo e alla farm house di Gasa, i pasti sono serviti in albergo, ristoranti locali, picnic dove possibile. Pasti liberi a Katmandu.

TRASPORTI

Il trasporto in Bhutan è previsto in pulmino da 16 posti con autista. La strada da Thimpu a Paro è agevole e percorribile in poco tempo, mentre da Punakha a Gasa è tipica di alta montagna e prevede tempi più lunghi. Le strade nel Bhutan occidentale e centrale hanno subito forti ammodernamenti, mentre restano ancora difficili i percorsi verso il Bhutan orientale. Il viaggio prevede varie tappe di trasferimento relativamente brevi, una più lunga di ritorno da Gasa a Punakha e Thimpu.

Sono previsti tutti i trasferimenti dagli aeroporti a destinazione, in Nepal e in Bhutan.

CLIMA

I periodi migliori per visitare il Bhutan sono le stagioni intermedie, e in particolare marzo e aprile, e da ottobre a novembre. In primavera il paesaggio è ancora brullo, mentre in autunno le valli sono verdissime, ma in ambedue i periodi ci sono interessanti e unici festival locali. Le precipitazioni cadono con intensità da maggio a settembre per l'arrivo dei monsoni, rendono fangose e pericolose le strade e gli spostamenti sono difficili, spesso impossibili. In inverno il tempo è in genere buono, ma rigido, non sono escluse nevicate alle alte quote che possono bloccare alcuni passi.

DOCUMENTI E SALUTE

Il passaporto deve essere in corso di validità (almeno per i 6 mesi successivi al giorno della partenza), necessario visto d'ingresso in Nepal e in Bhutan. Sono richiesti i certificati vaccinali.

Nessuna altra vaccinazione è obbligatoria.

Per maggiori informazioni vi invitiamo a consultare:

<https://www.viaggiareassicuri.it/find-country/country/NPL>

<https://www.viaggiareassicuri.it/find-country/country/BTN>

COSTI VIAGGIO INDICATIVI DELLA PROPOSTA:

Quota volo: 1260 euro, quota indicativa comprensiva di tasse e diritti: l'ammontare esatto verrà comunicato al momento dell'iscrizione.

Quota viaggio: 4600 euro (base 10 persone)

Supplementi:

piccolo gruppo partenza in 8/9 viaggiatori: 100 euro

Il supplemento per "piccolo gruppo" verrà rimborsato o scalato dal saldo al raggiungimento del minimo di partecipanti.

camera singola: 470 euro

NOTA BENE: il programma ed i costi possono variare in base alla singola data di partenza per cui per ogni partenza faranno fede programma e costi inviati al momento dell'iscrizione.

LA QUOTA COMPRENDE (programma base di 14 giorni):

- > Quota di iscrizione; assicurazioni: polizza Assistenza alla Persona, Spese mediche, Bagaglio ed Annullamento
- > Visto di entrata in Bhutan.
- > Quota di solidarietà per lo sviluppo di progetti locali
- > A Kathmandu, Nepal: accoglienza e trasferimenti dall'aeroporto in hotel e viceversa. 3 notti in hotel servizio bed&breakfast.
- > In Bhutan: pernottamento in stanza doppia, pensione completa.
- > Volo aereo Kathmandu/Paro/Kathmandu.
- > Tutti i trasferimenti con minibus privato e autista, tutte le escursioni previste come da programma. Compenso e rimborso spese guida locale e accompagnatore in partenza con il gruppo.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- > Visto di entrata in Nepal, i pasti, le visite di Kathmandu e i trasferimenti in città. Tutto quanto non espressamente indicato in "la quota comprende".

Quota consigliata per spese in loco circa € 180,00 / 200,00

ASSICURAZIONE INCLUSA NEL PACCHETTO:

I nostri viaggi sono coperti da polizza assicurativa (già prevista ed inclusa nel pacchetto) per "Assistenza alla persona", "Spese mediche", "Bagaglio" e "Annullamento":

- Garanzia Assistenza in viaggio: prestazione come da dettaglio riportato nella DIP (Documento Informativo Precontrattuale) che verrà inviato in fase di apertura iscrizioni
- Garanzia Rimborso Spese Mediche con differenti massimali prestabiliti in base alla destinazione del viaggio (Italia/Europa /Mondo)
- Garanzia Assicurazione Bagaglio: con differenti massimali prestabiliti in base alla destinazione del viaggio (Italia/Europa /Mondo)
- Garanzia Assicurazione Annullamento Viaggio: Costo totale del viaggio (fino a 5.000 euro per persona)

La polizza prevede le garanzie anche in caso di malattia da Covid-19 e copertura anche in caso di malattie pre-esistenti.

Le relative condizioni sono contenute nel DIP (Documento Informativo Precontrattuale) che verrà inviato in fase di apertura iscrizioni ed firma del contratto di viaggio.

Per chi ne facesse richiesta è possibile sottoscrivere una polizza integrativa scegliendo fra prodotti Globy di Allianz Assistance.

PENALI DI ANNULLAMENTO

Al viaggiatore iscritto a questo viaggio che receda dal contratto prima della partenza per qualsiasi motivo, saranno addebitati il costo della gestione pratica e le seguenti penali di annullamento

1. 20% della quota di partecipazione dopo la conferma del viaggio – 60 gg prima della partenza
2. 50% della quota di partecipazione da 59 a 44 giorni prima della partenza
3. 100% della quota di partecipazione 45 giorni prima della partenza.

La penale circa il biglietto aereo può cambiare in base alla policy della compagnia aerea e in base alla tipologia della tariffa aerea (biglietto non rimborsabile al momento dell'emissione del biglietto aereo o alla conferma di prenotazione).

Vedere l'articolo 10 del contratto di vendita del pacchetto viaggio pubblicato completamente sul nostro sito: www.viaggisolidali.it